



# Przychodnia na Os. Młodych - ZLIKWIDOWANA -

- STR. 2

TYGODNIK LOKALNY



3,50 zł  
W TYM 5% VAT



NR 28 (1678)  
12 LIPCA 2022

JABŁONNA  
LEGIONOWO  
NIEPORĘT  
SEROCK  
WIELISZEW

INDEKS 378461  
ISSN 1426-6504

# tołowo

M A Z O W I E C K I E

C O T Y D Z I E Ń O D 5 M A J A 1 9 9 0 R O K U

Skosztuj historii naszego miasta...



KRÓTKO I NA TEMAT...

**Piasku zabrakłoby na pustyni...**

- STR. 2

**NADEŚLANE PRZECZYTELNIKÓW**

**Aktywnie z flaszką?**

- STR. 2

**DZIWIĘ SIĘ...**

**Kwietne łąki już wykoszone?**

- STR. 2

**LEGIONOWO**

**Wieżowiec przy Husarskiej?**

- STR. 2

**LEGIONOWO**

**Uwagi do planu dla Bukowca A**

- STR. 3

**POWIAT**

**REKRUTACJA do szkół ponadpodstawowych!**

- STR. 5

**WIELISZEW**

**700 tys. zł na technologię**

- STR. 5

**SPOŁECZEŃSTWO**

**Pandemia osłabiła religijność**

- STR. 6

**ZDROWIE**

**Czekolada sprzyja zdrowiu**

- STR. 8

**ŚRODOWISKO**

**Zielona ściana zamiast betonu**

- STR. 8

**WYDARZENIA**

**MIS - Otwarta przestrzeń**

- STR. 18

**DOBRA STRONA JABŁONNY**

- STR. 19

**- Bieg po Złote Jabłko**

**KULTURA**

**Wianki w Serocku**

- STR. 20

**RAJD KATYŃSKI**

**Estonia, Łotwa, Litwa i do domu**

- STR. 22



**SPORT**

- STR. 23-24



## Dwa parki handlowe otwarte jesienią?



**Sinsay, House i Cropp w Maximie, Aldi i Rossman naprzeciwko Lidla! Szykuje się sklepowa jesienna rewolucja.**

**CZYTAJ NA STRONIE 3**

## Kto podpala budynek przy wiadukcie?

- STR. 5

REKLAMA

**Kolejny etap inwestycji w Wieliszewie**



**Villa Park Wieliszew 3**

**Biuro sprzedaży  
692-705-913**



**MIESZKANIA I DOMY**

**PRZYCHODNIA  
DLA ZWIERZĄT**

**lek. wet. MIROSLAW KADO  
specjalista  
chorób psów i kotów**

**ŁAJSKI ul. Nowodworska 93  
tel.(cały czas) 22 782 22 82  
602 237 021**

**RENTGEN CYFROWY, USG, EKG  
LASER, ANALIZY KRWI,  
CHIRURGIA, KRIOTERAPIA,  
ULTRADŹWIKOWE USUWANIE KAMIENIA  
WYDAWANIE PASZPORTÓW, CHIPY**

**INFORMACJE  
zakładu energetycznego**

**GDZIE I KIEDY  
WYŁĄCZĄ PRĄD**

- STR. 17



**Filia Legionowo  
ul. Zegrzyńska 4  
tel.: 22 767 53 80  
tel.: 22 767 53 89**

**INTERCARS.COM.PL**

**AUTO NAPRAWA**

- MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
- WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA

**Adam Szczypkowski** ☎ 605 94 91 91  
05-110 JABŁONNA ul. WYGONOWA 1  
pn - pt: 8.00 - 17.00 022 782 49 10



## KRÓTKO I NA TEMAT...

# Piasku zabrakłoby na pustyni...

Całkiem niedawno przeczytałem w organie prasowym „(...) na weekend”, miejskiej spółki KZB, że im bardziej Legionowo wzbogaca się w nowe obiekty, tym bardziej mieszkańcy są niezadowoleni i mają coraz większe oczekiwania. - „Tymczasem tak się po prostu nie da...” - napisał etatowy piewca legionowskich władz.

Chodziło mu o dwie miejskie pływalnie, a właściwie o to, że jedna z nich, przy ul. Królowej Jadwigi, jest od wielu miesięcy nieczynna. I że mieszkańcom się to nie podoba. Po prostu w głowach im się poprzewracało! Zamiast cieszyć się z tego, że w ogóle jest jakiś basen, to jeszcze im mało i ośmielają się krytykować swoich dobroczyńców czyli władze.

Etatowy piewca, zatrudniony nota bene w spółce, która ma za zadania zarządzać basenami, dowodził także, że decyzje jego przełożonych są w pełni racjonalne, bo na zmodernizowanym za grube miliony basenie przy Królowej Jadwigi miało pojawiać się dziennie tylko 7-8 osób. Natomiast wielki tłok na drugiej miejskiej pływalni „Wodne Piaski” zdawał się tłumaczyć tylko i wyłącznie jej wspaniałością, a zapominając o tym, że innej czynnej pływalni w mieście po prostu nie ma.

Byłbym gotów nawet uwierzyć w te tłumaczenia o racjonalnym działaniu kierownictwa KZB, gdyby nie informacja, która jak grom z jasnego nieba spadła na mnie chwilę później. Okazuje się, że „Wodne Piaski” zostały zamknięte niemal na cały lipiec, ponieważ spółka wtedy właśnie zaplanowała sobie zrobienie przeglądu technologicznego pływalni. Właśnie w czasie kiedy jest gorąco, dzieci nie mają szkoły i rodzice kombinują w jaki sposób można zagospodarować im czas wakacji.

Skomentował to jeden z mieszkańców, że może zamykają teraz basen, aby oszczędzać wodę, po to tylko żeby otworzyć potem z pompą, dwie pływalnie na raz tuż przed samymi wyborami. Ktoś inny przypomniał natomiast stary dowcip jeszcze z czasów PRL-u, który miałby być adekwatny w tej sytuacji i opisywać racjonalność działania spółki KZB. W dowcipie chodziło o to, że gdyby socjalizm wprowadzić na Saharze, to po pół roku mogłoby tam już zabraknąć piasku. Czyżby więc zarządzanie KZB miało doprowadzić do braku wody w basenie?

Paweł Szyling

## LEGIONOWO. Nie pomogły apele i protesty

# Przychodnia na os. Młodych - ZLIKWIDOWANA

**Pomimo apeli mieszkańców, filia przychodni Sanitas przy ul. Suwalnej 9B w Legionowie zostanie zlikwidowana. Pojawiła się kartka z informacją, że od 25 lipca przychodnia zostaje bezwarunkowo zamknięta. Mieszkańcy nie kryją oburzenia, zaś zarząd spółki Sanitas zapadł się pod ziemię**

Przypomnijmy, na początku czerwca br. mieszkańcy Os. Piaski zorganizowali pikietę w związku z informacjami o likwidacji zlokalizowanej przy ul. Suwalnej przychodni NZOZ Sanitas. Udział w niej prócz mieszkańców wzięli także radni oraz prezydent Smogorzewski.

### Przychodnia jest nierentowna

Zdaniem właścicieli spółki Sanitas, filia przychodni od dłuższego czasu jest nierentowna. Przez co zarząd spółki zdecydował o likwidacji, jednocześnie zapewniając

pacjentów, że pomoc lekarską uzyskają w przychodni „matce” w Michałowie-Reginowie. To wzbudziło bardzo duże obawy starszych mieszkańców, którzy z dnia na dzień zostaliby bez Podstawowej Opieki Zdrowotnej w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia. - Ciekawe jak my dojedziemy do tej przychodni – mówili mieszkańcy. - Przecież to jest inna gmina, to jest śmiech na sali – wtórowali im inni.

