

The background is a textured oil painting of a landscape. It features a body of water in the foreground, a dense forest of trees in the middle ground, and a bright, hazy sky with soft clouds. The colors are rich and varied, including blues, greens, yellows, and browns.

**2022**

Łomżyński  
Informator  
**Kulturalny**

**GRUPA**

**ARTYSTYCZNA**

**TACY SAMI**



**Środek Regionalny**  
**Kultury w Łomży**

ul. Małachowskiego 4  
18-403 Łomża,

tel. 86 219 01 11, [rok@4lomza.pl](mailto:rok@4lomza.pl)  
[www.rok.4lomza.pl](http://www.rok.4lomza.pl)

# Klub Tańca Towarzyskiego „AKAT”



## KTT AKAT to:

- pary sportowe, rekreacyjne dzieci, młodzież i dorośli
- mistrzowie i wicemistrzowie Okręgu Podlaskiego
- finaliści Grand Prix Polski
- finaliści Mistrzostw Polski Północnej
- finaliści Mistrzostw Polski

## Organizatorzy:

- Ogólnopolskiego Turnieju Tańca Towarzyskiego o „Puchar Prezydenta Miasta Łomża”
- Ogólnopolskich Mistrzostw Łomży o „Puchar Marszałka Województwa Podlaskiego”
- Dziecięcej Gali Tanecznej

## Kontakt



**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży**

Instytucja Kultury Powiatu Łomżyńskiego

ul. Małachowskiego 4, 86 219 01 11, [rok@4lomza.pl](mailto:rok@4lomza.pl), [www.rok.4lomza.pl](http://www.rok.4lomza.pl), [www.naszakultura.pl](http://www.naszakultura.pl)



# Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży

zaprasza

dzieci, młodzież i dorosłych

Pracownia Plastyczna ROK  
Nauka rysunku, malarstwa, grafiki i rzeźby

Studio Wokalne ROK  
Nauka śpiewu, emisja głosu

Zespół Pieśni i Tańca „Łomża”  
Nauka podstaw baletu, tańców narodowych, regionalnych i śpiewu

Dziecięce Studio Piosenki i Tańca  
Zajęcia taneczne i rytmiczne dla dzieci 4-6 lat

Klub Tańca Towarzyskiego „AKAT”  
Nauka tańców towarzyskich - standardowych i latynoamerykańskich



Galeria N

Impresariat

ul. Małachowskiego 4, 18-403 Łomża, tel. 86 219 01 11  
rok@4lomza.pl, www.rok.4lomza.pl, www.naszakultura.pl

**Łomżyński**  
Informator  
**Kulturalny**



**2022**

Wydawca: Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży,  
Instytucja Kultury Powiatu Łomżyńskiego  
18-403 Łomża, ul. Małachowskiego 4, tel. 86 219 01 11  
86 219 02 00  
rok@4lomza.pl, [www.rok.4lomza.pl](http://www.rok.4lomza.pl), [www.naszakultura.pl](http://www.naszakultura.pl)

Opracowanie graficzne i skład: Andrzej Żmuda

Zdjęcia: FOTO-PARTNER, oraz ze zbiorów Regionalnego Ośrodka Kultury w Łomży.

Ilustracja strony tytułowej: Justyna Kryszpin-Żmuda.

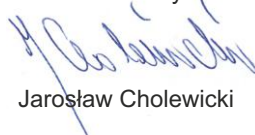
Szanowni Państwo,

Już po raz dwudziestytzeczidrugim do Państwa rąk trafia Łomżyński Informator Kulturalny - kalendarz imprez kulturalnych, rekreacyjnych i sportowych, zaplanowanych do realizacji przez instytucje kultury, szkoły, stowarzyszenia, samorządy i parafie w 2022 roku na terenie powiatu łomżyńskiego i miasta Łomża.

Gdy przygotowywaliśmy Łomżyński Informator Kulturalny, nas samych zaskoczyło to, jak wiele wartych zauważenia imprez kulturalnych odbywa się rokrocznie na terenie naszego powiatu. Odwiedzając ziemię łomżyńską na pewno poczują Państwo czar i urok, niepowtarzalny klimat i gościnność jej mieszkańców. Zamieszczony w tegorocznym wydaniu ŁIK informator teleadresowy ułatwi uzyskanie szczegółowych informacji na temat imprezy od jej bezpośredniego organizatora. Doświadczenia z ubiegłych lat utwierdziły nas w przekonaniu, że wskazana jest bieżąca aktualizacja informacji, dlatego o zmianach będziemy Państwa informować na naszej stronie internetowej [www.rok.4lomza.pl](http://www.rok.4lomza.pl) oraz [www.naszakultura.pl](http://www.naszakultura.pl).

Zapraszamy do aktywnej podróży, która pozwoli poznać wciąż żywą i niepowtarzalną na ziemi łomżyńskiej kulturę przekazywaną z pokolenia na pokolenie.

Dyrektor  
Regionalnego Ośrodka Kultury  
w Łomży



Jarosław Cholewicki

1

Sobota

2

Niedziela

3

Poniedziałek

4

Wtorek

5

Środa

6

Czwartek

*Święto Trzech Króli*

7

Piątek

8

Sobota

9

Niedziela

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Miejskiej Ligi Koszykówki MOSiR Łomża. XI sezon 2021/2022, kolejka VI.  
Miejsce: sala gimnastyczna, Szkoła Podstawowa Nr 10, ul. Niemcewicza 17.

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Halowej Miejskiej Ligi Piłki Nożnej MOSiR Łomża, sezon 2021/2022, kolejka III.  
Miejsce: Hala Sportowa im. Olimpijczyków Polskich, ul. Ks. Anny 18.

10

Poniedziałek

11

Wtorek

12

Środa

13

Czwartek

13.01.2022–20.03.2022

**Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Wycinanka kurpiowska z Puszczy Zielonej. Wystawa ukazuje historię powstania i rozwoju form kurpiowskiej wycinanki oraz biogramy i prace najwybitniejszych twórców kurpiowskich.

14

Piątek

15

Sobota

16

Niedziela

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Miejskiej Ligi Koszykówki MOSiR Łomża, XI sezon 2021/2022, kolejka VII. Miejsce: sala gimnastyczna, Szkoła Podstawowa Nr 10, ul. Niemcewicza 17.

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Halowej Miejskiej Ligi Piłki Nożnej MOSiR Łomża, sezon 2021/2022, kolejka IV. Miejsce: Hala Sportowa im. Olimpijczyków Polskich, ul. Ks. Anny 18.

17

Poniedziałek

18

Wtorek

19

Środa

20

Czwartek

21

Piątek

**MOSiR Łomża.** Dzień Babci i Dzień Dziadka. Zajęcia aqua fitness. Miejsce: Park Wodny, ul. Wyszyńskiego 15.

*Dzień Babci*

22

Sobota

**MOSiR Łomża.** Młodzieżowe Mistrzostwa Polski Kobiet w Futsalu U-15, IV etap. Miejsce: Hala Sportowa im. Olimpijczyków Polskich, ul. Ks. Anny 18.

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Halowej Miejskiej Ligi Piłki Nożnej MOSiR Łomża, sezon 2021/2022, kolejka V. Miejsce: Hala Sportowa im. Olimpijczyków Polskich, ul. Ks. Anny 18.

**M-GOK Jedwabne.** IX Przegląd Pieśni, Kolęd i Pastorałek.

*Dzień Dziadka*

23

Niedziela

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Miejskiej Ligi Koszykówki MOSiR Łomża, XI sezon 2021/2022, kolejka VIII. Miejsce: sala gimnastyczna, Szkoła Podstawowa Nr 10, ul. Niemcewicza 17.

24

Poniedziałek

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Wycieczka do Warszawy (musical „Friends”, Królewski Ogród Świąteł w Wilanowie).

**24-28.01.2022**

**MOSiR Łomża.** Ferie w wodzie. I turnus. Miejsce: Park Wodny, ul. Wyszyńskiego 15.

**24-28.01.2022**

**MOSiR Łomża.** Ferie na lodzie. I turnus. Miejsce: Lodowisko Miejskie, ul. Katyńska 3.

**MOSiR Łomża.** Ferie Kreatywne. I turnus. Miejsce: Sala Zabaw MOSiRek, ul. Wyszyńskiego 15.

**24.01 – 04.02.2022**

**Miejska Biblioteka Publiczna.** Oddział dla Dzieci MBP w Łomży. Filia Nr 2. Filia Nr 4. Filia Nr 6. Ferie w Bibliotece. Zajęcia dla dzieci spędzających ferie zimowe w mieście.

**Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej.** Cooltowe Ferie z Kulturą. Półkolonie wyjazdowe dla dzieci klas II – VIII, organizowane we współpracy z GOK w Zbójnej.

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Feriada 2022 - cykl imprez kulturalno – rozrywkowych oraz wycieczek dla dzieci i młodzieży w okresie ferii zimowych.

25

Wtorek

26

Środa

27

Czwartek

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Wycieczka do Białegostoku (Jumper Park, lodowisko, kino).

28

Piątek

29

Sobota

30

Niedziela

31

Poniedziałek

**31.01.2022**

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Wizyta w Teatrze Lalki i Aktora w Łomży spektakl pt. „Mały Książę” oraz Lodowisko MOSiR Łomża.

**31.01. - 04.02.2022**

**MOSiR Łomża.** Ferie w wodzie. II turnus. Miejsce: Park Wodny, ul. Wyszyńskiego 15.

**MOSiR Łomża.** Ferie na lodzie. II turnus. Miejsce: Lodowisko Miejskie, ul. Katyńska 3.

**MOSiR Łomża.** Ferie Kreatywne. II turnus. Miejsce: Sala Zabaw MOSiRek, ul. Wyszyńskiego 15.

**31.01 – 05.02.2022**

**M-GOK Jedwabne.** Ferie zimowe - zimowisko dochodzące.

Styczeń-luty 2022 r.

**Galeria Sztuki Współczesnej. Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Wystawa malarstwa Stanisława Baja.

1

Wtorek

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Zabawy rekreacyjno - sportowe na Gminnej Hali Sportowej oraz gry video, interaktywne i planszowe.

2

Środa

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Wizyta w kinie „Milenium” oraz w Parku Wodnym MOSiR.

3

Czwartek

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Zabawy w Parku Trampolin Jump6 oraz zwiedzanie Muzeum Północno – Mazowieckiego.

4

Piątek

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Warsztaty plastyczne oraz zwiedzanie i warsztaty akwarystyczne w Muzeum Przyrody – Dwór Lutosławskich w Drozdowie oraz ognisko z kiełbaskami, gry i zabawy.

5

Sobota

6

Niedziela

7

Poniedziałek

8

Wtorek

9

Środa

10

Czwartek

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

11

Piątek

12

Sobota

12.02.2022- 27.03.2022

**Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Wystawa malarstwa „Voyage” Jana Kantego Pawлуskiewicza. Wystawa składa się dwudziestu obrazów wykonanych unikalną techniką żel-artu.

13

Niedziela

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Miejskiej Ligi Koszykówki MOSiR Łomża, XI sezon 2021/2022, kolejka IX  
Miejsce: Sala gimnastyczna, Szkoła Podstawowa Nr 10, ul. Niemcewicza 17.

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Halowej Miejskiej Ligi Piłki Nożnej MOSiR Łomża, sezon 2021/2022,  
kolejka VI. Miejsce: Hala Sportowa im. Olimpijczyków Polskich, ul. Ks. Anny 18.

14

Poniedziałek

**MOSiR Łomża.** Walentynkowe Disco Lodowisko (MOSiR i MDK). Miejsce: Lodowisko Miejskie,  
ul. Katyńska 3.

15

Wtorek

16

Środa

17

Czwartek

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

18

Piątek

19

Sobota

**MOSiR Łomża.** Zimowy Turniej Piłki Nożnej Dziewcząt, Żaki i Orliczki. Miejsce: Hala Sportowa  
im. Olimpijczyków Polskich, ul. Ks. Anny 18.

20

Niedziela

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Miejskiej Ligi Koszykówki MOSiR Łomża, XI sezon 2021/2022, kolejka IX.  
Miejsce: sala gimnastyczna, Szkoła Podstawowa Nr 10, ul. Niemcewicza 17.

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Halowej Miejskiej Ligi Piłki Nożnej MOSiR Łomża, sezon 2021/2022,  
kolejka VI. Miejsce: Hala Sportowa im. Olimpijczyków Polskich, ul. Ks. Anny 18.

21

Poniedziałek

21.02.2022-31.05.2022

**Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży.** Konsultacje dla kandydatów  
(od poniedziałku do piątku, w godzinach pracy szkoły. Obowiązują zapisy telefoniczne. Więcej info  
na stronie [www.lplomza.pl](http://www.lplomza.pl)).

22

Wtorek

23

Środa

24

Czwartek

*Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży. Koncert w Filharmonii.**MOSiR Łomża. „Tłusty Czwartek”. Aktywnie z MOSiR Łomża. Zajęcia online na platformie youtube.**Tłusty czwartek*

25

Piątek

*Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży. Szkółka Plastyczna dla ósmoklasistów - rysunek (Obowiązują zapisy telefoniczne. Więcej info na stronie [www.lplomza.pl](http://www.lplomza.pl)).*

26

Sobota

27

Niedziela

*MOSiR Łomża. Rozgrywki Miejskiej Ligi Koszykówki MOSiR Łomża, XI sezon 2021/2022, kolejka X. Miejsce: sala gimnastyczna, Szkoła Podstawowa Nr 10, ul. Niemcewicza 17.**MOSiR Łomża. Rozgrywki Halowej Miejskiej Ligi Piłki Nożnej MOSiR Łomża, sezon 2021/2022, kolejka VII. Miejsce: Hala Sportowa im. Olimpijczyków Polskich, ul. Ks. Anny 18.*

28

Poniedziałek

Luty 2022

Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy. Konkurs Plastyczny o zasięgu powiatowym pn. „Wiosenne inspiracje”.

1

Wtorek

2

Środa

**Popielec**

3

Czwartek

4

Piątek

*Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży. Szkołka Plastyczna dla ósmoklasistów - malarstwo (Obowiązują zapisy telefoniczne. Więcej info na stronie [www.lplomza.pl](http://www.lplomza.pl)).*

5

Sobota

*MDK-DŚT. Poranek z Kulturą z Udziałem Alicji Janosz.*

6

Niedziela

*MOSiR Łomża. Rozgrywki Miejskiej Ligi Koszykówki MOSiR Łomża, XI sezon 2021/2022, kolejka XI. Miejsce: sala gimnastyczna, Szkoła Podstawowa Nr 10, ul. Niemcewicza 17.*

*MOSiR Łomża. Rozgrywki Halowej Miejskiej Ligi Piłki Nożnej MOSiR Łomża, sezon 2021/2022, kolejka VIII. Miejsce: Hala Sportowa im. Olimpijczyków Polskich, ul. Ks. Anny 18.*

7

Poniedziałek

8

Wtorek

*Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy. Koncert zespołu WINYŁ BAND z okazji Dnia Kobiet pt. „Cóż bez miłości wart byłby świat? - najpiękniejsze piosenki o miłości XX – lecia międzywojennego.*

*MOSiR Łomża. Dzień Kobiet. Wieczór saunowy dla pań. Miejsce: Park Wodny, ul. Wyszyńskiego 15.*

**Dzień kobiet**

9

Środa

10

Czwartek

*Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży. Koncert w Filharmonii.*

11

Piątek

*Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży. Szkołka Plastyczna dla ósmoklasistów - rzeźba (Obowiązują zapisy telefoniczne. Więcej info na stronie [www.lplomza.pl](http://www.lplomza.pl)).*

12

Sobota

13

Niedziela

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Koncert z okazji dnia Kobiet i Mężczyzn (remiza strażacka) – występ grupy teatralnej dorosłych GOK Piątnica – scenka kabaretowa pn. „Nie ten pokój” w reżyserii Tomasza Bogdana Rynkowskiego, koncert lokalnego artysty.

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Miejskiej Ligi Koszykówki MOSiR Łomża, XI sezon 2021/2022, kolejka XII. Miejsce: sala gimnastyczna, Szkoła Podstawowa Nr 10, ul. Niemcewicza 17.

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Halowej Miejskiej Ligi Piłki Nożnej MOSiR Łomża, sezon 2021/2022, kolejka IX. Zakończenie i dekoracja. Miejsce: Hala Sportowa im. Olimpijczyków Polskich, ul. Ks. Anny 18.

**MOSiR Łomża.** Biegam Bo Lubię. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.

14

Poniedziałek

15

Wtorek

**Miejska Biblioteka Publiczna.** Miejsce: Hala Kultury. Spotkanie autorskie z Wojciechem Chmielarzem. Wojciech Chmielarz to autor kryminałów, dziennikarz, laureat Nagrody Wielkiego Kalibru – za powieść *Przejęcie*, 2015 i Wielkiego Kalibru Czytelników – Żmijowisko, 2019, sześciokrotnie nominowany do tej nagrody.

16

Środa

16-17.04.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR Łomża, II runda wiosenna, sezon 2021/2022, kolejka XII. Miejsce: kompleks sportowo – rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3.

17

Czwartek

16-17.04.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR Łomża, II runda wiosenna, sezon 2021/2022, kolejka XII. Miejsce: kompleks sportowo – rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3.

18

Piątek

**Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży.** Szkółka Plastyczna dla ósmoklasistów – rysunek (Obowiązują zapisy telefoniczne. Więcej info na stronie [www.lplomza.pl](http://www.lplomza.pl)).

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci MBP w Łomży.** Międzyszkolny Turniej Czytelniczy ph. Czytanie to przygoda. Konkurs czytelniczy skierowany do uczniów klas III i IV szkół podstawowych w Łomży i powiecie łomżyńskim.

19

Sobota

19-20.03.2022

**MOSiR Łomża.** VI 24 Godzinny Maraton Pływacki. Miejsce: Park Wodny, ul. Wyszyńskiego 15.

20

Niedziela

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Miejskiej Ligi Koszykówki MOSiR Łomża, XI sezon 2021/2022, kolejka XIII. Miejsce: sala gimnastyczna, Szkoła Podstawowa Nr 10, ul. Niemcewicza 17.

21

Poniedziałek

**MOSiR Łomża.** Powitanie wiosny na bulwarach. Miejsce: tereny Sportowo - Rekreacyjne nad Narwią, ul. Żydowska 10.

21.03.2022 – 15.10.2022

**M-GOK Jedwabne.** III Edycja „Przygarnij roślinkę doniczkową”.

22

Wtorek

**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 1.** Konkurs plastyczny pt. *Pobliskie wody i strumyki*. Konkurs zorganizowany z okazji Światowego Dnia Wody. Polega na wykonaniu pracy plastycznej ilustrującej hasło konkursowe, w tym wpływu wody na bioróżnorodność oraz zdrowie człowieka.

23

Środa

**MOSiR Łomża.** Biegam Bo Lubię. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.

24

Czwartek

**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 1.** Prelekcja nt. *Panie Lutosławskie. Losy niezwykłych kobiet na tle historii, które bohatercko stawiały czoła różnym wyzwaniom.*  
**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

**24-25.03.2022**

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** „PIKtoGRAMy” - Wojewódzki Przegląd Niezawodowej Twórczości Teatralnej (mistrzowie recytacji, piosenki oraz przegląd teatrów amatorskich) – temat przewodni mikrokosmos – etap gminny – inicjator - Podlaski Instytut Kultury.

25

Piątek

**Miejska Biblioteka Publiczna.** Spotkanie autorskie z Wojciechem Kudybą. *Wojciech Kudyba – pisarz, poeta, krytyk, historyk literatury.* Miejsce: Hala Kultury.

**Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży.** Szkółka Plastyczna dla ósmoklasistów - malarstwo (Obowiązują zapisy telefoniczne. Więcej info na stronie [www.lplomza.pl](http://www.lplomza.pl)).

26

Sobota

27

Niedziela

**MOSiR Łomża.** Rozgrywki Miejskiej Ligi Koszykówki MOSiR Łomża, XI sezon 2021/2022, kolejka XIV. Zakończenie i dekoracja. Miejsce: sala gimnastyczna, Szkoła Podstawowa Nr 10, ul. Niemcewicza 17.

28

Poniedziałek

29

Wtorek

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** „PIKtoGRAMy” - Wojewódzki Przegląd Niezawodowej Twórczości Teatralnej (mistrzowie recytacji, piosenki oraz przegląd teatrów amatorskich) – temat przewodni mikrokosmos – etap gminny – inicjator - Podlaski Instytut Kultury.

30

Środa

**MOSiR Łomża.** Biegam Bo Lubię. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.

31

Czwartek

Marzec 2022

**Galeria Sztuki Współczesnej. Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.**  
Wystawa malarstwa Waldemara Marszałka.

1

Piątek

**MOSiR Łomża.** Powitanie wiosny na bulwarach. Miejsce: Tereny Sportowo - Rekreacyjne nad Narwią, ul. Żydowska 10.

**Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży.** Szkółka Plastyczna dla ósmoklasistów - rzeźba (Obowiązują zapisy telefoniczne. Więcej info na stronie [www.lplomza.pl](http://www.lplomza.pl)).

*Prima aprilis*

2

Sobota

3

Niedziela

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Kiermasz i rodzinne warsztaty ozdób wielkanocnych.

4

Poniedziałek

5

Wtorek

6

Środa

**MOSiR Łomża.** Biegam Bo Lubię. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.

06–22.04.2022

**Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży.** Wystawa dyplomowa uczniów klas IV Państwowego Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży, prezentująca prace z trzech specjalizacji: technik druku artystycznego, projektowania graficznego i realizacji intermedialnych – prace prezentowane będą w budynku szkoły.

7

Czwartek

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

8

Piątek

**Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży.** Szkółka Plastyczna dla ósmoklasistów - rysunek (Obowiązują zapisy telefoniczne. Więcej info na stronie [www.lplomza.pl](http://www.lplomza.pl)).

9

Sobota

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Spotkanie wielkanocne seniorów z gminy Piątnica – koncert pieśni wielkanocnych.

9-10.04.2022

**MOSiR Łomża.** Rozpoczęcie II rundy wiosennej rozgrywek. Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR Łomża, sezon 2021/2022, kolejka X. Miejsce: Kompleks sportowo – rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3.

10

Niedziela

**Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej.** Rozmaitości Wielkanocne. Impreza konkursowa połączona z uroczystą procesją z palmami w Niedzielę Palmową, organizowana we współpracy z GOK w Zbójnej.

**Niedziela Palmowa**

11

Poniedziałek

12

Wtorek

13

Środa

14

Czwartek

*Wielki Czwartek*

15

Piątek

*Wielki Piątek*

16

Sobota

*Wielka Sobota*

17

Niedziela

***Wielkanoc***

18

Poniedziałek

***Poniedziałek Wielkanocny***

19

Wtorek

20

Środa

*MOSiR Łomża. Biegam Bo Lubię. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.*

21

Czwartek

*Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży. Koncert w Filharmonii.**21.04. – 22.04.2022**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci. Konkurs recytatorski ph. Chrzęszcz brzmi w trzcinie...**- językowa gratka... Konkurs recytatorski dla uczniów szkół podstawowych: 21.04 – kl. I-III, 22.04 – kl. IV-VIII. Miejsce: Hala Kultury.*

22

Piątek

*Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży. Dzień otwarty Państwowego Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży.*

23

Sobota

*MDK-DŚT. Ogólnopolski Konkurs Poetycki im. J. Kulki. Miejsce realizacji: Hala Kultury w Łomży.**23-24.04.2022**MOSiR Łomża. Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR Łomża, II runda wiosenna, sezon 2021/2022, kolejka XIII. Miejsce: kompleks sportowo – rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3.*

24

Niedziela

25

Poniedziałek

26

Wtorek

27

Środa

*MOSiR Łomża. Biegam Bo Lubię. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.*

28

Czwartek

*Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży. Koncert w Filharmonii.*

29

Piątek

*MOSiR Łomża. Rozpoczęcie sezonu wodnego. Miejsce: Port Łomża, ul. Żydowska 10.*

30

Sobota

*Kwiecień 2022*

**Galeria Sztuki Współczesnej.** Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży. Wystawa grafiki Agaty Stępień.  
**Akademia Nauk Stosowanych w Łomży.** „IV Otwarte Akademickie Mistrzostwa Łomży w Biegu ulicznym”.  
Jest to cykliczne wydarzenie propagujące aktywność fizyczną oraz integrację społeczności akademickiej, mieszkańców miasta i regionu.

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci MBP w Łomży. Filia Nr 1. Filia Nr 2. Filia Nr 4. Filia Nr 6.**  
Dni Literatury Dziecięcej. Cykl imprez promujących literaturę dziecięcą i czytelnictwo dzieci. Spotkania autorskie z Grzegorzem Kasdepke.

*Kwiecień- czerwiec 2022*

**Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Wystawa Fotografii Dzikiej Przyrody.

*Kwiecień- sierpień 2022*

**Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Mieszczański dom. Wzory kulturowe i tradycje polskiego stołu.  
Wystawa autorska, która pozwoli znaleźć odpowiedzi na pytania, jak wyglądały mieszczańskie rodziny, jakie wyznawały wartości, jak funkcjonowały, jakie są ich korzenie- w oparciu o łomżyńskie mieszczaństwo, Wernisaż wystawy połączony będzie z sesją panelową poświęconą mieszczaństwu.

1

Niedziela

*Święto Pracy*

2

Poniedziałek

*MOSiR Łomża. Święto Flagi - mecz piłkarski. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.**Święto Flagi RP*

3

Wtorek

*Miejska Biblioteka Publiczna. Biblioteka w Noc Muzeów. M.in. kiermasz książek, prezentacja multimedialna, konkurs z nagrodami oraz spotkanie autorskie.*  
*Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży. Koncert w Filharmonii.*  
*MDK-DŚT. Koncert Patriotyczny z udziałem łomżyńskiej Orkiestry Dętej. Miejsce realizacji Hala Kultury.*

*Święto Najświętszej Maryi Panny Królowej Polski*

4

Środa

5

Czwartek

*Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy. Podsumowanie Powiatowego Konkursu Plastycznego pn. „Wiosenne inspiracje” - otwarcie wystawy pokonkursowej, rozdanie nagród.*

6

Piątek

7

Sobota

07-08.05.2022

*MOSiR Łomża. Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR Łomża, II runda wiosenna, sezon 2021/2022, kolejka XIV. Miejsce: kompleks sportowo – rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3.*

8

Niedziela

08-15.05.2022

*Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci MBP. Filia Nr 1. Filia Nr 2. Filia Nr 4. Filia Nr 6. Tydzień Bibliotek. Cykl imprez promujących bibliotekę i czytanie jako formę spędzania wolnego czasu. Organizowane są różne formy kulturalno-oświatowe.*

*Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej. Tydzień bibliotek. W ramach akcji odbędzie się „Noc z biblioteką” dla dzieci ze szkół podstawowych.*

9

Poniedziałek

10

Wtorek

*Miejska Biblioteka Publiczna. Spotkanie autorskie z Andrzejem Pilipiukiem. Miejsce: Hala Kultury.*

11

Środa

12

Czwartek

*Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży. Koncert w Filharmonii.*

*MOSiR Łomża. Inauguracja Czwartków Lekkoatletycznych. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.*

# Maj

# 2022

## 13

Piątek

**Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży.** Szkołka Plastyczna dla ósmoklasistów - malarstwo (Obowiązują zapisy telefoniczne. Więcej info na stronie [www.lplomza.pl](http://www.lplomza.pl)).

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci.** Międzyszkolny Turniej Czytelniczy ph. Jeździąda. Konkurs na podstawie wybranych książek M. Musierowicz skierowany do uczniów kl. V-VIII szkół podstawowych w Łomży i powiecie łomżyńskim. Miejsce: Hala Kultury.

## 14

Sobota

14-15.05.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR Łomża, II runda wiosenna, sezon 2021/2022, kolejka XV. Miejsce: kompleks sportowo – rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3.

## 15

Niedziela

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży i Gminny Ośrodek Kultury w Zbójnej.** Regionalny Przegląd Kapel Śpiewaków i Gawędziarzy Ludowych – Dobry Las 2022. Prezentacja tradycji ludowego muzykowania, stylu śpiewania, gwary i tańca. Miejsce: amfiteatr w Dobrym Lesie.

## 16

Poniedziałek

## 17

Wtorek

## 18

Środa

## 19

Czwartek

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

**MOSiR Łomża.** Czwartki Lekkoatletyczne. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.

## 20

Piątek

## 21

Sobota

21-22.05.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR Łomża, II runda wiosenna, sezon 2021/2022, kolejka XVI. Miejsce: kompleks sportowo – rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3.

## 22

Niedziela

Maj

2022

23

Poniedziałek

24

Wtorek

**MOSiR Łomża.** 13.lecie MOSiR w Łomży (zajęcia fitness online), zajęcia online na platformie youtube.

25

Środa

**MOSiR Łomża.** Łomża Biega od Przedszkola do Juniora. Budżet Obywatelski 2021. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.

26

Czwartek

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

**MOSiR Łomża.** Czwartki Lekkoatletyczne. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.

**Dzień Matki**

27

Piątek

**Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży.** Szkółka Plastyczna dla ósmoklasistów - rzeźba (Obowiązują zapisy telefoniczne. Więcej info na stronie [www.lplomza.pl](http://www.lplomza.pl)).