### Ratusz zadeklarował pomoc

W trakcie spotkania, które odbyło się pod siedzibą

falii na początku czerwca br. mieszkańcy zaapelowali do prezydenta Smogorzewskiego o pomoc w utrzymaniu ośrodka. W trakcie spotkania prezydent zapewnił, że zrobi wszystko, aby utrzymać przychodnię w tym miejscu. Dlatego następnego dnia spotkał się z przedstawicielem spółki Tomaszem Manowskim w celu pomocy spółce w utrzymaniu ośrodka. Z rozmowy z przedstawicielem spółki dowiedzieliśmy się później, że filia nie zostanie zlikwidowana i dalej będzie działać pod szyldem spółki Sanitas. - W ciągu kilku ostatnich dni podjęliśmy

decyzję o utrzymaniu filii i rozszerzeniu naszej działalności. Nastąpią pewnie jakieś zmiany personalne, jednak przychodnia dalej będzie działać – mówił Manowski.

### Oszukali mieszkańców?

W poniedziałek (11 lipca) na drzwiach filii pojawiła się kartka z informacją, że od dnia 25 lipca wizyty lekarskie odbywać się będą w przychodni w Michałowie-Reginowie przy ul. Akademickiej 2. W tym samym czasie do mieszkańców zaczęły przychodzić wiadomości SMS z informacją, że karty znajdują się w placówce w Michałowie-Reginowie.

Na stronie internetowej przychodni pojawiła się natomiast informacja: „W związku z dynamicznym rozwojem oraz rozbudową NZOZ Sanitas w Michałowie-Reginowie informujemy, że filia mieszcząca się w Legionowie przy ulicy Suwalnej 9B zostanie zamknięta bezterminowo w dniu 25.07.2022r. Tym samym przenosimy do Michałowa-Reginowa całą dokumentację medyczną pacjentów.” Pomimo wielokrotnej próby kontaktu nie udało nam się skontaktować z przedstawicielem spółki Tomaszem Manowskim.

### Urząd milczy

Radny Sławomir Traczyk powiedział nam, że zachowanie oraz forma w jakiej zostali potraktowani mieszkańcy jest niepokojąca. Jego zdaniem od początku chodziło o zamknięcie przychodni. Niestety przed zamknięciem numeru nie udało nam się skontaktować z rzecznikiem Urzędu Miasta, który być może mógłby nam odpowiedzieć na pytanie czy miasto ma plan awaryjny na zaistniałą sytuację.

red.

## NADEŚLANE PRZEZ CZYTELNIKÓW

# Aktywnie z flaszką?

Na III Parceli, przy ul. Kolejowej niedaleko wejścia na perony stacji kolejowej, znajduje się miejska wiata na rowery. Widnieć na niej napis: „Aktywne Legionowo”. Właśnie zdjęcia tej wiaty oraz jej otoczenia przysłała nam jedna z czytelniczek. Zdjęcia zostały podpisane - „To przecież wstyd dla Legionowa”. Można tam zobaczyć całą masę śmieci, powitykanych w przegródce z pleksi, których nikt, według czytelniczki, nie sprząta od miesięcy. Wkoło wiaty porzucane są śmieci i butelki po alkoholu. Pod samą zaś tablicą z napisem „Aktywne Legionowo” stoi butelka po wódce.

red



## DZIWIĘ SIĘ...

# Kwietne łąki już wykoszone?

Niedawno pisaliśmy o kwietnych łąkach, którymi chwali się Legionowo i w ten sposób chce stawiać w jednym rzędzie z innymi miastami, które podejmują zdecydowane działania w obronie środowiska i przeciwko zmianom klimatu. Nie trzeba chyba nikogo przekonywać, że właśnie takie dziko rosnące łąki, w przeciwieństwie do krótko strzyżonych trawników, zatrzymują więcej wody deszczowej i chronią ziemię przed wysychaniem.

Być może największą powierzchnią na jakiej łąki takie, w dodatku naturalnie, porastały, były tereny pomiędzy ul. Kolejową i torami kolejowymi. Tuż przy ekranach dźwiękochłonnych i po obu stronach ścieżki rowerowej porastały nawet metrowej wysokości trawy i inne rośliny, które nikomu nie przeszkadzały. Te prawdziwe kwietne łąki w ciągu ostatnich 2 tygodni zostały jednak wykoszone. Najpierw

przez kolej, a następnie przez ekipy działające na zlecenie miasta.

Można by to zrozumieć, gdyby zielsko zarażało przepusty, studzienki kanalizacyjne, czy inne urządzenia potrzebne do funkcjonowania drogi czy ścieżki rowerowej. Byłoby też uzasadnione przycięcie trawy dla bezpieczeństwa użytkowników przy samych krawężnikach. Ale po co kosić całe połacie łąk? Na to pytanie zapewne znają odpowiedź tylko miejscy i kolejni urzędnicy.

Być może dla nich kwietna łąka, to nie teren na którym porastają trawy, kwiaty, zioła i wszelkiej maści inne zielsko. Może musi być to teren, który wyznaczili urzędnicy, prezydent przeciął wstęgę i ktoś za ich funkcjonowanie musi brać pieniądze?

WD



Była łąka i nie ma...



IZBA WYDAWCÓW PRASY



Stowarzyszenie Gazet Lokalnych

**Redakcja:** Maciej Lerman - Redaktor Naczelny, Jerzy Buze, Kuba Kamiński, Maja Zakaszewska. Współpraca: Michał Derejski, Wojciech Dobrowolski, Olga Gajda, Sławomir Jakubczak, Antoni Kawczyński, Karol Krawczyk, Piotr Kucza, Zuzanna Maciakiewicz, Jacek Szczepański, Ewa Szulc, Paweł Szyling, Konrad Toporowicz, Jadwiga Wołynik. Adres: 05-120 Legionowo, ul. Rynek 2; tel.: 22 784 92 00, 22 784 92 01; e-mail: toiowo@toiowo.pl.

**Biuro ogłoszeń:** 05-120 Legionowo, ul. Rynek 2; tel.: 22 784 22 22, 22 774 13 31; fax: 22 784 99 70; e-mail: reklama@toiowo.pl. Ogłoszenia i reklamy nie stanowią materiału pochodzącego od wydawcy.

**Prenumerata realizowana przez RUCH S.A.:** zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl. Pytania prosimy kierować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z infolinią pod numerem 22 693 70 00, w dni robocze w godzinach 7:00 – 17:00, koszt połączenia wg taryfy operatora.

**Druk:** Polska Press Łódź.

**Wydawca:** Agencja TIO Paweł Kozera, e-mail: agencja@toiowo.pl. Nakład poniżej 15.000 egz.



## LEGIONOWO. Sinsay, House, Cropp i Aldi

**W Legionowie trwa obecnie budowa 2 parków handlowych. Rozbudowywana jest galeria Maxim przy ul. Siwińskiego, a przy ul. Jagiellońskiej powstaje całkiem nowy obiekt handlowy. Oba parki handlowe mogą zostać otwarte już na jesieni**

Jak dowiedzieliśmy się od członka zarządu spółki PIR, pomimo problemów związanych z trwającą w Ukrainie wojną oraz szalejącą inflacją otwarcie Parku Handlowego planowane jest na 15 października br.

### Park Handlowy w liczbach

Nowa inwestycja ma składać się z dwóch budynków o łącznej powierzchni ponad 6,2 tys. mkw. Każdy z budynków ma mieć 6,5 metra wysokości. Całkowita powierzchnia najmu ma wynieść ponad 10 tys. mkw., gdzie może powstać nawet 35 sklepów znanych i lubianych marek sieciowych i lokalnych, urozmaicona oferta modowa i gastronomiczna, supermarket, klub fitness oraz kawiarnie i punkty usługowe. Do dyspozycji klientów zostanie oddany również parking na ok. 250 miejsc.

### Sinsay, House i Cropp

W związku z otwarciem Parku Handlowego od samego początku w głowach mieszkańców rodziło się pytanie, jaką ofertę przygotują dla nich inwestorzy. - Na dzień dzisiejszy możemy potwierdzić, że w obiekcie otwarte zostaną sklepy Sinsay i House. Są to dwa zupełnie nowe sklepy na mapie Legionowa. Ponadto z ul. Sienkiewicza do nowej siedziby zostanie przeniesiony sklep Cropp - mówił w rozmowie z nami członek zarządu spółki. Na nasze pytania

# Dwa parki handlowe OTWARTE JESIENIĄ?



co jeszcze powstanie w Parku Handlowym usłyszeliśmy, że: - jest jeszcze trochę za wcześnie na „chwalenie się”, ponieważ nie wszystko jest jeszcze poodpinane na tzw. ostatni guzik. Natomiast więcej informacji proszę się spodziewać w przeciągu najbliższych trzech tygodni - usłyszeliśmy.