**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 6.** Konkurs poetycko-plastyczny pt. „Wesoła pszczoła-malowane wiersze. Konkurs adresowany do uczniów szkół podstawowych z Łomży i powiatu łomżyńskiego. Miejsce: Hala Kultury.

28

Sobota

28-29.05.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR Łomża, II runda wiosenna, sezon 2021/2022, kolejka XVII. Miejsce: kompleks sportowo – rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3.

29

Niedziela

30

Poniedziałek

31

Wtorek

Maj 2022

**Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej.** Gminny Konkurs Recytatorski „Kurpie Zielone w Literaturze” dla uczniów klas I – IV.

**Biblioteka Publiczna Gminy Piątnica.** Tydzień bibliotek.

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Ogłoszenie III Rodzinnego Konkursu Literackiego – RODZINNE MARZENIA.

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Ogłoszenie konkursu fotograficznego pt. „Miejsce zwykłe – niezwykle” - najciekawsze krajobrazy Gminy Piątnica. Wydanie kart pocztowych z najpiękniejszymi zdjęciami.

Maj-czerwiec 2022

**Galeria Sztuki Współczesnej. Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży. NOC MUZEÓW**  
– Wystawa plastyki łomżyńskiej.

1

Środa

**MOSiR Łomża.** Dzień Dziecka w Sali Zabaw MOSiR. Miejsce: Park Wodny, ul. Wyszyńskiego 15.  
**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 2.** Konkurs plastyczny pt. Bohatera stwórz i do bajki włoż.  
 Dla przedszkolaków, uczniów klas I-III szkoły podstawowej.  
**Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej.** Dzień Dziecka.

Dzień Dziecka

01-06.06.2022

**Miejska Biblioteka Publiczna.** Oddział dla Dzieci. XX Ogólnopolski Tydzień Czytania Dzieciom.

2

Czwartek

**MOSiR Łomża.** Finał Miejski Czwartków Lekkoatletycznych. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.

3

Piątek

4

Sobota

**M-GOK Jedwabne.** Dzień Dziecka.

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Wycieczka dla dzieci z okazji Dnia Dziecka do Giżycka – zwiedzanie Twierdzy Boyen, wieży ciśnień, rejs statkiem.

**MOSiR Łomża.** Łomżyński Maraton Piłki Nożnej. Budżet Obywatelski 2021. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18. Kompleks sportowo - rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3.

04-05.06.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR Łomża, II runda wiosenna, sezon 2021/2022, kolejka XVIII. Miejsce: kompleks sportowo – rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3.

5

Niedziela

Zielone Świątki

6

Poniedziałek

7

Wtorek

8

Środa

9

Czwartek

10

Piątek

**MOSiR Łomża.** III Turniej BOULE. Miejsce: kompleks sportowo – rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3.

11

Sobota

11-12.06.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR Łomża, II runda wiosenna, sezon 2021/2022, kolejka XIX. Zakończenie i dekoracja. Miejsce: kompleks sportowo – rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3.

12

Niedziela

13

Poniedziałek

14

Wtorek

**Miejska Biblioteka Publiczna.** Oddział dla Dzieci. Podsumowanie konkursu plastycznego ph. Mój lapBOOK. Konkurs skierowanego do dzieci w wieku przedszkolnym i uczniów klas I – VIII z Łomży i powiatu łomżyńskiego. Miejsce: Hala Kultury.

**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 2.** Czytanie na zielonej polanie. Głośne czytanie przed budynkiem Biblioteki z udziałem różnych grup czytelników.

15

Środa

16

Czwartek

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

*Boże Ciało*

17

Piątek

17-18.06.2022

**MDK-DŚT. Dni Łomży.** Miejsce: Park im. JP II. Muszla Koncertowa.

18

Sobota

19

Niedziela

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży, Urząd Miasta i Gminy w Nowogrodzie, Miejsko - Gminny Ośrodek Kultury w Nowogrodzie.** XXIX Ogólnopolskie Dni Kultury Kurpiowskiej Nowogród 2022. „Popołudnie z twórczością ludową” – pokazy pracy twórców ludowych, kiermasz sztuki ludowej. Ogólnopolski Konkurs Zespołów Kurpiowskich. Miejsce: Skansen Kurpiowski w Nowogrodzie.

20

Poniedziałek

21

Wtorek

**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 6.** Podsumowanie konkursu plastycznego pt. Łomża – moje miejsce na Ziemi. Konkurs skierowany do uczniów szkół podstawowych w Łomży.

22

Środa

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** „Powitanie wakacji” – cykliczna impreza dla dzieci i młodzieży o charakterze prewencyjnym - spektakl teatralny o tematyce profilaktycznej (sposoby unikania i walki z uzależnieniami wszelakiego rodzaju) dla dzieci i młodzieży oraz gry, zabawy, słodki poczęstunek.

23

Czwartek

24

Piątek

25

Sobota

**Urząd Gminy Wizna.** Noc Świętojańska. Coroczna impreza plenerowa organizowana w Wiźnie. W programie są zawarte gry, zabawy, animacje, dmuchane atrakcje dla najmłodszych, zabawa przy zespołach muzyki tanecznej.

**MOSiR Łomża.** Rozpoczęcie wakacji na Bulwarach. Miejsce: tereny Sportowo - Rekreacyjne nad Narwią, ul. Żydowska 10.

26

Niedziela

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

27

Poniedziałek

28

Wtorek

29

Środa

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

30

Czwartek

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** Preludium XXIX Międzynarodowego Festiwalu Muzyczne Dni Drozdowo- Łomża 2022. Miejsce: Łomża - Filharmonia Kameralna im. W. Lutosławskiego, sala koncertowa, ul. Zawadzka 1, godz. 18.30.

Czerwiec 2022

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** „Klamra kultury bis” - ogłoszenie konkursu na kulturalne inicjatywy lokalne na terenie Gminy Piątnica - mikrogranty (realizacja inicjatyw lipiec -październik).

**Łomżyński Park Krajobrazowy Doliny Narwi.** Kwietnik na Długiej. Łomża.

**Miejska Biblioteka Publiczna.** Konkurs literacki pt. Czy warto być przyzwoitym człowiekiem? Konkurs literacki na opowiadanie inspirowane życiem i twórczością Władysława Bartoszewskiego.

1

Piątek

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Od Bacha do współczesności. Koncert organowo-wokalny. Miejsce: Łomża – Katedra łomżyńska, godz. 18.45.

01-03.07.2022. **M-GOK Jedwabne.** Dni Jedwabnego.

2

Sobota

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Najpiękniejsza jest muzyka polska. Koncert inauguracyjny. Miejsce: Drozdowo - Muzeum Przyrody – Dwór Lutosławskich w Drozdowie / salon, godz. 16.00.

**MOSiR Łomża.** XIX Regaty Żeglarskie „Bezpieczne wakacje na Jeziorze Rajgrodzkim (współorganizacja) łomżyński Klub Żeglarski Żefir. Miejsce: Jezioro Rajgrodzkie.

3

Niedziela

**MOSiR Łomża.** IX Mistrzostwa Łomży w Piłkarzyki. Miejsce: tereny sportowo – rekreacyjne nad Narwią, ul. Żydowska 10.

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. O władco świata - artystyczna oprawa mszy świętej i koncert wokalno-organowy. Miejsce: Łapy - kościół pw. Świętego Krzyża, godz. 9.45.

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Z dźwiękiem fugi - koncert organowo-wokalny. Łapy - kościół pw. św. Apostołów Piotra i Pawła, godz. 13.00.

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Panu na chwałę - artystyczna oprawa mszy świętej i koncert wokalno-organowy. Miejsce: Jedwabne - kościół pw. św. Jakuba Apostoła, godz. 11.45.

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. O SALUTARIS HOSTIA. Miejsce: Stawiski - kościół pw. św. Antoniego Padewskiego, godz. 17.00.

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. New York, New York - świat musicalu. Recital wokalny Rafała Songana. Miejsce: Łomża - Centrum Katolickie / patio, godz. 20.00.

4

Poniedziałek

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. A dusza tak jak serce - koncert zamknięty - towarzyszący Festiwalowi. Miejsce: Łomża - Dzienny Dom SENIOR+, godz. 11.00.

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Projekcja filmu - nagranie archiwalne z 2017 roku Sic itur ad deum Tak idzie się do Boga. Miejsce: Łomża - Hala Kultury - Stary Rynek, godz. 19.00.

04–15.07.2022. **Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej. Wakacje z Kulturą.** Półkolonie wyjazdowe dla dzieci klas II – VIII, organizowane we współpracy z GOK w Zbójnej.

5

Wtorek

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Moja Wenezuela. Miejsce: Łomża - Hala Kultury - Stary Rynek, godz. 19.00.

6

Środa

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Od baroku do współczesności. Miejsce: Łomża – Katedra łomżyńska, godz. 18.45.

7

Czwartek

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Ave Maria na przestrzeni wieków - koncert ku czci Najświętszej Marii Panny. Miejsce: Szczepankowo - kościół pw. św. Wojciecha, godz. 20.00.

8

Piątek

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Muzyka słonecznej Andaluzji. Miejsce: Drozdowo - kościół pw. św. Jakuba Apostoła, godz. 19.00.

9

Sobota

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Bel canto - amore mio - w 100 rocznicę urodzin Andrzeja Hiolskiego. Miejsce: Łomża - Akademia Nauk Stosowanych / Aula wielka, godz. 19.00.

10

Niedziela

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Ave Maria na przestrzeni wieków - artystyczna oprawa mszy świętej i koncert ku czci Najświętszej Marii Panny. Miejsce: Dąbrówka Kościelna - kościół pw. św. Anny, godz. 9.00.

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Na anioł pański biją dzwony - artystyczna oprawa mszy świętej i koncert wokalnno-organowy. Miejsce: Łomża - kościół pw. Krzyża Świętego, godz. 11.45.

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** XXIX Międzynarodowy Festiwal Muzyczne Dni Drozdowo-Łomża 2022. Wielka gala w pałacu - Jacek Szymański i jego Goście. Miejsce: Drozdowo - Muzeum Przyrody - Dwór Lutosańskich w Drozdowie / park, godz. 17.00.

**MOSiR Łomża.** Turniej Siatkówki Piłkowej. Miejsce: Kompleks sportowo-rekreacyjny, ul. Konstytucji 3 Maja.

11

Poniedziałek

11-15.07.2022

**MOSiR Łomża.** Aktywne Wakacje w Parku Wodnym. Zajęcia z instruktorem MOSiR. Miejsce: Park Wodny, ul. Wyszyńskiego 15.

12

Wtorek

13

Środa

14

Czwartek

15

Piątek

16

Sobota

17

Niedziela

18

Poniedziałek

18-22.07.2022

**MOSiR Łomża.** Aktywne Wakacje w Parku Wodnym. Zajęcia z instruktorem MOSiR. Miejsce: Park Wodny, ul. Wyszyńskiego 15.

19

Wtorek

20

Środa

21

Czwartek

22

Piątek

23

Sobota

24

Niedziela

25

Poniedziałek

25.07 – 30.07.2022

*M-GOK Jedwabne. Półkolonie dochodzące.*

26

Wtorek

27

Środa

28

Czwartek

29

Piątek

30

Sobota

31

Niedziela

***MOSiR Łomża.** VII Łomżyński Triathlon MOSiR Łomża. Miejsce: tereny sportowo – rekreacyjne nad Narwią - Port Łomża, ul. Żydowska 10.*

Lipiec 2022

***Łomżyński Park Krajobrazowy Doliny Narwi.** Piknik Parków Narodowych i Krajobrazowych. Miejsce: Wasilków.*

Lipiec/sierpień 2022

***Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci.** Lato w Bibliotece. Zajęcia dla dzieci.****Galeria Sztuki Współczesnej. Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Wystawa Pracowni Tkaniny Artystycznej ASP w Warszawie – studenci i absolwenci.****Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** „Akcja – Lato 2022” - cykl zajęć świetlicowych i plenerowych dla dzieci i młodzieży – okres wakacyjny.*

1

Poniedziałek

01-07.08.2022

**M-GOK Jedwabne.** XIV Plener Malarski.

2

Wtorek

3

Środa

4

Czwartek

5

Piątek

05-07.08.2022

**MDK-DŚT.** Cafe Kultura - kameralne koncerty muzyczne na Starym Rynku.

Miejsce realizacji: Stary Rynek / Hala Kultury.

6

Sobota

**MOSiR Łomża.** Puchar Miejskiej Ligi Piłki Nożnej MOSiR Łomża. Miejsce: kompleks sportowo - rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3, ul. Bernatowicza 4.

7

Niedziela

**MOSiR Łomża.** Dzień otwarty na Bulwarach (Impreza Bulwarowa na Łomżyńskich Bulwarach). Miejsce: tereny Sportowo - Rekreacyjne nad Narwią, ul. Żydowska 10.**M-GOK Jedwabne.** Wystawa poplenerowa - XIV Pleneru Malarskiego.

8

Poniedziałek

08-12.08.2022. **MDK-DŚT.** Letnie Warsztaty Artystyczne na Starym Rynku.

Miejsce realizacji: Stary Rynek / Hala Kultury w Łomży.

08.08-13.08.2022. **M-GOK Jedwabne.** Półkolonie dochodzące.

9

Wtorek

10

Środa

11

Czwartek

12

Piątek

12-14.08.2022

**MDK-DŚT.** Cafe Kultura - kameralne koncerty muzyczne na Starym Rynku.

Miejsce realizacji: Stary Rynek / Hala Kultury.

13

Sobota

13-14.08.2022

**MOSiR Łomża.** Turniej Deblowy w Tenisa Ziemnego o Puchar Prezydenta Miasta Łomża.

Miejsce: Stadion Miejski, korty tenisowe, ul. Zjazd 18.

14

Niedziela

14-22.08.2022

*MOSiR Łomża. Obóz sportowy drużyny dziewcząt piłki nożnej. Miejsce: Ustka.*

15

Poniedziałek

15-19.08.2022

*MDK-DŚT. Letnie Warsztaty Artystyczne na Starym Rynku.**Miejsce realizacji: Stary Rynek / Hala Kultury w Łomży.**Wniebowzięcie Najświętszej Maryi Panny  
Dzień Wojska Polskiego*

16

Wtorek

17

Środa

18

Czwartek

19

Piątek

20

Sobota

*Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej. 70-lecie GBP w Zbójnej, impreza plenerowa.*

21

Niedziela

22

Poniedziałek

23

Wtorek

24

Środa

25

Czwartek

26

Piątek

27

Sobota

*Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy. „Pożegnanie wakacji” – cykliczna impreza plenerowa dla dzieci w Drozdowie (konkursy, zabawy, dmuchańce).*

28

Niedziela

*MOSiR Łomża. Pożegnanie wakacji na Bulwarach. Miejsce: tereny Sportowo - Rekreacyjne nad Narwią, ul. Żydowska 10.*

29

Poniedziałek

30

Wtorek

31

Środa

Sierpień 2022

**Urząd Gminy Wizna.** Dzień Rolnika. Zabawa przy zespołach muzyki tanecznej. Uroczysta gala, laury dla najlepszych rolników z terenu gminy.