### MAXIM zamknięty

Wraz z budową Parku Handlowego przebudowie ulegnie również stojąca od lat galeria. W związku z tym od 3 lipca br. zamknięty został całkowicie parter galerii. Jednocześnie administracja obiektu poinformowała, że przez cały czas remontu będzie funkcjonować klub fitness ZDROFIT oraz

znajdujący się w galerii Salon Gier. Trwający od kilku dni remont w istniejącej galerii ma za zadanie zbliżyć go wizualnie do powstającego Parku Handlowego.

### Aldi i Rossman naprzeciwko Lidla

Równolegle do rozbudowy DH Maxim u zbiegu ul. Jagiellońskiej i Kazimierza Wielkiego powstaje drugi nowoczesny park handlowy. W miejscu nieistniejącej już spółdzielni „Elektronika” oraz sklepu Komfort i myjni samochodowej naprzeciwko Lidla. Ma tam powstać dwukondygnacyjny obiekt handlowy w kształcie litery „L” o powierzchni blisko 3 tys. m<sup>2</sup>.

W części parterowej budynku znajdują się pomieszczenia handlowe o pow. 2 tys. m<sup>2</sup>. Natomiast na piętrze zlokalizowane zostaną pomieszczenia biurowo-usługowe. Wejścia do sklepu mają powstać od strony parkingów, gdzie będzie 70 miejsc postojowych.

Jak udało nam się dowiedzieć od inwestora spółki Ziajkowski sp. J w nowym obiekcie handlowym znajdują się sklepy Aldi oraz Rossman. Trwają rozmowy z firmami Nowakowski oraz InMedio. Ponadto w budynku wciąż wolna jest jedna kondygnacja o powierzchni blisko 800 m<sup>2</sup>. Nowy obiekt handlowy ma zostać oddany mieszkańcom do końca br.

red.



## LEGIONOWO. UWAGI do planu dla Bukowca A

# Wprowadzono zakaz budowy szeregowców?

**Władze miasta uwzględniły część uwag mieszkańców do projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru „Bukowiec A”**

Mieszkańcy wnieśli bardzo wiele uwag do projektu nowego planu zagospodarowania i jak widać po wydanym przez prezydenta zarządzeniu duża część ich była zasadna. - „Dobrze się stało że prezydent przychylił się do szeregu naszych uwag do tego planu. Może w ten sposób uda się zabezpieczyć te rejon miasta przed nadmierną i nie kontrolowaną zabudową. Mieszkańcy Legionowa mają już dość zabudowy szeregowej, która powstaje jak grzyby po deszczu „ - powiedział nam radny Mirosława Grabowski ze stowarzyszenia Nasze Miasto Nasze Sprawy, które było autorem uwag. Wielu uwag jednak nie uwzględniono.

### Zakaz zabudowy szeregowej

Między innymi uwzględniono zapis wprowadzający zakazu lokalizacji zabudowy szeregowej. Chociaż zdaniem

niektórych, wobec niewprowadzenia definicji, czym jest zabudowa szeregowca, zapis ten będzie obchodzony przez deweloperów.

### Powierzchnia biologicznie czynna

Doprecyzowano również definicję pow. biologicznie czynnej, a mianowicie wykreślono zapis, który pozwalał na zaliczenie do tej powierzchni 50% sumy powierzchni tarasów i stropodachów. Dla terenów zabudowy jednorodzinnej zmniejszono do 30 % maksymalną powierzchnię zabudowy działki budowlanej oraz podniesiono minimalny udział powierzchni biologicznie czynnej działki budowlanej do 40%.

### Budynki przy granicy działki

Usunięto możliwość sytuowanie budynków mieszkalnych jednorodzinnych i budynków usługowych bezpośrednio przy granicy z sąsiednią działką budowlaną niezabudowaną lub na której zlokalizowany jest budynek bezpośrednio przy tej granicy.

### Powierzchnia handlowa

Wprowadzono zmianę i zmniejszono z 2 000 m<sup>2</sup> do 800 m<sup>2</sup> dopuszczalną wielkość powierzchni sprzedaży dla obiektów handlowych, które mogą zostać zlokalizowane w tej okolicy.

### Minimalna powierzchnia działki

Wprowadzono modyfikację istniejącego w projekcie planu ustalenia – i tak minimalna powierzchnia działki na terenach: zabudowy jednorodzinnej w zabudowie bliźniaczej – z 250 m<sup>2</sup> podniesiono do 800 m<sup>2</sup> po 400 m<sup>2</sup> na każdy segment zabudowy. A minimalna powierzchnia działki na terenach zabudowy jednorodzinnej w zabudowie wolnostojącej – z 400 m<sup>2</sup> do 500 m<sup>2</sup>.

### Odprowadzanie ścieków

Usunięto możliwość odprowadzenia ścieków komunalnych do szczelnych zbiorników bezodpływowych na ścieki, zlokalizowanych na terenie działki budowlanej ponieważ cały obszar objęty planem posiada odpowiednią infrastrukturę kanalizacyjną.

red

## NA SYGNALE

### NIEPORĘT. Karambol na Zegrzyńskiej. 11-latka trafiła do szpitala

W sobotę (9 lipca) na Zegrzyńskiej w Nieporęcie doszło do karambolu z udziałem trzech aut osobowych. W wyniku zdarzenia 11-letnia dziewczynka trafiła do szpitala. Jak podawała policja, około godz. 14.00 służby otrzymały zgłoszenie dotyczące zderzenia trzech aut. Na miejscu interweniowały wszystkie służby. Ze wstępnych ustaleń policji wynika, że kierujący samochodem marki Opel, 42-letni mężczyzna nie dostosował prędkości do warunków panujących na drodze i uderzył w tył poprzedzającego go pojazdu. W wyniku czego uderzony pojazd najechał na kolejny pojazd. Sprawca kolizji podróżował z dzieckiem, które po zdarzeniu trafiło do szpitala.

42-latek został ukarany mandatem, ponadto policja skierowała wniosek do sądu ponieważ mężczyzna poruszał się pojazdem bez ubezpieczenia OC oraz nie posiadał uprawnień do kierowania pojazdem.

### NIEPORĘT. Kolizja na Przyszłości

W czwartek (7 lipca) ok. godz. 18.00 na ul. Przyszłości w Stanisławowie Pierwszym doszło do groźnej kolizji dwóch aut. Jak informowały służby, po odebraniu zgłoszenia o kolizji na miejsce wysłano 3 zastępy Straży Pożarnej, które ustaliły, że zderzyły się ze sobą dwa pojazdy osobowe.

W samochodach marek Volvo i Toyota podróżowały 3 osoby, które opuściły pojazdy przed przybyciem strażaków. Działania strażaków polegały na uprzątnięciu miejsca zdarzenia. Nikomu nic się nie stało.

### SEROCK. Wypadek motocykla, wezwano śmigłowiec

W czwartek (7 lipca) ok. godz. 14.00 przy ul. Zegrzyńskiej w Skubiance doszło do groźnego wypadku z udziałem motocyklisty. Po przybyciu na miejsce służb okazało się, że kierujący motocyklem 30-letni mężczyzna w czasie jazdy przewrócił się i uderzył o ziemię. Z uwagi na obrażenia, mężczyzna został śmigłowcem przetransportowany do szpitala w celu przeprowadzenia dokładnych badań. Z ustaleń policji wynika, że mężczyzna nie dostosował prędkości do warunków panujących na drodze w wyniku czego przewrócił się. Badanie trzeźwości wykazało, że kierujący miał blisko 2 promile alkoholu i sądowy zakaz prowadzenia pojazdów.