1

Czwartek

2

Piątek

3

Sobota

**MOSiR Łomża.** Regaty w klasie „Optymist” o Puchar Dyrektora MOSiR w Łomży (współorganizacja), Łomżyński Klub Żeglarski Zefir. Miejsce: Jezioro Rajgrodzkie.

**Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej.** Narodowe Czytanie.

**Miejska Biblioteka Publiczna.** Narodowe Czytanie 11. edycja, wspólne czytanie „Ballad i romansów” Adama Mickiewicza. Impreza odbywa się na deptaku przed siedzibą Biblioteki przy ul. Długiej.

4

Niedziela

5

Poniedziałek

6

Wtorek

7

Środa

8

Czwartek

9

Piątek

10

Sobota

**MOSiR Łomża.** PKO Bieg Charytatywny. Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.

10-11.09.2022. **MOSiR Łomża.** Rozpoczęcie sezonu 2022/2023 Miejskiej Ligi Piłki Nożnej MOSiR ŁOMŻA, kolejka I. Miejsce: kompleks sportowo - rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3, ul. Bernatowicza 4.

11

Niedziela

**Urząd Gminy Wizna.** 83. Rocznica obrony odcinka „Wizna”. Obchody upamiętniające obronę odcinka „Wizna” we wrześniu 1939 roku, msza święta w intencji ojczyzny, uroczystości pod pomnikiem SGO „Narew”.

12

Poniedziałek

13

Wtorek

14

Środa

**MOSiR Łomża.** Mityng Lekkoatletyczny dla Osób Niepełnosprawnych.  
Miejsce: Stadion Miejski, ul. Zjazd 18.

15

Czwartek

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

16

Piątek

**Polskie Towarzystwo Turystyczno Krajoznawcze Oddział im. Adama Chętnika w Łomży.**  
XXX Rajd Pieszy Poznajemy Kurpiowszczyznę. Zapoznanie dzieci i młodzieży z elementami kultury kurpiowskiej: kapliczki, świątki, krzyże ozdobne, rezerваты przyrody i „Miejsca Pamięci”.  
Cztery trasy do wyboru pieszej wędrówki.

17

Sobota

17-18.09.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR ŁOMŻA, sezon 2022/2023, kolejka II. Miejsce:  
kompleks sportowo - rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3, ul. Bernatowicza 4.

18

Niedziela

19

Poniedziałek

20

Wtorek

**Miejska Biblioteka Publiczna.** Spotkanie autorskie z Anną Kamińską. Anna Kamińska - dziennikarka, autorka książek i wydawca telewizyjny. Autorka m.in. bestsellerowej biografii: himalaistki Wandy Rutkiewicz pt. „Wanda. Opowieść o sile życia i śmierci. Historia Wandy Rutkiewicz”.

21

Środa

22

Czwartek

23

Piątek

**Polskie Towarzystwo Turystyczno Krajoznawcze Oddział im. Adama Chętnika w Łomży.**  
XXX Rajd Pieszy Poznajemy Kurpiowszczyznę. Zapoznanie dzieci i młodzieży z elementami kultury kurpiowskiej: kapliczki, świątki, krzyże ozdobne, rezerваты przyrody i „Miejsca Pamięci”.  
Cztery trasy do wyboru pieszej wędrówki.  
23-25.09.2022. **MDK-DŚT. SOUNDTRACK** - Ogólnopolski Festiwal Piosenki Filmowej. Miejsce realizacji: MDK-DŚT/ Hala Kultury w Łomży.

24

Sobota

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Cykliczna impreza plenerowa dla dzieci i młodzieży pod nazwą „Bulwa” - gry, zabawy plenerowe, konkursy „ziemniaczane”, ognisko i loteria fantowa.

24-25.09.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR ŁOMŻA, sezon 2022/2023, kolejka III.  
Miejsce: kompleks sportowo - rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3, ul. Bernatowicza 4.

25

Niedziela

26

Poniedziałek

27

Wtorek

28

Środa

29

Czwartek

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci.** Ogólnopolski Dzień Głośnego Czytania.  
Maraton czytelnicy Jeszcze inna historia. Promowanie czytania książek jako wartościowego zajęcia, czytają różne osoby, różnych profesji.

**Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej.** Ogólnopolski Dzień Głośnego Czytania.

30

Piątek

Wrzesień 2022

**Urząd Gminy Wizna.** Narodowe Czytanie. Czytanie fragmentów dzieła „Ballady i romanse” Adama Mickiewicza przez zaproszone osoby.

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Cykl spotkań pt. „Znani i lubiani”.

**Galeria Sztuki Współczesnej. Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Wystawa ceramiki bolesławieckiej.  
**Biblioteka Publiczna Gminy Piątnica.** Narodowe czytanie.

Wrzesień-październik 2022

**Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. W.Kossaka w Łomży.** Wystawa z okazji jubileuszu 30-lecia Państwowego Liceum Sztuk Plastycznych im. W.Kossaka w Łomży, Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.

**Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Wojciecha Kossaka w Łomży.** IV Ogólnopolskie Biennale Wkłęśłodruku – wystawa pokonkursowa i warsztaty w Galerii Sztuki Współczesnej w Łomży.

**Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Wystawa z okazji 30-lecia Państwowego Liceum Sztuk Plastycznych w Łomży. To wystawa jubileuszowa, prezentująca dorobek artystyczny uczniów Liceum Plastycznego, przygotowana wspólnie przez szkołę i Muzeum Północno-Mazowieckie.

**Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Wystawa „Od fotografii do fotomontażu komputerowego” Zdzisława Beksińskiego. To ok. pięćdziesięciu czarno-białych fotografii z wczesnego okresu twórczości i kilkunastu późniejszych kolorowych grafik komputerowych autorstwa Zdzisława Beksińskiego.



# KOŁO PLASTYCZNE

**Proponujemy zajęcia plastyczne:  
m.in. rysunek, malarstwo, grafika i rzeźba  
dla dzieci i młodzieży.**



Informacje - zapisy pok. nr 9, tel. 86 219 01 11

Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży

ul. Małachowskiego 4, 18-400 Łomża, tel. 086 219 01 11, e-mail: [rok@4lomza.pl](mailto:rok@4lomza.pl) [www.rok.4lomza.pl](http://www.rok.4lomza.pl)

# Zespół Pieśni i Tańca „Łomża”



Zajęcia taneczno-wokalne  
dla dzieci i młodzieży od 6 lat



**Regionalny**  
**ośrodek**  
Kultury w Łomży

ul. Małachowskiego 4  
18-403 Łomża,  
tel. 86 219 01 11, [rok@4lomza.pl](mailto:rok@4lomza.pl)  
[www.rok.4lomza.pl](http://www.rok.4lomza.pl)

1

Sobota

01-02.10.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR ŁOMŻA, sezon 2022/2023, kolejka IV. Miejsce:  
kompleks sportowo - rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3, ul. Bernatowicza 4.

2

Niedziela

3

Poniedziałek

4

Wtorek

5

Środa

6

Czwartek

7

Piątek

8

Sobota

08-09.10.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR ŁOMŻA, sezon 2022/2023, kolejka V. Miejsce:  
kompleks sportowo - rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3, ul. Bernatowicza 4.

9

Niedziela

10

Poniedziałek

11

Wtorek

12

Środa

13

Czwartek

*Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży. Koncert w Filharmonii.*

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** XXVII Nadnarwiański Festiwal Piosenki – Piątnica 2022 (rozpropagowanie konkursu na terenie całego powiatu łomżyńskiego, opracowanie dyplomów i dokumentacji, zakup nagród) – przesłuchania.

14

Piątek

**DZIEŃ NAUCZYCIELA**

15

Sobota

15-16.10.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR ŁOMŻA, sezon 2022/2023, kolejka VI. Miejsce: kompleks sportowo - rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3, ul. Bernatowicza 4.

16

Niedziela

17

Poniedziałek

18

Wtorek

19

Środa

20

Czwartek

21

Piątek

22

Sobota

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Spektakl teatralny pt. „Spóźniona miłość, czyli wyznania starego belfra” w wykonaniu aktorów Polskiej Sceny Rode Kraków – Tarnów – Rzeszów.

22-23.10.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR ŁOMŻA, sezon 2022/2023, kolejka VII. Miejsce: kompleks sportowo - rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3, ul. Bernatowicza 4.

23

Niedziela

23.10.2022- grudzień 2022. **Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** „Żydzi łomżyńscy. Życie. Śmierć. Pamięć”. To autorska wystawa Muzeum Północno-Mazowieckiego w Łomży przygotowana na osiemdziesiątą rocznicę likwidacji getta łomżyńskiego. Ekspozycja ukaże okres poprzedzający II wojnę światową, kiedy Żydzi stanowili ponad jedną trzecią mieszkańców Łomży (Życie), wątek Zagłady Żydów łomżyńskich (Śmierć) i dzisiejsze okrucieństwa i utrwalonych relacji (Pamięć).

24

Poniedziałek

25

Wtorek

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci.** Konkurs literacki ph. List Podróżnika.  
Podsumowanie konkursu literackiego skierowanego do uczniów klas V–VIII z okazji Tygodnia Pisania Listów. Miejsce: Hala Kultury.

26

Środa

27

Czwartek

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Koncert Galowy XXIV Nadnarwiańskiego Festiwalu Piosenki –  
- Piątnica 2022.

28

Piątek

29

Sobota

29-30.10.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR ŁOMŻA, sezon 2022/2023, kolejka VIII, Miejsce:  
kompleks sportowo - rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3, ul. Bernatowicza 4.

30

Niedziela

31

Poniedziałek

Październik 2022

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci MBP. Filia Nr 2. Filia Nr 4. Filia Nr 6.** Noc Bibliotek.  
Wieczorno-nocna impreza promująca czytelnictwo i Biblioteki jako otwarte dla wszystkich, najbardziej dostępne i przyjazne instytucje kultury, miejsca, w których warto bywać. To okazja do niekonwencjonalnego zaprezentowania zbiorów i oferty edukacyjno-kulturalnej oraz poszerzenia grona czytelników.

**Biblioteka Publiczna Gminy Piątnica.** Noc bibliotek.

**Galeria Sztuki Współczesnej. Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Wystawa pokonkursowa  
IV Ogólnopolskie Biennale Grafiki Wklęsłodrukowej.

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Ogłoszenie konkursu na najciekawszą ozdobę bożonarodzeniową –  
- rozstrzygnięcie w grudniu.

**Łomżyński Park Krajobrazowy Doliny Narwi.** Dzień Krajobrazu.

1

Wtorek

*Wszystkich Świętych*

2

Środa

3

Czwartek

4

Piątek

5

Sobota

05-06.11.2022

**MOSiR Łomża.** Miejska Liga Piłki Nożnej MOSiR ŁOMŻA, sezon 2022/2023, kolejka IX.

Miejsce: kompleks sportowo - rekreacyjny „Moje Boisko Orlik 2012”, ul. Katyńska 3, ul. Bernatowicza 4.

6

Niedziela

**MDK-DŚT.** Urodziny Pani Hani - koncert muzyczny. Miejsce realizacji: Hala Kultury w Łomży.

7

Poniedziałek

8

Wtorek

9

Środa

10

Czwartek

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

11

Piątek

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Koncert pt. „Perły polskości” wpisujący się w obchody Narodowego Święta Niepodległości - otwarcie pokonkursowej wystawy fotograficznej pt. „Miejsce zwykle – niezwykle” - najciekawsze krajobrazy Gminy Piątnica - koncert lokalnego artysty, rozdanie nagród i kart pocztowych z najpiękniejszymi zdjęciami.**MDK-DŚT.** „Śpiewajmy dla Niepodległej” - Koncert Patriotyczny z udziałem Łomżyńskiej Orkiestry Dętej. Miejsce realizacji Hala Kultury w Łomży.*Święto Niepodległości*

12

Sobota

13

Niedziela

14

Poniedziałek

15

Wtorek

16

Środa

17

Czwartek

18

Piątek

19

Sobota

*M-GOK Jedwabne. VIII Festiwal Pieśni Patriotycznej i Harcerskiej.**19-20.11.2022**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży. XXVI Ogólnopolski Turniej Tańca Towarzyskiego o „Puchar Prezydenta Miasta Łomży”. XVIII Dziecięca Gala Taneczna. Miejsce: Piątnica, hala sportowa, ul. Szkolna 29.*

20

Niedziela

21

Poniedziałek

*21-23.11.2022**MDK-DŚT. OFF- ROAD - Spotkania z Kulturą Niepopularną - koncerty, spektakle, wystawy, projekcje filmowe. Miejsce realizacji: MDK-DŚT, Hala Kultury, Galeria pod Arkadami.*

22

Wtorek

*Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci. Międzyszkolny Turniej Czytelniczy ph. Detektywi w akcji. Konkurs skierowany do uczniów klas III i IV szkół podstawowych w Łomży i powiecie łomżyńskim. Miejsce: Hala Kultury.*

23

Środa

24

Czwartek

*Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży. Koncert w Filharmonii.*

25

Piątek

25-26.11.2022

*Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży. XXX Scena Młodych Wokalistów 2022. Impreza integrująca utalentowaną muzycznie młodzież, wrażliwą na piękno sztuki w szczególności muzyki i śpiewu. Wyłonienie talentów wokalnych i promocja w mediach.*

26

Sobota

*Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy. SENIORALIA PIĄTNICKIE – cykl spotkań zdrowotnych, autorskich oraz występy artystyczne i wieczorek taneczny.*

27

Niedziela

28

Poniedziałek

29

Wtorek

*MOSiR Łomża. Magiczne Andrzejki w Sali Zabaw MOSiRek. Miejsce: Park Wodny MOSiR, ul. Wyszyńskiego 15.*

30

Środa

*Listopad 2022****Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej.** Gminny Konkurs Recytatorski „Kurpie Zielone w Literaturze” dla uczniów klas V – VIII.****Galeria Sztuki Współczesnej. Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Wystawa rysunku Stanisława Kędziaławskiego.**Listopad- grudzień 2022****Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Wystawa zegarów Jarosława Kukowskiego. Światowej sławy malarz współczesny, juror międzynarodowych konkursów artystycznych, jest także twórcą niepowtarzalnych, ręcznie wykonanych, monumentalnych zegarów, będących połączeniem rzeźby, malarstwa i precyzyjnej techniki. Każdy zegar jest numerowany i sygnowany. Proces twórczy jest długotrwały, więc instalacji powstaje najwyżej kilka rocznie. Zegary, wzbogacone kilkoma obrazami artysty, będą gościły w Muzeum Północno-Mazowieckim pod koniec 2022 roku. Działania edukacyjne powiązane z wystawą to: Akademia Filmowa: projekcja animacji Piotra Dumala; wykład poświęcony historii zegarów i precyzji ich wykonania; warsztaty naprawy i nakręcania starych zegarów; spotkanie z zegarmistrzem; gra miejska.*

1

Czwartek

2

Piątek

3

Sobota

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży.** Mikołajkowy Przegląd ROK-u. Mikołajkowe Targi Artystycznej – Łomża 2022. Impreza promująca regionalnych artystów i ich twórczość. XII Festiwal Piosenki Świątecznej „Gwiazdkowe Nutki” 2022.