### SEROCK. Atak os, wezwano helikopter

W środę (6 lipca) przy ul. Gen. Rayskiego w Łasze doszło do groźnego incydentu z udziałem os. Jak relacjonowały służby około godz. 17.30 otrzymali zgłoszenie o kobiecie, która została kilkanaście razy użądłona przez osy. W związku z obawą, że kobieta może być uczulona na jad owadów w związku z brakiem karetki na miejsce zadysponowano śmigłowiec Lotniczego Pogotowia Ratunkowego. Po opatrzeniu kobieta została na miejscu, na szczęście nie była uczulona na jad. Działania służb trwały blisko godzinę.

### SEROCK.

### Zjechał z jezdni i wpadł do rowu

We wtorek (5 lipca) przed godz. 15.00 w Borowej Górze doszło do groźnej kolizji. Jadący Drogą krajową samochód osobowy z niewiadomych przyczyn wypadł z jezdni i zakończył podróż w rowie. Na miejsce zadysponowano 3 zastępy straży pożarnej.

Kierujący pojazdem kierowca, jeszcze przed przybyciem służb opuścił uszkodzone auto. Działania służb polegały na opatrzeniu kierowcy, który pozostał na miejscu. Działania straży trwały około 40 minut.

### NIEPORĘT.

### Wyciek gazu spowodowany kradzieżą

We wtorek (5 lipca) ok. godz. 12.30 w Białobrzegach doszło do wycieku gazu. Na miejsce wezwano wszystkie służby. Po przybyciu na miejsce okazało się, że do wycieku gazu doszło w trakcie próby kradzieży rur. Niespodzianie nie zdawali sobie sprawy, że rurami wciąż płynie gaz. Działania służb polegały na uruchomieniu kurtyny mgłowej mającej na celu ograniczenie rozprzestrzeniania się gazu. W tym samym czasie pracownicy pogotowia gazowego zajęli się zatamowaniem uszkodzonej rury. Działania służb trwały blisko godzinę.

### NIEPORĘT.

### Pożar łodzi przy Dzikiej Plaży

W poniedziałek (4 lipca) około godz. 12.00 doszło do pożaru łodzi w pobliżu Dzikiej Plaży w Nieporęcie. Jako pierwsi na miejsce dotarli ratownicy legionowskiego WOPR. Później na miejsce przybyła również Straż Pożarna. Działania służb polegały na ugaszeniu płonącej łodzi, a następnie sprowadzeniu jej do portu. Na szczęście nikomu nic się nie stało.

QK



# MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

## LEGIONOWO.

### Alimenciarz trafił za kraty

Policjanci z zespołu patrolowo-interwencyjnego legionowskiej jednostki Policji zatrzymali 38-letniego mężczyznę poszukiwanego przez Sąd Rejonowy w Legionowie. Zgodnie z wyrokiem sądu mężczyzna już trafił do zakładu penitencjarnego.

Mundurowi zatrzymali mieszkańca naszego miasta, który ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. 38-latek zgodnie z postanowieniem Sadu Rejonowego w Legionowie miał do odbycia karę 151 dni pozbawienia wolności za uchylanie się od obowiązku alimentacyjnego. Mężczyzna nie stawiał się do zakładu karnego, więc sąd wydał nakaz doprowadzenia.

Stróże prawa ustalili jakim autem może poruszać się poszukiwany mężczyzna i w poniedziałek chwilę po godzinie 6 na jednej z ulic w mieście zatrzymali do kontroli skodę. Po wylegitymowaniu osób przemieszczających się autem, okazało się, że jednym z pasażerów jest poszukiwany 38-latek. Mężczyzna został zatrzymany i przewieziony do komendy. Po sporządzeniu niezbędnej dokumentacji mieszkaniac Legionowa w policyjnym konwoju trafił do zakładu karnego, gdzie odbędzie zasądzona kara.

## PUŁTUSK.

### Włamanie przy Al. Prymasa Tysiąclecia

Pułtuscy policjanci apelują o właściwe zabezpieczanie mieszkań i domów oraz czujność sąsiedzką. Wakacje, dobra pogoda i czas urlopów - sprzyja wyjazdom. Podczas naszej nieobecności wszystko staje się idealnym łupem dla potencjalnego złodzieja. Jak skutecznie zabezpieczyć swoje mienie przed kradzieżą?

W minionym tygodniu w Pułtusku miało miejsce włamanie do mieszkania na ulicy Aleja Tysiąclecia. Sprawcy po uszkodzeniu zamka i górnej zasuwy dostali się do wnętrza pomieszczeń, nie zdążyli dokonać kradzieży przedmiotów wartościowych, ponieważ zostali spłoszeni przez właścicielkę mieszkania.

Apelujemy do wszystkich mieszkańców, by poświęcić więcej czasu również na odpowiednie zabezpieczenie mienia. Podczas gdy my, będziemy korzystać z wakacyjnych promieni słonecznych z dala od miejsca zamieszkania, ktoś może wykorzystać nasze rozkojarzenie i ograć nas z całego dorobku życia. Wakacje, to czas kiedy dochodzi do większej niż zwykle ilości włamań oraz kradzieży mienia.

Nasz dom lub mieszkanie to zgromadzony dorobek wielu lat pracy, dlatego warto zrobić

wszystko, aby do minimum ograniczyć zagrożenie włamania. Pułtuscy policjanci doradzają jak uniknąć tych nieprzyjemnych sytuacji i jak chronić własne mienie.

## LEGIONOWO.

### Znęcał się nad ojcem



Legionowscy policjanci zatrzymali 33-letniego mężczyznę podejrzanego o znęcanie się fizyczne i psychiczne nad ojcem. Mężczyzna groził również pokrzywdzonemu pozbawieniem życia i zdrowia. Po zebraniu przez policjantów materiału dowodowego prokurator wystąpił do sądu z wnioskiem o tymczasowego aresztowanie mężczyzny. Teraz legionowianin najbliższe 3 miesiące spędzi w areszcie. Za popełnione przestępstwo odpowie w warunkach recydywy.

W miniony weekend, w nocy z soboty na niedzielę, dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Legionowie otrzymał telefoniczne zgłoszenie o zakłóceniu ciszy nocnej, które ma miejsce w jednym z domów jednorodzinnych na terenie miasta.

W trakcie podjętych czynności funkcjonariusze ustalili, iż 33-letni mężczyzna od kilku miesięcy wszczyna awantury w stosunku

do ojca. Jest agresywny, popycha i uderza starszego mężczyznę, w nocy słucha głośno muzyki, wyrzuca pokrzywdzonego z domu, a nawet grozi pozbawieniem życia. Po wysłuchaniu pokrzywdzonego mundurowi podjęli natychmiastową decyzję o zatrzymaniu agresywnego syna. 33-latek trafił do policyjnego aresztu.

Zebrany przez śledczych materiał dowodowy pozwolił na przedstawienie mężczyźnie zarzutów gróźb karalnych oraz stosowania przemocy wobec osoby najbliższej. Prokurator nadzorujący czynności w tej sprawie wystąpił do sądu z wnioskiem o tymczasowe aresztowanie 33-lata. Sąd Rejonowy w Legionowie przychylił się do wniosku miejscowej prokuratury i zastosował wobec mężczyzny środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania na 3 miesiące.

Legionowianin wcześniej już dopuścił się przestępstwa przeciwko rodzinie i opiece, dlatego za swoje zachowanie odpowie teraz w warunkach recydywy.

## JABŁONNA.

### Śmiertelne potrącenie pieszej



Policjanci pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Legionowie ustalają dokładne przyczyny i okoliczności śmiertelnego wypadku, do którego doszło w sobotę w Jabłonie. W wyniku odniesionych obrażeń zmarła 88-letnia kobieta.

Do tragicznego w skutkach zdarzenia drogowego doszło w sobotę (2 lipca) w Jabłonie. Na przejściu dla pieszych 88-letnia mieszkanka gminy została potrącona przez opla. Niestety kobieta mimo podjętej reanimacji zmarła. Badanie na zawartość alkoholu w organizmie wykazało, że kierowca był trzeźwy.