4

Niedziela

Barbórka

5

Poniedziałek

6

Wtorek

**MOSiR Łomża.** Mikołajki w Sali Zabaw MOSiRek. Miejsce: Park Wodny MOSiR, ul. Wyszyńskiego 15.  
**MOSiR Łomża.** Otwarcie sezonu Lodowisko „Biały Orlik”. Miejsce: Lodowisko Miejskie „Biały Orlik” ul. Katyńska 3.

Mikołajki

7

Środa

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Teatrzyk dla dzieci z okazji mikołajek.

8

Czwartek

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

9

Piątek

10

Sobota

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Kiermasz i rodzinne warsztaty ozdób bożonarodzeniowych.

11

Niedziela

12

Poniedziałek

13

Wtorek

14

Środa

15

Czwartek

16

Piątek

17

Sobota

**Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy.** Wigilijne Spotkanie Oplatkowe seniorów z gminy Piątnica –  
- koncert kolęd w wykonaniu Zespołu Seniorów Piątniczanie oraz zaproszonych gości.

18

Niedziela

**Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży.** Koncert w Filharmonii.

19

Poniedziałek

20

Wtorek

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci.** Konkurs literacko-plastyczny ph. Zimowa gra planszowa. Konkurs skierowany do uczniów szkół podstawowych w Łomży i powiecie łomżyńskim.

21

Środa

22

Czwartek

23

Piątek

24

Sobota

*Wigilia Bożego Narodzenia*

25

Niedziela

*Boże Narodzenie*

26

Poniedziałek *Boże Narodzenie*

27

Wtorek

28

Środa

29

Czwartek

30

Piątek

31

Sobota

*Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży. Koncert w Filharmonii.**Sylwester**Grudzień 2022****Urząd Gminy Wizna.** Wigilia dla samotnych. Spotkanie opłatkowe dla samotnych mieszkańców z terenu naszej gminy.****Galeria Sztuki Współczesnej. Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży.** Wystawa malarstwa i ceramiki Ivayli Živkovej-Roszak.*

# Cały rok 2022

Cały rok 2022

Codziennie w czasie roku szkolnego

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci.** Uczniowie w opalach. Pomoc bibliotekarzy w odrabianiu lekcji uczniom klas I-III.

Codziennie

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci.** PlanszoGRACZE. Spotkania dzieci i młodzieży zainteresowanych grami planszowymi.

Raz w miesiącu

**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 1.** Pogaduchy w Bibliotece. Spotkanie czytelników z zaproszonymi gośćmi i rozmowa na różne tematy przy kawie i herbatce.

Poniedziałek – 2 razy w miesiącu

**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 2.** Lubimy poniedziałki. Cykl spotkań o różnej tematyce adresowanych do osób dorosłych, zwłaszcza seniorów.

Poniedziałek – 2 razy w miesiącu

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział Zbiórów Specjalnych.** Pogodne popołudnia. Odwiedziny w domu osoby niepełnosprawnej, lektura fragmentu książki, rozmowa z czytelnikiem.

Poniedziałek, godz. 11:00

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci.** Wędrująca książeczka. Głośne czytanie dzieciom – pacjentom Szpitala Wojewódzkiego w Łomży.

Worek, godz. 11:00

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci.** Godzina opowieści. Głośne czytanie przez bibliotekarzy w łomżyńskich przedszkolach.

Wtorek - raz w miesiącu

**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 6.** Inspirujące wtorki. Cykl spotkań o różnej tematyce adresowanych do osób dorosłych, zwłaszcza seniorów.

Wtorek – 2 razy w miesiącu

**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 2.** Czytelnicza gratka dla małolatka. Cykl zajęć promujących książkę i czytanie adresowanych do starszych dzieci.

Wtorek - 2 razy w miesiącu

**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 6.** English Time. Spotkania dla dzieci zainteresowanych nauką języka angielskiego poprzez zabawę.

Czwartek, godz. 10.00 (co tydzień)

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział Zbiórów Specjalnych MBP.** Literackie Czwartki w Domu Pobytu Dziennego „Senior+”. Zajęcia stanowią rodzaj dyskusyjnego klubu książki. Polegają na wysłuchaniu fragmentu audiobooka, a następnie dyskusji tematycznie związanej z wysłuchanym tekstem.

Każdy czwartek, godz. 10:00

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci MBP w Łomży. Filia Nr 2. Filia Nr 6.** Czytanie na śniadanie. Cykl spotkań dla dzieci najmłodszych, które nie uczęszczają do przedszkoli. Dzieci uczestniczą w spotkaniach wraz z mamami, babciami, opiekunkami. Zajęcia mają na celu oswajanie dzieci z grupą rówieśniczą, z nowymi osobami, miejscem oraz sytuacjami. Zapoznaj z literaturą dziecięcą, uczyć wspólnej zabawy, potrzeby dzielenia się i współpracy. Dzieci wykonują prace plastyczne. Biorą udział w spotkaniach z ciekawymi ludźmi, itp.

1 raz w m-cu, (3 czwartek m-ca)

**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 2.** Dyskusyjny Klub Książki. Dyskusyjny Klub Książki to grupa dorosłych czytelników Biblioteki, która spotyka się i rozmawia o książkach. Uczestnicy DKK na każdym ze spotkań omawiają różne zagadnienie dotyczące konkretnej książki, dzielą się swoimi spostrzeżeniami i refleksjami, dyskutują też o literaturze i pisarzach.

Każdy piątek godz. 16:30

**Miejska Biblioteka Publiczna. Filia Nr 4.** Koło Przyjaciół Biblioteki. Zajęcia dla dzieci promujące książkę i czytelnictwo, w trakcie których organizowane są różne formy kulturalno-oświatowe, m.in. zabawy literackie i edukacyjno-integracyjne, konkursy, zajęcia plastyczne, spotkania z gośćmi, itp.

Piątek, godz. 10:30, (2 razy w miesiącu)

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział Zbiórów Specjalnych MBP.** Weekendowe spotkania z audiobookiem. Spotkania z literaturą dla osób niewidomych i niedowidzących polegające na wysłuchaniu fragmentów audiobooka i dyskusji tematycznej.

# Cały rok 2022

Cały rok 2022

Sobota, godz. 11:00

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci.** Coś z niczego. Zajęcia plastyczno-techniczne dla dzieci.

Sobota, godz. 11:00

**Miejska Biblioteka Publiczna. Oddział dla Dzieci.** Zabawy w kosmiczne sprawy. Zajęcia skierowane do dzieci, młodzieży i osób dorosłych zainteresowanych astronomią. Polegają na wysłuchaniu wykładu połączonych z prezentacją multimedialną, prowadzeniu doświadczeń i prac plastycznych.

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## URZĘDY I WŁADZE

### **Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego**

00-071 Warszawa, ul. Krakowskie Przedmieście 15/17, tel. 22 421 01 00

[www.mkidn.gov.pl](http://www.mkidn.gov.pl)

Minister Kultury i Dziedzictwa Narodowego - prof. dr hab. Piotr Gliński

### **Podlaski Urząd Wojewódzki w Białymstoku**

15-213 Białystok, ul. Mickiewicza 3, tel. 85 743 93 15, fax 85 743 92 31

[www.bialystok.uw.gov.pl](http://www.bialystok.uw.gov.pl), email: [bok@bialystok.uw.gov.pl](mailto:bok@bialystok.uw.gov.pl)

Wojewoda Podlaski - Bohdan Józef Paszkowski

### **Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego**

15-888 Białystok, ul. Kardynała Stefana Wyszyńskiego 1,

tel. 85 66 54 549, fax 85 66 54 567, [kancelaria@wrotapodlasia.pl](mailto:kancelaria@wrotapodlasia.pl),

[www.wrotapodlasia.pl](http://www.wrotapodlasia.pl),

Marszałek Województwa Podlaskiego - Artur Kosicki

### **Podlaski Instytut Kultury w Białymstoku**

ul. Kilińskiego 8, 15-950 Białystok, centr. 85 740 37 11, [pik@pikpodlaskie.pl](mailto:pik@pikpodlaskie.pl),

[www.pikpodlaskie.pl](http://www.pikpodlaskie.pl). Dyrektor - Barbara Bojaryn-Kazberuk

### **Diecezja Łomżyńska**

Kuria Biskupia, 18-400 Łomża, ul. Sadowa 3, tel. 86 473 46 11, Dom Biskupi

fax 86 473 46 31, kancelaria fax 86 473 46 04 lub fax 86 473 46 31,

e-mail: [kuria@diecezja.lomza.pl](mailto:kuria@diecezja.lomza.pl), [www.diecezja.lomza.pl](http://www.diecezja.lomza.pl)

Jego Ekscelencja Ks. Biskup Janusz Stepnowski Biskup Łomżyński

### **Starostwo Powiatowe w Łomży**

ul. Szosa Zambrowska 1/27, 18-400 Łomża, tel. sekr. 86 215 69 00,

fax 86 215 69 04. e-mail: [starostwo@powiatlomzynski.pl](mailto:starostwo@powiatlomzynski.pl), [www.powiatlomzynski.pl](http://www.powiatlomzynski.pl)

Starosta - Lech Marek Szablowski

### **Urząd Miejski w Łomży**

ul. Plac Stary Rynek 14, 18-400 Łomża, tel. centrala 86 215 67 00,

sekr. 86 215 67 11, fax 86 216 45 56, e-mail: [ratusz@um.lomza.pl](mailto:ratusz@um.lomza.pl), [www.lomza.pl](http://www.lomza.pl)

Prezydent - Mariusz Chrzanowski

### **Komenda Miejska Policji w Łomży**

ul. Wojska Polskiego 9, 18-400 Łomża, tel. 86 474 12 12, fax 86 474 12 15

[kmp@lomza.bk.policja.gov.pl](mailto:kmp@lomza.bk.policja.gov.pl), [www.lomza.policja.gov.pl](http://www.lomza.policja.gov.pl)

Komendant Miejski Policji w Łomży mł. insp. Krzysztof Woźniewski

### **Komenda Miejska Państwowej Straży Pożarnej w Łomży**

ul. Sikorskiego 48/94, 18-400 Łomża, tel. 86 215 02 20, fax. 86 474 13 63,

e-mail: [kmpsplo@straz.lomza.pl](mailto:kmpsplo@straz.lomza.pl), [www.straz.lomza.pl](http://www.straz.lomza.pl)

Komendant Miejski PSP kpt. mgr inż. Jacek Marek Bargielski

### **Powiatowy Urząd Pracy w Łomży**

ul. Nowogrodzka 1, 18-400 Łomża, tel. 86 215 80 10, fax 86 216 34 92

e-mail: [bilo@praca.gov.pl](mailto:bilo@praca.gov.pl), [www.pup.lomza.pl](http://www.pup.lomza.pl)

P.o. Dyrektor - Elżbieta Teresa Olejniczak

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## URZĘDY I WŁADZE

### **Urząd Miasta i Gminy Jedwabne**

ul. Żwirki i Wigury 3, 18-420 Jedwabne, tel./fax 86 217 20 40,  
burmistrz: 86 217 20 25, e-mail: burmistrz@jedwabne.pl, www.jedwabne.pl  
Burmistrz - Adam Mariusz Niebrzydowski

### **Urząd Gminy Łomża**

ul. M. Curie-Skłodowskiej 1A, 18-400 Łomża, tel. 86 216 52 63, fax 86 216 52 64,  
e-mail: sekretariat@gminalomza.pl, www.gminalomza.pl  
Wójt - Piotr Kłys

### **Urząd Gminy Miastkowo**

ul. Łomżyńska 32, 18-413 Miastkowo, tel. 86 217 48 78, fax 86 217 49 96,  
www.miastkowo.pl, e-mail: gmina.miastkowo@gmail.com,  
Wójt - Kazimierz Górski

### **Urząd Miejski w Nowogrodzie**

ul. Łomżyńska 41, 18-414 Nowogród, tel. 86 217 55 28, fax 86 217 55 20  
e-mail: umnowograd@wp.pl, www.nowograd.com  
Burmistrz - Grzegorz Andrzej Palka

### **Urząd Gminy Piątnica**

ul. Stawiskowska 53, 18-421 Piątnica Poduchowna, tel./fax 86 218 24 56,  
tel. 86 216 24 76, 86 216 64 96, 86 215 21 13, e-mail: ugpiatnica@doc.pl,  
www.gminapiatnica.pl  
Wójt - Artur Wierzbowski

### **Urząd Gminy Przytuły**

ul. Supska 10, 18-423 Przytuły, tel./fax. 86 217 70 03, tel. 512 413 016,  
e-mail: gmina@przytuly.powiatlomzynski.pl, www.przytuly.powiatlomzynski.pl  
Wójt - Kazimierz Ramotowski

### **Urząd Gminy Śniadowo**

ul. Ostrołęcka 11, 18-411 Śniadowo, tel. 86 217 61 46, 86 473 83 90, fax 86 217 61 68,  
e-mail: sekretariat@sniadowo.pl, www.sniadowo.pl  
Wójt - Rafał Pstrągowski

### **Urząd Gminy Wizna**

Plac Kapitana Raginisa 35, 18-430 Wizna, tel. 86 219 60 18, fax: 86 219 60 56,  
e-mail: wizna@wizna.pl, www.wizna.pl  
Wójt - Mariusz Soliwoda

### **Urząd Gminy Zbójna**

ul. Łomżyńska 64, 18-416 Zbójna, tel. 86 214 00 60 (sekretarz),  
tel./fax 86 214 00 29 (sekretariat),  
e-mail: ugzbojna@lo.home.pl, www.zbojna.powiatlomzynski.pl  
Wójt - Elżbieta Parzych

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## INSTYTUCJE KULTURY

### **Muzeum Przyrody - Dwór Lutosławskich w Drozdowie**

Drozdowo, ul. Główna 38, 18-421 Piątnica, tel./fax 86 219 20 81,  
e-mail: muzeumdrozdowo@wp.pl, www.muzeum-drozdowo.pl  
Dyrektor - Ewa Szejder