Na miejscu wypadku pod nadzorem prokuratora policjanci wykonali szereg niezbędnych czynności procesowych, które mają wyjaśnić dokładne przyczyny i okoliczności tego tragicznego zdarzenia.

## NOWY DWÓR MAZ.

### Policjanci o bezpieczeństwie nad wodą

Okres wakacji, czas wolny, słoneczna pogoda - wszystko to sprzyja wypoczynkowi nad wodą. Aby ten czas upłynął bezpiecznie i przyjemnie, nowodworscy policjanci kolejny raz włączyli się w 6 edycję ogólnopolskiej kampanii „Kręci mnie bezpieczeństwo... nad wodą”. Mundurowi starają się dotrzeć do jak największej ilości osób wypoczywających w rejonie akwenów wodnych, edukując i informując przebywających tam plażowiczów, szczególnie dzieci.

W minionym tygodniu nowodworskie funkcjonariuszki, wspólnie z policjantami Komisariatu Rzecznego, udały się w rejon zbiorników wodnych i plaż na terenie Nowego Dworu Mazowieckiego, gdzie rozmawiały z wypoczywającymi tam osobami o bezpieczeństwie nad wodą. Wszystko odbyło się w ramach ogólnopolskiej kampanii „Kręci mnie bezpieczeństwo... nad wodą”.

Spotkania miały na celu przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas letniego wypoczynku. Mundurowi zwrócili uwagę na wybieranie strzeżonych kąpielisk, stosowanie się do regulaminu kąpieliska, niekorzystania z kąpeli wodnych po spożyciu alkoholu, korzystania ze sprawdzonego sprzętu pływackiego oraz z kapoków, niepozostawiania rzeczy osobistych bez opieki, pilnowania dzieci i przebywania zawsze w pobliżu swoich pocieków, nieprzeceniań swoich umiejętności pływackich oraz nieskakania do wody płytkiej i o nieznanym dnie.

Takie spotkania będą na bieżąco realizowane przez najbliższe, wakacyjne tygodnie. Wszystkie będą miały na celu zwrócenie uwagi na zagrożenia, jakie mogą wystąpić podczas rekreacji w rejonie akwenów wodnych. Wypoczynek w tych miejscach powinien wiązać się z promowaniem odpowiedzialnych postaw wśród osób wypoczywających nad morzem i jeziorami, a w rezultacie przyczynić się do ograniczenia liczby utonięć.

Policjanci zachęcali dzieci i młodzież do wzięcia udziału w konkursie „Artystyczny przewodnik”, którego celem jest bezpieczne przebywanie w wodzie lub nad wodą. Rozdawali też ulotki informacyjne, dotyczące zasad bezpieczeństwa nad wodą.

KPP: Legionowo/  
Nowy Dwór Maz./ Pułtusk



**INTERCARS**

Filia Legionowo  
ul. Zegrzyńska 4  
tel.: 22 767 53 80  
tel.: 22 767 53 89

**INTERCARS.COM.PL**



## 17 VII Niedziela

**godz. 12:30 Wernisaż wystawy Wiesławy Starskiej - "Kostiumy"**

WSTĘP WOLNY

**godz. 13:30 Zwiedzanie pałacu i małej architektury parkowej**

Obowiązują bilety: 30zł normalny, 20zł ulgowy REZERWACJA BILETÓW: Restauracja, Recepcja hotelu, biletyna.pl

LICZBA MIEJSC OGRANICZONA

**godz. 18:00 Koncert piosenki francuskiej "RETRO CAFE DE PARIS"**

Obowiązują bilety: 120zł normalny, 80zł ulgowy REZERWACJA BILETÓW: Restauracja, Recepcja hotelu, biletyna.pl

LICZBA MIEJSC OGRANICZONA



www.palacjablonna.pl

Znajdź nas na  
**facebook**



**CHOTOMÓW.** Mieszkańcy chcą mieć świetlicę

# Kto podpala budynek przy wiadukcie?

**Należący do Gminy Jabłonna budynek przy ul. Partyzantów 38 w Chotomowie został już dwa razy podpalony. Zakupiono go w celu utworzenia miejsca spotkań dla mieszkańców lub filii domu kultury. Póki co, nic się tam nie dzieje**



Przypomnijmy. Budynek mieszkalny przy ul. Partyzantów 38 w Chotomowie został wywłaszczony w związku z budową wiaduktu nad torami kolejowymi. Później, do 2018 r. działała w nim fundacja czecheńska. A w grudniu 2020 r. nieruchomość została zakupiona przez Gminę Jabłonna od Skarbu Państwa. Celem było zorganizowanie świetlicy dla mieszkańców.

## Inicjatywa mieszkańców

W 2018 r. pisaliśmy o wystąpieniu mieszkańców Chotomowa i Dąbrowy Chotomowskiej do Starosty Legionowskiego oraz do władz Gminy Jabłonna o przekazanie obiektu w ich ręce. Zgromadzeni mówili, że w tej okolicy nie ma żadnego miejsca, gdzie mogliby się spotkać, porozmawiać i spędzić wspólnie czas. Dlatego

chcieliby, aby takie miejsce powstało właśnie przy wiadukcie w Chotomowie. Podjęte wówczas starania zostały zakończone zakupem nieruchomości w grudniu 2020 r. przez Gminę Jabłonna. Od tamtego czasu budynek stoi jednak pusty. Trwały bowiem rozważania i rozmowy czy lepiej będzie wyremontować stary budynek czy też zbudować w tym miejscu nowy, którego koszt szacowano na ok 1 mln. zł

## Dwa podpalenia

Na patową sytuację w kwestii uruchomienia świetlicy, wpływ miał także pogarszający się stan techniczny

budynku. Choć nie do końca wiadomo, co było tu przyczyną, a co skutkiem. Budynek został bowiem pierwszy raz podpalony jeszcze w trakcie rozmów mających na celu jego pozyskanie. Było to w lutym 2020 r. Prawdopodobnie do podpalenia doszło w nocy, ale szybkie przybycie strażaków spowodowało, że straty były wówczas niewielkie. Drugie podpalenie miało natomiast miejsce w kwietniu 2022 r. również w nocy. Tym razem jednak musiało interweniować aż 7 zastępów Straży Pożarnej i straty okazały się dużo większe. Sprawcy w obu przypadkach nie zostali ustaleni.

## Zaniepokojeni mieszkańcy

Z naszych informacji wynika, że w związku z zaistniałą sytuacją mieszkańcy zaczynają się obawiać czy nie dojdzie do kolejnego podpalenia. Niepokoii ich także brak decyzji, co dalszych losów nieruchomości przy ul. Partyzantów 38 w Chotomowie. Boją się, że zamiast świetlicy o którą się starali, może tam powstać zupełnie coś innego. Jak się dowiedzieliśmy, pisma ws. wyjaśnienia sprawy do władz skierowało m.in. Koło Gospodyń wiejskich w Chotomowie.

KK

**POWIAT.** Która szkoła budzi największe zainteresowanie?

# REKRUTACJA do szkół ponadpodstawowych!

**Prawie 3000 uczniów zarejestrowało się do 7 szkół średnich prowadzonych przez powiat legionowski. Najpopularniejszą placówką okazało się Liceum Ogólnokształcące im. Marii Konopnickiej w Legionowie. Na 312 wolnych miejsc w szkole chętnych jest 537 osób**



Jak informuje Starostwo Powiatowe w Legionowie 20 czerwca br. zakończył się pierwszy etap rejestracji do szkół ponadpodstawowych. Najpopularniejszą szkołą okazała się „Konopnicka”, do której na 312 miejsc w klasach pierwszych stara się 537 chętnych, czyli 1,72 kandydata na

jedno wolne miejsce. Na drugim miejscu znalazło się technikum w Powiatowym Zespole Szkół Ponadpodstawowych (PZSP) im. Jerzego Siwińskiego w Legionowie. Na 96 miejsc w klasach pierwszych jest 106 chętnych. Lepiej sytuacja wygląda w przypadku Liceum Ogólnokształcącym

im. Stanisława Lema w Stanisławowie Pierwszym. Na 60 miejsc w klasach pierwszych przygotowanych w tej szkole jest 62 chętnych. W pozostałych szkołach ponadpodstawowych prowadzonych przez powiat legionowski sytuacja wygląda następująco: w PZSP im. Włodzimierza Wolskiego

w Serocku, do liceum jest 15 chętnych na 62 wolne miejsca, technikum 33 chętnych na 64 wolne miejsca, a szkoły branżowej I stopnia 18 chętnych na 64 wolne miejsca. Zaś w ramach PZSP im. Jerzego Siwińskiego w Legionowie, do tamtejszej szkoły branżowej I stopnia jest 51 chętnych na 96 wolnych miejsc. Szkoły opublikują listy zakwalifikowanych 20 lipca 2022r. Od 21 lipca do 27 lipca 2022r. uczniowie będą potwierdzali wolę przyjęcia do danej szkoły, poprzez złożenie oryginałów świadectw i zaświadczeń o wynikach egzaminu. Listy uczniów przyjętych zostaną opublikowane 28 lipca 2022r. Dzień później ruszy rekrutacja uzupełniająca. P. N.