### **Muzeum Północno-Mazowieckie w Łomży**

ul. Dworna 22C, 18-400 Łomża, tel. 86 216 28 16, tel./fax 86 216 64 87,  
www.muzeum.4lomza.pl, e-mail: mpml@o2.pl  
Dyrektor - Paulina Waszelewska

### **Muzeum - Skansen Kurpiowski im. Adama Chętnika w Nowogrodzie**

18-414 Nowogród, ul. Zamkowa 25, tel. 86 217 55 62,  
e-mail: skansenkurpiowski@op.pl, www.muzeum.4lomza.pl  
Dyrektor - Juliusz Jakimowicz

### **Galeria Sztuki Współczesnej Muzeum Północno-Mazowieckiego w Łomży**

ul. Długa 13, 18-400 Łomża, tel. 86 216 41 00,  
www.muzeum.4lomza.pl, e-mail: galeria.lomza@op.pl  
Kierownik - Karolina Skłodowska

### **Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży - Instytucja Kultury Powiatu Łomżyńskiego,**

ul. Małachowskiego 4, 18-403 Łomża, tel./fax 86 219 01 11, tel. 86 219 02 00,  
e-mail: rok@4lomza.pl, www.rok.4lomza.pl, www.naszakultura.pl  
Dyrektor - Jarosław Cholewicki

### **Miejski Dom Kultury - Dom Środowisk Twórczych, Instytucja Kultury Miasta**

**Łomża**, ul. Wojska Polskiego 3, 18-400 Łomża, tel./fax 86 216 32 26, 86 216 45 53  
e-mail: sekretariat@mdk.lomza.pl, www.mdk.lomza.pl, dyrektor - Krzysztof Zemło

### **Galeria „Pod Arkadami”, 18-400 Łomża, Stary Rynek, tel. 86 216 20 93, 216 32 26**

### **Teatr Lalki i Aktora w Łomży**

Plac Niepodległości 14, 18-400 Łomża, tel./fax sekr. 86 216 59 55, 86 473 55 66  
biuro obsługi widowni 86 473 55 67, 666 383 704, e-mail: teatrlomza@hi.pl,  
www.teatrlomza.hi.pl. Dyrektor - Jarosław Antoniuk

### **Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego w Łomży**

ul. Nowa 2, 18-400 Łomża, tel. 86 216 24 81, kom. 501 609 510, fax 86 223 10 04  
www.filharmonia.lomza.pl, e-mail: biuro@filharmonia.lomza.pl,  
Dyrektor - Jan Miłosz Zarzycki

### **Klub Wojskowy w Łomży (Galeria N),**

Al. Legionów 133, 18-400 Łomża, tel. 261 385 239, tel. kierownik 261 385 240  
Kierownik - podpułkownik Ryszard Matuszewski

### **Galeria 6/9, Stanisławowo 10A, 18-416 Zbójna, tel. 602 670 839,**

galeria6na9@gmail.com, właściciel - Agnieszka Zielewicz

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## INSTYTUCJE KULTURY

### **Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Jedwabnem**

ul. Piękna 8, 18-420 Jedwabne, tel. 86 217 21 24, mgokjedwabne@wp.pl  
Dyrektor - Jadwiga Bekus

### **Gminny Ośrodek Kultury w Miastkowie**

ul. Łomżyńska 25/1, 18-413 Miastkowo, tel./fax 86 217 44 99, e-mail: gokm@op.pl,  
www.miastkowo.pl. Dyrektor - Małgorzata Korytkowska

### **Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Nowogrodzie**

ul. Łomżyńska 13, 18-414 Nowogród, tel./fax 86 217 55 45, mgok@nowogrod.com

### **Gminny Ośrodek Kultury w Pniewie**

ul. Krótka 20, 18-400 Łomża, tel. 86 2194795, kom. 665 992 030, kniemyjski@wp.pl  
Dyrektor - Jerzy Sęk

### **Gminny Ośrodek Kultury w Piątnicy**

ul. Szkolna 25, 18-421 Piątnica Poduchowna, e-mail: gok@gokpiatnica.pl,  
www.gokpiatnica.pl, tel./fax 86 216 44 34. Dyrektor - Edyta Brzozowska

### **Gminny Ośrodek Kultury w Śniadowie**

ul. Ostrołęcka 13, 18-411 Śniadowo, tel. 86 217 61 46 w. 47,  
e-mail: goksniadowo@op.pl. Dyrektor - Gabriela Piszczatowska

### **Gminny Ośrodek Kultury w Zbójnej**

ul. Łomżyńska 44, 18-416 Zbójna, tel./fax 86 214 00 38, gok.zbojna@2com.pl,  
Dyrektor - Renata Krajewska

### **Hala Kultury w Łomży**

Stary Rynek 6, 18-400 Łomża, tel. 86 215 68 87, e-mail:  
[sledziewski.slawomir@um.lomza.pl](mailto:sledziewski.slawomir@um.lomza.pl), Kierownik – Sławomir Śledziewski

### **Galeria Żivkova**

ul. Makowa 8, 18-400 Łomża, tel. kom. 604 845 478, e-mail: ivayla@wp.pl  
www.ivayla.pl, właścicielka - Ivayla Živkova-Roszak

### **Łomżyński Park Krajobrazowy Doliny Narwi w Drozdowie**

ul. Główna 52, 18-421 Piątnica Poduchowna, tel./fax 86 219 21 75,  
kom. 606 420 429, e-mail: lpkdn.drozdowo@wp.pl, www.lpkdn.wrotapodlasia.pl  
Dyrektor - Mariusz Sachmaciński

### **Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łomży**

ul. Zjazd 18, 18-400 Łomża, tel./fax 86 215 06 05, 86 216 26 01,  
sekretariat@mosir.lomza.pl, www.mosir.lomza.pl, Dyrektor - Andrzej Modzelewski

**Centrum Katolickie im. Papieża Jana Pawła II w Łomży**, ul. Zawadzka 55,  
18-403 Łomża, tel. 86 216 89 05, parafia@krzyz.lomza.pl, www.krzyz.lomza.pl

### **Centrum Aktywności Turystycznej i Kulturalnej „Domek Pastora”**

ul. Krzywe Koło 1, 18-400 Łomża, tel. 86 307 00 44, e.gadzinska@um.lomza.pl  
www.lomza.pl

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## UCZELNIE I SZKOŁY ARTYSTYCZNE

### **Wyższa Szkoła Agrobiznesu w Łomży**

18-402 Łomża, ul. Studencka 19, tel. 86 216 94 97, fax 86 215 11 89,  
e-mail: rektorat@wsa.edu.pl, www.wsa.edu.pl,  
Rektor J.M. prof. nadzw. dr hab. Roman Engler

### **Uczelnia Jańskiego z siedzibą w Łomży**

18-400 Łomża, ul. Krzywe Koło 9, tel. 86 216 70 50,  
e-mail: dziekanat@lomza.janski.edu.pl, www.lomza.janski.edu.pl,  
Rektor - ks. dr hab. Piotr Kulbacki, e-mail: rektor@lomza.janski.edu.pl

### **Akademia Nauk Stosowanych w Łomży**

ul. Akademicka 14, 18-400 Łomża, tel. 86 215 59 53, fax 86 215 66 01,  
e-mail: sekretariat@pwsip.edu.pl, www.pwsip.edu.pl,  
Rektor - prof. dr hab. Dariusz Surowik

### **Liceum Plastyczne im. Wojciecha Kossaka w Łomży**

18-400 Łomża, ul. M. Skłodowskiej-Curie 1, tel./fax 86 218 84 19,  
e-mail: sekretariat@lplomza.pl, www.lplomza.pl  
Dyrektor - Małgorzata Wagner

### **Państwowa Szkoła Muzyczna I i II Stopnia w Łomży**

18-400 Łomża, Al. Legionów 36, tel./fax 86 215 01 61, fax wew. 12  
e-mail: psm@lomza.poczta.internetdsl.pl, www.psm.lomza.pl  
Dyrektor - Mirosław Andrzej Korona

## BIBLIOTEKI

### **Miejska Biblioteka Publiczna**

ul. Długa 13, 18-400 Łomża, skr. poczt. 34, tel. 86 216 54 81, fax 86 216 54 83,  
biblioteka@mbp-lomza.pl, www.mbp-lomza.pl

**Oddział dla Dzieci i Oddział Zbiorów Specjalnych**, ul. 3 Maja 6 A, tel. 86 216 54 08,  
www.bibliotekadladzieci.pl

Dyrektor - Teresa Fromelc-Pawelczyk

### **Filie biblioteczne w Łomży**

**Nr 1**, ul. Polna 16, tel. 86 212 50 29; **Nr 2**, ul. Ks. Anny 2, tel. 86 218 43 65;

**Nr 4**, ul. Spółdzielcza 31, tel. 86 218 64 50, **Nr 6**, ul. Małachowskiego 4,  
tel. 86 218 43 36

### **Biblioteka Publiczna Miasta i Gminy Jedwabne**

ul. Piękna 8, 18-420 Jedwabne, tel. 86 217 21 24, biblioteka.jedwabne@interia.pl

### **Biblioteka Publiczna Gminy Łomża z siedzibą w Podgórzu, Filia w Kupiskach**

Kupiski Nowe 127, 18-400 Łomża, tel. 86 217 93 35, bp.kupiski@wp.pl

### **Biblioteka Publiczna Gminy Łomża z siedzibą w Podgórzu, Filia w Konarzycach**

Konarzyce, ul. Łomżyńska 106, 18-404 Łomża, tel. 86 215 76 26, bp.konarzyce@wp.pl

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## BIBLIOTEKI

**Biblioteka Publiczna Gminy Łomża z siedzibą w Podgórzu, Filia w Pniewie**  
Pniewo, ul. Krótka 20, 18-400 Łomża, tel. 86 219 48 86, [bppniewo@wp.pl](mailto:bppniewo@wp.pl) Bibliotekarz  
Justyna Kozłowska

**Biblioteka Publiczna Gminy Łomża z Siedzibą w Podgórzu**  
ul. Łomżyńska 30, 18-400 Łomża, tel./fax 86 217 82 23, e-mail: [bppodgorze@wp.pl](mailto:bppodgorze@wp.pl)  
Dyrektor - Wiesława Kłosińska

**Biblioteka Publiczna Gminy Łomża z siedzibą w Podgórzu, Filia w Wygodzie**  
ul. Kościelna 12, 18-400 Wygodza, tel. 86 219 30 03, [bpwygodza@onet.eu](mailto:bpwygodza@onet.eu), Bibliotekarz  
Bożena Modzelewska

**Biblioteka Publiczna Gminy Miastkowo**  
ul. Łomżyńska 25/1, 18-413 Miastkowo, tel. 86 217 44 70, 600 245 296  
e-mail: [biblioteka-miastkowo@o2.pl](mailto:biblioteka-miastkowo@o2.pl), Kierownik - Anna Cwalina-Adamowicz

**Biblioteka Publiczna Gminy Miastkowo Filia Biblioteczna w Drogoszewie**  
Drogoszewo, ul. Szkolna 7, 18-413 Miastkowo

**Biblioteka Publiczna Miasta i Gminy Nowogród**  
ul. Nowa 6, 18-414 Nowogród, tel. 86 218 09 15, [biblioteka\\_mgok@o2.pl](mailto:biblioteka_mgok@o2.pl).  
Kierownik - Karolina Piątek

**Biblioteka Publiczna Miasta i Gminy w Nowogrodzie Filia Biblioteczna w Mątwyce**, Mątewica, 18-414 Nowogród

**Biblioteka Publiczna Gminy Piątnica**  
ul. Szkolna 23, 18-421 Piątnica, tel. 86 219 27 06, e-mail: [bpgpiatnica@wp.pl](mailto:bpgpiatnica@wp.pl)  
kierownik: Anna Gosk

**Biblioteka Publiczna Gminy Piątnica Filia Biblioteczna w Dobrzyjałowie**  
Dobrzyjałowo, ul. Zdrowia 1, 18-421 Piątnica, tel. 86 219 16 60,  
[fbdobrzyjalowo@interia.pl](mailto:fbdobrzyjalowo@interia.pl)

**Biblioteka Publiczna Gminy Piątnica Filia Biblioteczna w Jezioroku**  
Jezioro 42, 18-421 Piątnica, tel. 86 219 10 66

**Gminna Biblioteka Publiczna w Przytułach**  
ul. Supska 10, 18-423 Przytuły, tel. 86 472 11 08, 512413016,  
e-mail: [biblioteka-przytuly@wp.pl](mailto:biblioteka-przytuly@wp.pl), Dyrektor - Mariola Sobiech

**Biblioteka Publiczna Gminy Śniadowo**  
ul. Ostrołęcka 7, 18-411 Śniadowo, tel. 86 473 83 79, 516 121 055,  
e-mail: [biblioteka@sniadowo.pl](mailto:biblioteka@sniadowo.pl), Kierownik - Barbara Szczubetek

**Biblioteka Publiczna Gminy Śniadowo Filia Biblioteczna w Szczepankowie**  
18-412 Szczepankowo, Szczepankowo 16

**Biblioteka Publiczna Gminy Wizna**  
Plac Raginisa 35, 18-430 Wizna, tel. 86 219 60 29, e-mail: [wizna@wizna.pl](mailto:wizna@wizna.pl)  
Kierownik - Beata Piechowiak

**Biblioteka Publiczna Gminy Wizna Filia Biblioteczna w Bronowie**  
18-430 Wizna, Bronowo, ul. Mostowa 5, tel. 86 217 72 13

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## BIBLIOTEKI

### **Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej**

ul. Łomżyńska 44, 18-416 Zbójna, tel. 86 214 02 13, e-mail: bibliotekazbojna@wp.pl