## CO SŁYCHAĆ W GMINACH?

### SEROCK. Nowa ścieżka rowerowa na ul. Zakroczymskiej

5 lipca została podpisana umowa na budowę ścieżki rowerowej i pieszo-rowerowej w ciągu ul. Zakroczymskiej w Serocku. Planowany do budowy odcinek to niemal jednokilometrowy fragment trasy, łączący ścieżki rowerowe, biegnące wzdłuż ulic Warszawskiej i Pułtuskiej z ciągiem pieszo-rowerowym, prowadzącym do kładki nad obwodnicą Serocka. W ramach inwestycji na tym samym odcinku zostaną też wyremontowane chodniki i skrzyżowania z drogami bocznymi. Na realizację zadania pozyskaliśmy dofinansowanie z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg w kwocie ponad 500 tys. zł. Realizacja prac budowlanych będzie prowadzona głównie w sierpniu i wrześniu br. Budowa ścieżki stanowi jeden z kolejnych etapów rozwoju infrastruktury rowerowej na terenie gminy i jest początkiem planowanego do utworzenia w ciągu drogi krajowej szlaku rowerowego, mającego połączyć Wolę Kiepińską i Szadki z Serockiem.

### SEROCK. Żłobek w Zegrzu

30 czerwca została zawarta umowa dotycząca rozbudowy przedszkola w Zegrzu. W wyniku zadania placówka w Zegrzu będzie pełniła dwie funkcje: przedszkola i żłobka. W części dobudowanej powstaną 4 sale przedszkolne z niezbędnymi pomieszczeniami pomocniczymi i kuchnią obsługującą również żłobek. Istniejący budynek przedszkola zostanie zmodernizowany i przystosowany do pobytu najmłodszych dzieci, które będą miały do dyspozycji dwie sale żłobkowe: jedną dużą, dzieloną mobilną ścianą akustyczną na dwie mniejsze i drugą przeznaczoną dla maluchów wymagających opieki w bardziej kameralnych warunkach. Roboty mają zostać zrealizowane w przyszłym roku.

### SEROCK. Nowy cennik za zużycie wody

Od 7 lipca 2022 roku ulegają zmianie ceny wody dostarczanej przez Miejsko-Gminny Zakład Wodociągowy. Wchodzimy w drugi rok obowiązywania zatwierdzonej przez PGW WODY POLSKIE taryfy za zbiorowe zaopatrzenie w wodę na terenie Miasta i Gminy Serock (decyzja WA.RZT.70.102.2021/5). Stawki kształtują się następująco:

- Grupa 1 odbiorców: za 1m3 dostarczonej wody netto - 3,41 zł  
stawka opłaty abonamentowej netto - 39,00 zł
  - Grupa 2 odbiorców: za 1m3 dostarczonej wody netto - 3,44 zł  
stawka opłaty abonamentowej netto - 42,00 zł
- Do powyższych opłat należy doliczyć podatek VAT w wysokości 8%.

### WIELISZEW. Ogromny magazyn na tyłach Starostwa?

Spółka Project Management Predevelopment z Warszawy planuje na działce o pow. 11 ha za Starostwem Powiatowym w Łajskach zbudować zespół budynków przemysłowo-magazynowo-usługowych wraz z segmentami socjalno-biuroowymi. Wśród klientów Panattoni są takie firmy jak m .in. Amazon, Coty Cosmetics, DSV, H&M, Intermarché, Leroy Merlin, ND Logistics, Still, Schenker, Selgros, BSH, czy też Tesco.

### WIELISZEW. Punkt skupu i przetwarzania palet przy Nowodworskiej w Michałowie-Reginowie?

Firma Palletport z Jabłonna chce otworzyć punkt skupu i przetwarzania palet na działce o pow. 5 tys. m2, znajdującej się przy ul. Nowodworskiej w Michałowie-Reginowie w gminie Wieliszew. Obecnie trwa postępowanie w tej sprawie.

Paulina Nowicka

**WIELISZEW.** Stawiają na nowoczesność

# 700 tysięcy złotych na zakup najnowszych technologii dla szkół

**W ramach wprowadzania nowoczesnych form nauczania do sześciu szkół w gminie Wieliszew trafią nowe laptopy, tablety, kamery i specjalistyczne oprogramowanie. Wartość projektu to 1,1 mln zł. Aż 700 tysięcy złotych pochodzić będzie z funduszy europejskich. Decyzję o przyznaniu wsparcia podjął Zarząd Województwa Mazowieckiego**

Jak informuje Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego, w ramach projektu zakupiony zostanie niezbędny sprzęt oraz oprogramowanie potrzebne do realizacji nauczania zdalnego. Przewidziane jest także

stosowanie w placówkach nowoczesnych form i metod pracy dydaktycznej. Do placówek oświatowych trafią m.in. nowe laptopy, tablety graficzne, kamery internetowe oraz pakiety oprogramowania Office.

Sprzęt wspierający trafi do:

- Szkoły Podstawowej im. Bronisława Sokoła w Olszewnicy Starej,
- Szkoły Podstawowej im. Kornela Makuszyńskiego w Skrzyszewie,

- Szkoły Podstawowej nr 1 im. Tadeusza Kościuszki w Wieliszewie,
- Szkoły Podstawowej nr 2 im. Jana Pawła II w Wieliszewie,
- Szkoły Podstawowej im. Stanisława Moniuszki w Łajskach,
- Szkoły Podstawowej im. Józefa Wybickiego w Janówku Pierwszym.

Paulina Nowicka



Fot. Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego



## NASZE WILKOWYJE

# O empirii

Wyszło słońce i rozmowy na ławeczce od razu inne. Po pierwsze mniej paliwa trzeba, by utrzymać ciepło. Po drugie szybciej człowiek wchodzi w nastrój filozoficznej akceptacji wszystkiego. No bo ciepło alko szybciej swoje robi. Japycz opowiadał, że w pewnych kręgach, jak się pije, to się nie mówi, bo alkohol trzymany w ustach szybciej do mózgu się wchłania. No ale to barbaria jakaś, my pijemy, żeby pogadać.

No więc, panie władzo, było tak: zaświeciło słońce i grzało całkiem po letniemu. Dużo my nie wypili, jeno Japycz młody nie jest i szybciej go rozłożyło. Nie tak dosłownie, tylko filozoficznie. Bo słońce dużo witaminy posiada, a jak wiadomo ona do filozofowania jest niezbędna, bo inaczej strasznie ponura ta filozofia. Solejukowa nawet twierdzi, że te wszystkie hegle, nicze i kanty to się z pochmurnej pogody biorą, długich zim itepe. Myśleliśmy, że chodzi o heble, znicze i przekręty, ale to mylno interpretacja była.