### **Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej Filia Biblioteczna w Dobrymlesie**

18-416 Zbójna, Dobrylas 58, tel. 86 214 02 02, e-mail: bibliotekadobrylas@wp.pl

### **Gminna Biblioteka Publiczna w Zbójnej Filia Biblioteczna w Kuziach**

18-416 Zbójna, Kuzie, tel. 86 214 11 26, bibliotekakuzie@wp.pl

## SPORT

### **Powiatowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe,**

18-400 Łomża, ul. Szosa Zambrowska 1/27, lok. 416, tel. 86 216 38 97

### **Powiatowy Szkolny Związek Sportowy,**

18-400 Łomża, Szosa Zambrowska 1/27, lok. 416, tel. 664 469 682

### **Podlaskie Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej w Łomży,**

ul. Farna 1, 18-400 Łomża, tel. 86 216 41 67, 86 216 46 05, ptkkf@onet.pl,

### **Łomżyński Szkolny Związek Sportowy**

18-403 Łomża, ul. Juliana Ursyna Niemcewicza 17, 86 218 90 10

## STOWARZYSZENIA I FUNDACJE

### **Stowarzyszenie Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży.**

#### **Organizacja Pożytku Publicznego.**

Al. Józefa Piłsudskiego 11A, pok. 410, 18-404 Łomża, tel. 86 473 32 63

e-mail: amazonki.lomza@gmail.com, www.amazonki.4lomza.pl

Prezes - Barbara Porwoł

### **Stowarzyszenie Wspierania Poradnictwa Obywatelskiego**

18-400 Łomża, ul. Szosa Zambrowska 1/27, lok. 215, tel./fax 86 216 48 79, e-

mail: bpolomza@o2.pl, www.bpolomza.pl

### **Stowarzyszenie „Wspólnota Polska” - Oddział w Łomży**

ul. Kopernika 9, 18-400 Łomża, tel./fax 86 216 75 31, 606-104-735

e-mail: wspolnota-polska@wp.pl, www.wspolnota-polska.org

Prezes - Hanka Gałązka

### **Łomżyńska Izba Przemysłowo-Handlowa,**

ul. gen. W. Sikorskiego 166, 18-400 Łomża, tel. 698 666 600,

e-mail: biuro@liph.lomza.pl, www.liph.lomza.pl,

prezes Rady Izby – Grzegorz Rytelewski

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## STOWARZYSZENIA I FUNDACJE

### **Towarzystwo Przyjaciół Dzieci Oddział Okręgowy w Łomży**

ul. Mickiewicza 12, 18-400 Łomża, tel./fax 86 218 23 97, e-mail: tpdlomza@wp.pl,  
Dyrektor Biura TPD mgr inż. Jan Szymański

### **Towarzystwo Przyjaciół Ziemi Łomżyńskiej**

ul. Sienkiewicza 8 lok. 1, 18-400 Łomża, tel. 86 216 28 33, zgtpzl@um.lomza.pl  
www.lomzyniaczy.org, Prezes - Józef Babel

### **Spółeczne Stowarzyszenie Prasoznawcze „STOPKA” im. Stanisława Zagórskiego w Łomży**

Al. Piłsudskiego 83, 18-403 Łomża, tel. 86 216 42 61, fax 86 215 11 51,  
e-mail: stopka@stopkapress.com.pl, www.stopkapress.com.pl,  
Prezes - Ludwik Malinowski

### **CARITAS Diecezji Łomżyńskiej**

ul. Rybaki 1, 18-400 Łomża, tel. 86 216 29 92, fax 86 216 29 38,  
e-mail: lomza@caritas.pl, biuro.lomza@caritas.pl. www.kuria.lomza.pl,  
www.lomza.caritas.pl, Dyrektor - ks. dr mgr lic. Andrzej Mikucki

### **Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów z siedzibą w Łomży**

Zarząd Oddziału Rejonowego  
18-400 Łomża, ul. Szosa Zambrowska 1 pok. 217 lok. 27, tel. 86 216 27 84

### **Polski Czerwony Krzyż Oddział w Łomży**

ul. Szosa Zambrowska 1/27, 18-400 Łomża, tel./fax 86 216 25 90, lomza@pck.org.pl

### **Łomżyńskie Towarzystwo Naukowe im. Wagów**

ul. Długa 13, 18-400 Łomża, tel./fax 86 216 32 56,  
e-mail: wagowie@ltn.lomza.pl, www.ltn.lomza.pl  
Dyrektor - prof. dr hab. Henryk J. Wnorowski

### **Stowarzyszenie Przyjaciół Nowogrodu**

ul. 550-lecia 9, 18-414 Nowogród, tel. 86 217 56 10,  
e-mail: glos.nowogrodzki@poczta.fm

### **Stowarzyszenie Klub „Fort” w Łomży**

Al. Legionów 133, 18-400 Łomża, kom. 600 039 532, 86 218 24 31 wew. 24,  
ludwikzalewski@gmail.pl, Prezes - Ludwik Zalewski

### **Fundacja Narwiańska**

ul. Główna 38, 18-421 Drozdowo, tel. 86 219 20 81

### **Bractwo Trzeźwości im. św. Maksymiliana Marii Kolbego**

ul. Krzywe Koło 3, 18-400 Łomża, tel. 86 216 48 49, e-mail: bractwotrzezwosci@wp.pl

### **Fundacja LEONARDO**

ul. Woźniowdzka 1, 18-400 Łomża, tel. 695 695 333, e-mail: fundacjaleonardo@op.pl

### **Fundacja OCALENIE**

ul. Sadowa 8, 18-400 Łomża, tel. 86 214 16 57, kamil.kaminski@ocalenie.org.pl

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## STOWARZYSZENIA I FUNDACJE

### **Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Oddział Rejonowy w Łomży**

ul. Niemcewicza 17, lok. 6, 18-403 Łomża, tel. 86 219 83 67, adres do korespondencji: 18-400 Łomża, ul. Piękna 13/23, diabetycy.lomza@gmail.com

### **Związek Żołnierzy Narodowych Sił Zbrojnych Okręg Łomża**

ul. Nowa 2, 18-400 Łomża, pok.21, www.zambrowiaci.pl,

### **Poczta Harcerska ZHP, 101 Łomża**

Naczelnik, hm. Henryk F. Karwowski HR, tel. 693 18 29 97, P.O. Box 78, 18-400 Łomża, e-mail:henryk.f.karwowski@interia.pl, www.ph.specjalnosci.zhp.pl, ph.zhp101lomza@onet.eu

### **Hufiec „Nadnarwiański” ZHP im. Adama Chętnika w Łomży**

ul. Polowa 11a, 18-400 Łomża, 86 216 41 97, biurozhp1omza@vp.pl, www.zhp.4lomza.pl, komendant: hm. Wiesław Domański

### **Fundacja Sztuk i Dialogu, ul. Piękna 8, 18-420 Jedwabne, tel. 660 786 777,**

fundacjasztuk@gmail.com, www.fundacjasztuk.naszakultura.pl

Prezes - Katarzyna Modzelewska

### **Fundacja Czas Lokalny**

ul. Dworna 35, 18-400 Łomża, e-mail:fundacja@czaslokalny.pl, www.czaslokalny.pl

### **JA I TY Stowarzyszenie Ludzi Aktywnie Naznaczonych**

ul. Por. Łagody 1/19, 18-400 Łomża, tel. 664 868 313 stowarzyszeniejaity@gmail.com

### **Katolickie Stowarzyszenie CIVITAS CHRISTIANA**

ul. Kardynała S. Wyszyńskiego 2/9, 18-400 Łomża, tel. 721 998 509

podlaski@civitaschristiana.pl

### **Katolickie Stowarzyszenie „Pokój i Dobro”**

ul. Sadowa 12/204, 18-400 Łomża, tel. 86 216 39 41

### **Klub Żeglarski ZEFIR w Łomży, ul. Chopina 2/12, 18-400 Łomża, tel. 86 216 32 02,**

516 942 533, kzzefir@gmail.com, kalmart123@wp.pl, Prezes Jan Marcińczyk

### **Liga Obrony Kraju Zarząd Rejonowy w Łomży**

ul. Zjazd 16, 18-400 Łomża, e-mail: strzelpol@wp.pl

### **Łomżyńska Rada Federacji Stowarzyszeń Naukowo-Technicznych NOT w Łomży**

ul. Polowa 45, 18-400 Łomża, pokój nr. 208, tel. biuro 86 216 64 72, fax 86 216 64 72,

e-mail: biuro@notlomza.pl, www.notlomza.pl

Dyrektor biura NOT Piotr Grabani

### **Łomżyńskie Towarzystwo Muzyczne**

ul. Polowa 57C, 18-400 Łomża, tel. 86 218 59 36

### **Regionalny Związek Pszczelarzy w Łomży**

18-401 Łomża, ul. Śniadeckiego 7/25, tel. 86 218 40 05, 504 438 289,

prezes: Wiesław Grzymała

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## STOWARZYSZENIA I FUNDACJE

### **Łomżyński Klub Płetwonurków „Podwodny jeleń”**

ul. Nowogrodzka 268, kores. ul. Prusa 12/47, 18-400 Łomża, tel. 600 850 519, marek.plona@gmail.com, www.podwodnyjelen.pl. Marek Plona - Prezes Zarządu

### **Łomżyńskie Stowarzyszenie Krótkofalowców**

ul. Wojska Polskiego 161D, lok. 39, 18-402 Łomża, hamradio-lomza@wp.pl, henpor@interia.pl, www.krotkofalowcy.lomza.pl, prezes: Henryk Porwisiak

### **Łomżyńskie Stowarzyszenie „Zdrowie i trzeźwość”**

ul. Dworna 13, 18-400 Łomża, tel: 86 216 37 50, kom. 516 814 655, lomza.dworna13@gmail.com, www.zit.lomza.pl, www.lomza.y0.pl

### **Łomżyńskie Towarzystwo Opieki nad Zwierzętami**

ul. Śniadeckiego 6/32, 18-400 Łomża, schroniskoarka@gmail.com, tel. 86 216 31 83 tel. 660 464 642

### **Łomżyńskie Towarzystwo Przyjaciół Chorych Hospicjum pw. Św. Ducha**

ul. Rybaki 3, 18-400 Łomża, tel./fax 86 216 66 16, hospicjum.lomza@vp.pl, www.hospicjum.lomza.pl

### **Oddział Regionalny Towarzystwa Wiedzy Powszechnej**

ul. Mickiewicza 59, 18-400 Łomża, tel. 86 216 45 62, twp@twp.lomza.pl, www.twp.lomza.pl, prezes: Witold Wincenciak

### **Polski Komitet Pomocy Społecznej Zarząd Okręgowy w Łomży**

ul. Gen. Sikorskiego 222, 18-400 Łomża, tel. 86 218 61 87, fax. 86 218 23 28 biuro@pensjonatptaki.pl, www.pkpslomza.pl

### **Polski Związek Niewidomych Koło w Łomży**

Pl. Stary Rynek 6, 18-400 Łomża, tel. 86 218 80 73, kom. 504 395 631, Prezes Zarządu Koła – Siudakiewicz Agnieszka

### **Polskie Stowarzyszenie Animatorów Pedagogiki Celestyna Freineta Grupa**

**Regionalna Łomża**, SP nr 7, ul. Kierzkowa 63, 18-400 Łomża, tel. 86 218 36 56, bo-na07@o2.pl, przewodnicząca: Bożena Wykowska

### **Społeczno-Oświatowe Stowarzyszenie Pomocy Pokrzywdzonym i Niepełnosprawnym „Edukator”**

ul. Wojska Polskiego 29A, 18-402 Łomża, tel./fax 86 215 04 63, biuro@sosedukator.pl, www.sosedukator.pl

### **Stowarzyszenie Szkół Innowacyjnych Regionu Północno-Wschodniego**

ul. Bernatowicza 4, 18-400 Łomża, tel. 86 216 37 16, fax 86 216 62 36

### **Stowarzyszenie Bibliotekarzy Polskich, Oddział w Łomży**

Podgórze, ul. Łomżyńska 30, 18-405 Łomża, bppodgorze@wp.pl

### **Stowarzyszenie „Dłatego warto”**

ul. Bernatowicza 3, 18-400 Łomża, kom. 504 745 255, biuro@dlategowarto.pl dlategowarto@wp.pl, www.dlategowarto.pl, Prezes: Beata Kiełczewska-Szmit

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## STOWARZYSZENIA I FUNDACJE

### **Stowarzyszenie Edukacyjno-Pomocowe „Empatia”**

ul. Marii Curie-Skłodowskiej 5, 18-400 Łomża, tel. 86 216 56 21,  
empatialomza@interia.pl, www.empatia.lomza.pl

### **Stowarzyszenie Elektryków Polskich, Oddział Łomżyński**

Al. Legionów 157, 18-400 Łomża, tel: 85 67 66 205, tel/fax: 86 216 34 61 w. 6205,  
biuro@sep.lomza.pl, www.sep.lomza.pl

### **Stowarzyszenie HOMO HOMINI**

ul. Kard. Wyszyńskiego 6/42, tel./fax 86 212 52 27, 18-400 Łomża, salus6@o2.pl

### **Stowarzyszenie Kupców i Producentów BAZAR**

ul. Niemcewicza 6/5, 18-400 Łomża, tel. 86 218 98 35

### **Stowarzyszenie Mazowiecki Prywatny Transport**

ul. Mickiewicza 12, 18-400 Łomża, tel. 86 219 85 85

### **Stowarzyszenie Pielęgniarek i Położnych na Rzecz Rozwoju, Promocji i Doskonalenia Zawodowego**

ul. Konst. 3 Maja 2/21, 18-400 Łomża, tel. 86 216 27 71, spip.lomza@wp.pl,  
www.spip.lomza.pl

### **Stowarzyszenie Polaków Poszkodowanych przez III Rzeszę, Zarząd Oddziału Terenowego w Łomży**

ul. Szosa Zambrowska 1/27 pok. 214, 18-400 Łomża

### **Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom**

tel. 86 218 85 52, ul. Kołłątaja 8, 18-400 Łomża, e-mail: st-pomocydzieciom@wp.pl

### **Stowarzyszenie Pomocy Osobom Poszkodowanym w Wypadkach i Kolizjach Drogowych „Protecta”**

Al. Piłsudskiego 11a/208, 18-400 Łomża

### **Stowarzyszenie Prywatnego Transportu Osobowego „Radio Taxi Łomża Plus”**

ul. Rządowa 1a, 18-400 Łomża, tel. 86 215 02 22

### **Stowarzyszenie Przyjaciół Bursy Szkolnej nr 3**

ul. Zjazd 3, 18-400 Łomża, e-mail: kkrajewski@vp.pl

### **Stowarzyszenie Przyjaciół Dzieci Placówki Opiekuńczo-Wychowawczej w Łomży**

ul. Rybaki 14, 18-400 Łomża, tel. 86 215 03 11, tel. 86 216 20 14,  
e-mail: wpow.lomza@op.pl, www.pow.4lomza.pl

### **Stowarzyszenie Przyjaciół Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnych Intelaktualnie „Pomocna Dłoń” przy Domu Pomocy Społecznej w Łomży**

ul. Polowa 39, 18-400 Łomża, tel./fax 86 216 52 52, 86 216 52 5, dpslomza@op.pl,  
www.dpslomza.domypomocy.pl

### **Stowarzyszenie Przyjaciół Harcerstwa Łomżyńskiego**

ul. Polowa 11A, 18-400 Łomża, tel. 512 474 367, sphl2@wp.pl, www.sphl.pl

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## STOWARZYSZENIA I FUNDACJE

**Stowarzyszenie Rzeczoznawców Techniki Samochodowej i Ruchu Drogowego**  
„Stowarzyszenie Rzeczoznawców Samochodowych – Ekspertmot Oddział w Łomży  
ul. Polowa 16 lok. 26, 18-400 Łomża, tel. 86 216 24 89, lomza@rzeczoznawcy.com.pl