No już przechodzę do rzeczy, ale bez tła, to się nie da, bo to właśnie o tło się rozeszło. Bo Japycz jak się napił, to mówi, że wedle niektórych teorii, to świat się już skończył jakiś czas temu, a to co zostało, to procesy gnilne i powidoki istnienia. Przeciwno procesom gnilnym, to my nic nie mamy, bo bez gnicia nie ma fermentacji, a bez fermentacji ławeczka smutna i pechowe teorie dla ludzkości mogą z tego powstać. Poszło o te powidoki istnienia. Zapal nas jakiś ogarnął, no bo jak już tylko powidoki zostały, to korzystać trzeba koniecznie i bez zwłoki. Więc że na mnie kolej była, to po Mamrota poszedłem i z rozpędu wziąłem jeszcze dwa, ponad zwykłą liczbę. W tej kolejce rozważali my głównie czy powidoki to lepiej widać po ciemku czy po jasności. Zgody nie było, bo być nie mogło, skoro Hadziuk myślał, że powidoki to widoki po seksie, a ja żem nic nie myślał, tylko głupawki dostał, bo ten powidok to strasznie śmieszne słowo i dziwnie inne od innych. No bo panie władzo, sam pan zobaczy: słuch – posłuch, strach – postrach, wuj – powuj, daj – podaj, wszystko zwykle słowa, a taki widok ma powidok i to już jest słowo filozoficzne, więc w kolejnej kolejce debata była, co takiego w tym widoku się ukrywa. Na pozór nic. Sklep, ławeczka, kościół, przystanek – niby jak zawsze, ale inne. Nie że w słońcu, tylko z tego niepewnego istnienia. Bo to chodzi o to, czy świat jak się kończy, to zaczyna od rzeczy czy od ludzi. Mnie się zdało, że musi od ludzi, bo gdyby rzeczy najpierw znikły, to gołuśki tłum by se wisiał we próżni jak jakaś kosmiczna plaża dla nudystów. Więc logiczne, że najpierw ludzie. Albo zwierzęta. Ale to na jedno, bo nam Japycz wytłumaczył, że człowiek też zwierzę, nie tylko w sensie, że bydlę i świnia, ale też tak ogólnie. No i że te ludzie i zwierzęta, to pewnie będą znikać stopniowo, bo jakby na raz, to żadnego powidoku by nie było.

Więc to nieprawda panie władzo, że my pijane poszły kobity obmacywać, bo my macali wszystkich, nawet Myćkę, chociaż miał widły i nie z powodów zbereźnych, ale filozoficznych. Rozchodziło się nam o to, od której to części ciała powidok się zaczyna. I jak Hadziuk Węclawską w pośladek uszczypnął, to nie żeby jej dietę jakąś sugerować, ale dlatego, że jak się długo na czymś siedzi, to się szybciej zużywa, więc my myśleli, że może od tego się to znikanie zaczyna. I siebie my też obszczypali, panie władzo, sumiennie, więc żadne mi-tuu w grę nie wchodzi. Nie, Violetki my nie szczypali, panie władzo, tak bardzo pijani to my nie byli, żeby zapomnieć, że pan posterunkowy bardzo nie lubi, jak się pana żonie pewną młodzieńczą rozwiązość przypomina.

Także podsumowując, to nie burdy były, tylko próby empirycznego potwierdzenia teorii Japycza i z tego powodu wnioskujemy, żeby nas już w areszcie nie trzymać, bo się późno robi i niedługo nasze żony się dowiedzą.

Pietrek

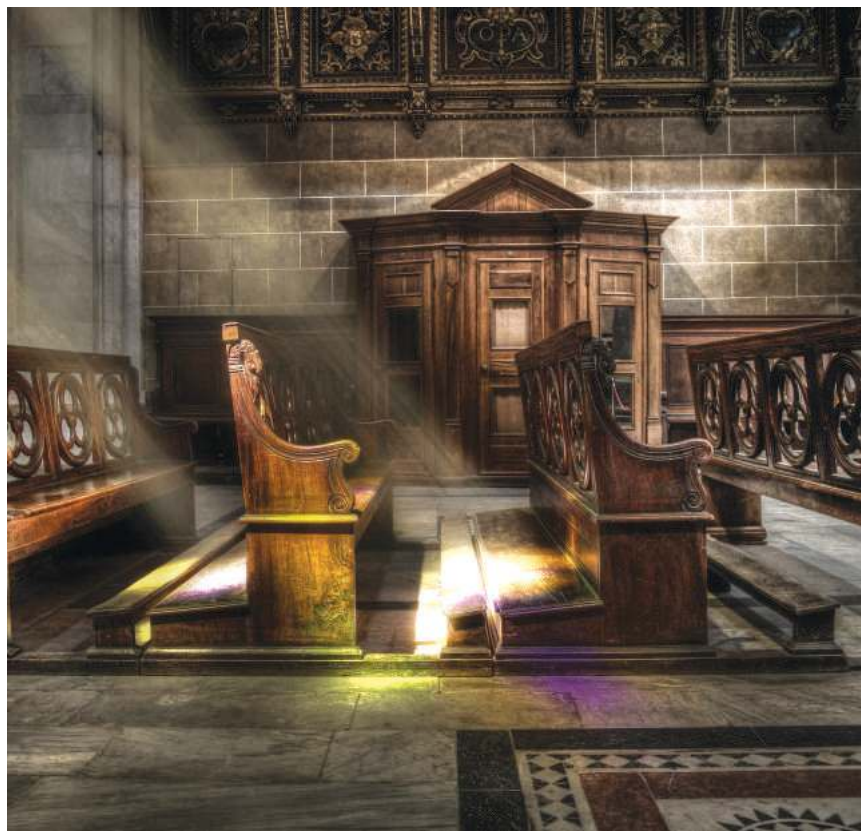
**Pandemia COVID-19 spowodowała nie tylko ogólną deintensyfikację praktyk religijnych wśród Polaków, ale też wyraźnie osłabiła ich subiektywne poczucie religijności. Dodatkowo przyspieszyła proces polaryzacji polskiej religijności - wykazali badacze z Instytutu Nauk Socjologicznych i Pedagogiki SGGW**

W opublikowanym na łamach czasopisma „PLoS One” artykule (<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0269015>) przypominają, że pojawienie się wirusa SARS-CoV-2, a następnie pandemia COVID-19, spowodowały globalne zagrożenie dla zdrowia publicznego. W takich trudnych i niepokojących sytuacjach można się spodziewać, że ludzie będą szukać pocieszenia w religii. Jednocześnie nigdy wcześniej żyjący współcześnie ludzie nie byli świadkami tak poważnych zakłóceń praktyk religijnych. Na całym świecie, ze względu na regulacje dotyczące dystansu społecznego, wyznawcy różnych religii przestali móc praktykować w taki sposób, w jaki czynili to przed 2020 rokiem.

„Pomysł na to badanie pojawił się już na początku pandemii - opowiada autor publikacji dr Rafał Boguszewski. - Jednak wtedy interesowały nas postawy Polaków wobec nowo zaistniałej sytuacji w ogóle: pytaliśmy o ich zachowania, obawy, doświadczenia i opinie. Religijność była tylko jednym z elementów. Ponieważ jednak zauważyliśmy, że w tym właśnie zakresie zachodzą istotne zmiany, postanowiliśmy temat zgłębić, stąd też dwie najnowsze fale naszego badania w szerszym zakresie dotyczyły tej właśnie kwestii”.

Badania, do których odwołuje się artykuł przeprowadzono na próbie około tysiąca respondentów w listopadzie 2020 r. oraz na podobnej liczbie w kwietniu 2021 r. Były to odpowiednio II i III fala pandemii. Dane zbierano w oparciu o ankiety internetowe.

Jak wyjaśnia dr Boguszewski, udział w badaniu wzięli wyznawcy różnych religii, jednak wiadomo, że ze względu na strukturę naszego społeczeństwa zdecydowaną większość stanowili katolicy. „Nie była to grupa doborowa pod względem wyznania; za to zależało nam, żeby jak najlepiej odzwierciedlała polską populację pod względem wieku, płci, wykształcenia, województwa i wielkości miejscowości zamieszkania”.