**Stowarzyszenie Właścicieli Ogrodów Działkowych ROŚ**  
ul. Księcia Janusza I 9/45, 18-404 Łomża, tel. 86 218 76 55

**Stowarzyszenie Wspierania Edukacji i Rynku Pracy**  
ul. Wojska Polskiego 113, 18-402 Łomża, tel./fax. 86 216 53 03, sweirp@praca.org.pl,  
ilona.baczewska@praca.org.pl, www.praca.org.pl

**Towarzystwo Kultury Języka Oddział w Łomży**  
ul. R. Dmowskiego 2/30, 18-400 Łomża, tel. 86 216 46 63, hensedziak@o2.pl,  
czydodar@poczta.onet.pl, www.tkj.lomza.pl

**Yacht Club „Arcus” w Łomży**  
ul. Mazowiecka 1/30, 18-400 Łomża, tel./fax 86 218 06 93, biuro@ycarcus.pl

**Zakład Doskonalenia Zawodowego**  
ul. Ciepła 22, 18-400 Łomża, tel. 86 216 26 31, zdzlomza@o2.pl, www.zdz.lomza.pl

**Związek Inwalidów Wojennych Rzeczypospolitej Polskiej, Zarząd Oddziału w Łomży**  
ul. Nowa 2, pok. 6, 18-400 Łomża

**Związek Sybiraków Oddział Łomża**  
ul. Nowa 2, pok. 129, 18-400 Łomża, tel. 512 916 950, sybiracylomza@gmail.com

**Związek Żołnierzy Wojska Polskiego**  
Al. Legionów 133, 18-400 Łomża, kglomza@op.pl, tel. 608 680 972  
Prezes płk Zenon Wagner

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## PRASA I MEDIA

**Tygodnik Kontakty**, Al. Legionów 7, 18-400 Łomża, tel. 86 216 42 43, fax 86 216 57 11, e-mail: [redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl](mailto:redakcja@kontakty-tygodnik.com.pl), [www.kontakty-tygodnik.com.pl](http://www.kontakty-tygodnik.com.pl)

**Gazeta Współczesna** O/Łomża, ul. Długa 6, 18-400 Łomża, tel. 216 78 99; 86 215 10 25, fax. 86 216 56 97 e-mail: [lomza@wspolczesna.pl](mailto:lomza@wspolczesna.pl), [www.wspolczesna.pl](http://www.wspolczesna.pl)

**4lomza.pl, Gazeta Bezcenna**

ul. Dworna 39, 18-400 Łomża, tel. 86 219 07 00, e-mail: [speed@4lomza.pl](mailto:speed@4lomza.pl)

**Kwartalnik Nowy Głos Puszczański**, ul. Łomżyńska 44, 18-416 Zbójna, tel. 86 214 00 38, e-mail: [gok.zbojna@2com.pl](mailto:gok.zbojna@2com.pl)

Radio **RMF Maxxx Podlasie**, ul. Lipowa 32 lok. 107, 15-427 Białystok, tel. 85 742 36 36, [podlasie@rmfmaxxx.pl](mailto:podlasie@rmfmaxxx.pl), [www.rmfmxxx.pl](http://www.rmfmxxx.pl)

**Polskie Radio Białystok Studio Łomża**, ul. Sadowa 8, 18-400 Łomża, tel./fax 86 216 49 72 , fax 86 216 64 34, e-mail: [adabrowski@radio.bialystok.pl](mailto:adabrowski@radio.bialystok.pl), [www.radio.bialystok.pl](http://www.radio.bialystok.pl)

**Radio ESKA Łomża 88,8 FM**, ul. Piłsudskiego 11A, 18-404 Łomża, tel. 86 219 09 13, e-mail: [redakcja.lomza@eska.pl](mailto:redakcja.lomza@eska.pl), [www.eska.pl](http://www.eska.pl)

**Centrum Edukacji Medialnej SpesMediaGroup**

ul. Sadowa 3, 18-400 Łomża, tel. 86 215 14 10, fax 86 215 14 13, [ww.spesmedia.pl](http://ww.spesmedia.pl), [www.wzasiegu.pl](http://www.wzasiegu.pl), [sekretariat@spesmedia.pl](mailto:sekretariat@spesmedia.pl), [redakcja@wzasiegu.pl](mailto:redakcja@wzasiegu.pl)

**Grupa Medialna Narew Telewizja, Tygodnik, Portal,**

ul. Stary Rynek 13, 18-400 Łomża, tel. 86 216 74 44 fax 86 216 71 07, e-mail: [redakcja@narew.info](mailto:redakcja@narew.info), [www.narew.info](http://www.narew.info)

**Telewizja kablowa Multimedia Polska Sp. z o.o.**, ul. Ks. Anny 2, 18-403 Łomża, infolinia tel. 345 345 345, [www.multimedia.pl](http://www.multimedia.pl)

**Telewizja Polska S.A. Oddział Białystok**, ul. Włókiennicza 16 A, 15-464 Białystok Centrala 85 664 81 05, e-mail: [sekretariat.bialystok@tvp.pl](mailto:sekretariat.bialystok@tvp.pl), [urszula.romanczuk@tvp.pl](mailto:urszula.romanczuk@tvp.pl), [www.bialystok.tvp.pl](http://www.bialystok.tvp.pl)

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## OBSŁUGA RUCHU TURYSTYCZNEGO

**Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze im. A.Chętnika O/ Łomża**  
ul. Wojska Polskiego 1, tel. 86 216 47 18

**Biuro Podróży TOMITOURIST**, Al. Legionów 7a, 18-400 Łomża,  
tel. 86 216 44 53, 574 90 0511, e-mail: [biuro@tomitourist.pl](mailto:biuro@tomitourist.pl), [www.tomitourist.pl](http://www.tomitourist.pl)

**Biuro Turystyczne GILDA**, Al. Legionów 7, 18-400 Łomża, 86 216 41 47,  
e-mail: [gilda@pro.onet.pl](mailto:gilda@pro.onet.pl)

**ROBIN Travel**, ul. Bema 37, 18-400 Łomża,  
tel./fax 86 215 35 31, 608 416 417, e-mail: [robin@4lomza.pl](mailto:robin@4lomza.pl)

**Doris Travel Biuro Podróży**, ul. Sikorskiego 239, 18-400 Łomża,  
tel./fax 86 218 11 12, [www.doristravel.com](http://www.doristravel.com)  
e-mail: [kontakt@doristravel.com](mailto:kontakt@doristravel.com), właścicielka: Dorota Iłaszczuk

**Trans-Turyst „Woleński”**, 18-400 Łomża, ul. Rycerska 10/68, tel. 86 218 35 52  
tel. kom. 604 245 813, e-mail: [wilenski-jacek@wp.pl](mailto:wilenski-jacek@wp.pl)

**JC Podróże**, ul. Długa 6, 18-400 Łomża, tel. 86 216 39 39, tel. kom. 606 953 999,  
e-mail: [biuro@jc-podroze.pl](mailto:biuro@jc-podroze.pl), [www.jc-podroze.pl](http://www.jc-podroze.pl)

**Aviarest Biuro Podróży**, ul. Farna 12, 18-400 Łomża, tel. 86 216 33 33,  
86 216 33 03, [biuro@aviarest.pl](mailto:biuro@aviarest.pl), [www.aviarest.pl](http://www.aviarest.pl)

**Lokalna Organizacja Turystyczna Ziemia Łomżyńska, Łomżyńskie Centrum  
Informacji Turystycznej**  
ul. Krzywe Koło 9, 18-400 Łomża, tel. 86 216 70 50, 86 216 50 19  
e-mail: [lot\\_ziemialomzynska@wp.pl](mailto:lot_ziemialomzynska@wp.pl)

**Biuro Podróży King Travel Krystyna Rakowska**, Al. Legionów 44, 18-402 Łomża,  
tel. 86 216 44 55, kom. 510 004 216, e-mail: [lomza@wakacyjnyswiat.pl](mailto:lomza@wakacyjnyswiat.pl)  
[www.king-travel.pl](http://www.king-travel.pl)

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## BAZA TURYSTYCZNA - HOTELE, MOTELE I PENSJONATY

### POWIAT ŁOMŻYŃSKI

**Hotel Kurpia Arte**, 18-414 Nowogród, ul. Obrońców Nowogrodu 2,  
tel. 86 214 04 52, e-mail: [biuro@hotelkurpiaarte.pl](mailto:biuro@hotelkurpiaarte.pl), [hotelkurpiaarte.pl](http://hotelkurpiaarte.pl)

**Motel Zacisze**, 18-421 Piątница, ul. Stawiskowska 51, tel. 86 216 52 53,  
fax 86 216 52 53, [info@motel-zacisze.com](mailto:info@motel-zacisze.com), [www.motel-zacisze.com](http://www.motel-zacisze.com)

**Zajazd Leśny**, ul. Kolejowa 3, 18-408 Wygoda, tel. 86 219 33 44, fax 86 219 31 32,

**Zajazd Herbu Wielbut**, Konarzyce, ul. Łomżyńska 161, 18-400 Łomża,  
tel. 86 215 75 36, [zajazdherbuwielbut@wp.pl](mailto:zajazdherbuwielbut@wp.pl)

**Zajazd Half** Bogumiła Wnorowska, 18-413 Miastkowo, ul. Łomżyńska 69,  
tel. 86 217 48 90, [zajazdhalf@wp.pl](mailto:zajazdhalf@wp.pl)

**Zajazd „Kasztelan Wiski”**, ul. Krótka 1, 18-430 Wizna, tel./fax 86 219 64 99,  
tel. kom. 500 096 974, e-mail: [info@kasztelanwiski.pl](mailto:info@kasztelanwiski.pl), [www.kasztelanwiski.pl](http://www.kasztelanwiski.pl)

**Ośrodek IRIS Naturalne Metody Ochrony Zdrowia**  
ul. Nadnarwiańska 46, 18-413 Czartoria, tel./fax 86 217 45 35,  
e-mail: [iris.czartoria@wp.pl](mailto:iris.czartoria@wp.pl), [www.czartoria.com.pl](http://www.czartoria.com.pl)

### MIASTO ŁOMŻA

**Restauracja i Pensjonat RETRO**, 18-400 Łomża, ul. Nowogrodzka 157,  
tel. 600 700 307, tel. 86 216 23 59, [retro.lomza@gmail.com](mailto:retro.lomza@gmail.com), [www.retro.lomza.pl](http://www.retro.lomza.pl)

**Hotel Gromada**, ul. Rządowa 1A, 18-400 Łomża, fax 86 216 31 96,  
tel. 86 216 54 51, 502 456 019, e-mail: [lomzahotel@gromada.pl](mailto:lomzahotel@gromada.pl), [www.gromada .pl](http://www.gromada.pl)

**Swojskie Jadło s.c. Sasinowski Krystian, Sasinowska Krystyna**,  
ul. Nowa 2, 18-400 Łomża, tel: 86 216 77 77, Krystyna i Krystian Sasinowscy

**Stara Waciarnia**, ul. Nowogrodzka 58, tel. 531 755 755, 501 433 442

**Bar Alicja**  
ul. Bema 37, 18-400 Łomża, tel. 694 087 030

# INFORMATOR TELEADRESOWY 2022

## BAZA TURYSTYCZNA - HOTELE, MOTELE I PENSJONATY

**Syta Panna**, ul. Sikorskiego 134, tel. 506 071 647,  
e-mail: sytapanna@o2.pl, www.sytapanna.pl

**Kompleks Gastronomiczno-Hotelowy Labirynt**, ul. Sikorskiego 345,  
18-400 Łomża, tel./fax 86 216 29 60, 602 827 908, recepcja@labirynt-lomza.pl,  
www.labirynt-lomza.pl

**Zajazd Ryś Anna Gosk**, Al. Legionów 152, tel. 86 219 02 41,  
tel. kom. 606 402 636, e-mail: iwona@gosk.com.pl, www.gosk.com.pl

**Restauracja Cztery Pory Roku**, 18-400 Łomża, ul. Piłsudskiego 85,  
tel. 86 473 54 73, 473 74 73, e-mail: restauracja@restauracja4poryroku.pl,  
www.restauracja4poryroku.pl

**Motel i Restauracja „AMADEUS”**, ul. Przykoszarowa 16, 18-400 Łomża,  
tel./fax 86 218 11 42, e-mail: restauracja@amadeus-restauracja.pl,  
www.amadeus-restauracja.pl

**Restauracja „Na Farnej”**, ul. Farna 9, 18-400 Łomża, tel./fax 86 216 61 69  
tel. kom. 512 113 853, e-mail: restauracja@nafarnej.pl, www.nafarnej.pl

### **Bar Chata**

Przedsiębiorstwo Handlowe „Darmar” Andrzej Kurządkowski  
ul. Szosa Zambrowska 1/27, 18-400 Łomża, tel. 86 211 11 86

### **Galeria VENEDA**

ul. Zawadzka 38, 18-400 Łomża, biuro administracji tel. 86 210 70 02,  
fax 86 210 70 03, e-mail: galeriaveneda@echo.com.pl, www.galeriaveneda.com.pl

## TELEFONY ALARMOWE

Pogotowie 999

Straż Pożarna 998

Policja 997

Europejski numer alarmowy 112



# DZIECIĘCE STUDIO TAŃCA

## Zapraszamy na

### zajęcia dla dzieci 4-6 lat

praca nad prawidłową  
postawą ciała

nauka podstawowych  
kroków tanecznych

kształcenie  
poczucia rytmu

nauka swobodnej  
ekspresji ruchowej

nauka układów  
tanecznych

Informacje i zapisy

**Regionalny Ośrodek Kultury w Łomży**

Instytucja Kultury Powiatu Łomżyńskiego



ul. Małachowskiego 4, pokój nr 9, 86 219 01 11,  
rok@4lomza.pl [www.rok.4lomza.pl](http://www.rok.4lomza.pl), [www.naszakultura.pl](http://www.naszakultura.pl)



*Otwieramy możliwości*

Hexa Bank Spółdzielczy funkcjonuje od 1968 r. Jesteśmy w 100% polskim bankiem, należącym do stabilnej finansowo i bezpiecznej Grupy BPS S.A.

Łącząc tradycję z nowoczesnością stanowimy uniwersalną instytucję finansową świadczącą usługi dla najbardziej wymagających klientów ceniących sobie rzetelność, stabilność i zaufanie.

Oferujemy pełen pakiet praktycznych produktów i usług bankowych.

Zapraszamy do naszych placówek, gdzie pracownicy udzielą szczegółowych informacji oraz zaproponują najkorzystniejsze rozwiązanie optymalnie dopasowane dla potrzeb Twoich finansów.



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