# Pandemia osłabiła religijność Polaków

Naukowcy zapytali uczestników badania o przemiany ich religijności w związku z pandemią: u kogo ona spadła, u kogo się umocniła. Zebrane dane analizowano zarówno osobno dla obu fal badania, jak i łącznie, co dzięki większej liczebności odpowiedzi umożliwiło bardziej pogłębione analizy.

„Pytaliśmy m.in. o tradycyjne praktyki religijne realizowane przed pandemią oraz po jej wybuchu. Żeby jednak wykluczyć, że odejście od praktykowania jest wyłącznie konsekwencją lockdownu i ograniczonego dostępu do kościołów, zadaliśmy pytanie także o subiektywną ocenę własnego zaangażowania religijnego. Interesowało nas to, czy Polacy zauważają jakąś zmianę w tym zakresie, czy po wybuchu pandemii poświęcają więcej czy mniej czasu na modlitwę własną, medytację oraz inne praktyki religijne” - mówi dr Boguszewski.

Szybko okazało się, że widoczny jest pewien trend: w początkowym okresie pandemii przekonanie o wzroście własnej religijności było nieco większe, potem zaczęło spadać. „Na początku, gdy poczucie zagrożenia było duże, a ludzie nie wiedzieli, czego się spodziewać i czuli, że stoją w obliczu zagrożenia życia, bardziej kierowali się do Boga, co jest zgodne z wcześniejszymi ustaleniami, że część ludzi w religii szuka poczucia bezpieczeństwa. Natomiast potem, wraz z oswojeniem sytuacji, poczucie wzrostu zaangażowania religijnego zaczęło maleć” - mówi naukowiec.

Dokładna analiza pokazała, że regularny udział w instytucjonalnych praktykach religijnych w badanej grupie spadł podczas pandemii trzykrotnie - z 31,2 proc. przed czasami COVID-19 do 11,9 proc. w trakcie. Liczba osób, które w ogóle nie chodziły do kościoła, wzrosła z 23,1 proc. do 57 proc. Między drugą a trzecią falą nastąpił niewielki powrót do regularnych praktyk (z 10,1 proc. do 14,1 proc.).

Jeśli chodzi o subiektywną ocenę ilości czasu poświęconego na modlitwę, to sumarycznie wyraźnie mniej osób zgłaszało wzrost (10,6 proc.) niż spadek (20,1 proc.) zaangażowania religijnego w pandemii, a zmienną, która miała najsilniejszy związek z tą sytuacją okazało się zaangażowanie religijne przed pandemią.

„Nasze badanie bardzo wyraźnie uwiarydociło, że wzrost zaangażowania religijnego nastąpił szczególnie wśród tych, którzy już przed pandemią cechowali się ponadprzeciętną religijnością mierzoną

uczestnictwem w praktykach. Natomiast osoby okazjonalnie praktykujące zaczęły w pandemii zupełnie porzucać obrzędową religijność. Myślimy, że pandemia, nakaz dystansu społecznego, ograniczenia dotyczące zgromadzeń, a w konsekwencji osłabienie kontroli społecznej, stały się dla nich usprawiedliwieniem dla zaprzestania praktyk” - wyjaśnia dr Boguszewski.

Badacze pytali także o uczestnictwo w praktykach religijnych online oraz za pośrednictwem radia i telewizji. Formy te okazały się atrakcyjne szczególnie dla tych, którzy już wcześniej byli bardziej religijni. „Stały się one raczej uzupełnieniem tradycyjnych praktyk religijnych niż alternatywą dla nich, bo osoby praktykujące w pandemii za pośrednictwem mediów, nierzadko nadal także regularnie chodzą do kościoła. Natomiast Polacy, którzy przed pandemią praktykowali sporadycznie lub wcale, nie byli też zainteresowani religijnością online” - podkreśla naukowiec.

Wśród innych zmiennych, które miały istotny statystycznie wpływ na wzmocnienie lub osłabienie religijności, dr Boguszewski wymienia wiek (wzrosła religijność osób starszych, spadła młodszych) oraz liczbę dzieci w gospodarstwie domowym. Okazało się, że im więcej dzieci, tym silniejszy spadek religijności. „Jest to jednak dość logiczne: z powodu zamknięcia szkół i przedszkoli dzieci musiały zostać w domach, przez co ich rodzice mieli więcej obowiązków, a mniej czasu na inne aktywności, w tym praktyki religijne”.

Ostatnią zmienną wpływającą na badaną kwestię było zadowolenie z życia: osoby bardziej zadowolone ze swojego życia częściej deklarowały wzrost religijności w pandemii. „To bardzo ciekawe odkrycie, które jednak wymaga bardziej pogłębionych analiz i szczegółowej weryfikacji kierunku zależności w tej hipotezie” - mówi autor badania.

Naukowiec podkreśla, że omawiane badania ujawniły wzrost polaryzacji religijności w społeczeństwie podczas pandemii. Zresztą od takich samych wniosków prowadzą inne badania, w tym m.in. systematycznie realizowane przez CBOS.

Zdaniem rozmówcy istotną będzie kolejna fala pomiaru - w kontekście całkowitego poluzowania pandemicznych obostrzeń. „Pokaże nam ona, jak sytuacja zmieniła się po pandemii. Mamy jednak silne podstawy, aby podejrzewać, że trend odchodzenia społeczeństwa od religijności nie tylko się nie odwraca, ale wręcz nasila, co zresztą sugerują wyniki przytoczonych wyżej badań CBOS” - zaznacza dr Boguszewski.

Na zakończenie naukowiec dodaje, że kluczowe będzie dopytanie o bezpośrednie powody spadku religijności. Pandemia zbiegła się bowiem w czasie z innymi wydarzeniami, które mogły przyczynić się do odchodzenia ludzi od Kościoła katolickiego. „Dotąd o to nie pytaliśmy, jednak można przypuszczać, że takie kwestie jak zaostrzenie prawa aborcyjnego oraz kolejne afery związane z przedstawicielami Kościoła mogły nawet bardziej znacząco wpłynąć na zniechęcenie ludzi do religii, w tym zwłaszcza młodych obywateli naszego kraju, niż sama pandemia” - tłumaczy badacz z SGGW.

„Podsumowując: odwrót od religijności w czasie pandemii jest w naszym kraju dość wyraźny. Tylko osoby najbardziej zaangażowane, które wcześniej częściej niż pozostali uczestniczyły w obrzędach religijnych, umocniły się w swojej religijności. Pozostała część społeczeństwa, zwłaszcza młodsza, wyraźnie ograniczyła swoje zaangażowanie religijne” - mówi.

PAP - Nauka w Polsce, Katarzyna Czechowicz



## CAFE DE PARIS

Wykonawcy:

Chris Schittulli -wokal

Wiesław Prządka - akordeon, bandoneon

Marek Piątek - gitary

**NIEDZIELA, 17 LIPCA GODZ.18.00**

Pałac w Jabłonnie

ul. Modlińska 105

**BILET NORMALNY - 120 ZŁ**

**BILET ULGOWY - 80 ZŁ**

KUP BILET: NA MIEJSCU W GODZ. 10-18, ON-LINE: [WWW.BILETYNA.PL](http://WWW.BILETYNA.PL)

REZERWACJE: [NFO@PALACJABLONNA.PAN.PL](mailto:NFO@PALACJABLONNA.PAN.PL), +48 509 081 438 / 535 585 661



## Czekolada ma wiele właściwości sprzyjających zdrowiu

**Czekolada wyprodukowana z owoców kakaowca, o wysokiej zawartości miazgi, ma sprzyjające zdrowiu właściwości – oceniła w komunikacie przesłanym w środę PAP dr Joanna Orzeł z Instytutu Chemii Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach**

Czekolada jest bogata w antyoksydanty, które, jak zaznacza dr Orzeł, wspomagają walkę z wolnymi rodnikami i stresem oksydacyjnym przez nie wywołanym.

„Zawarte w niej flawonoidy mogą polepszyć kondycję naszego układu sercowo-naczyniowego oraz pozytywnie wpłynąć na ochronę naszej skóry przed promieniowaniem UV” – wyjaśniła. Co więcej, czekolada dobrze wpływa również na gospodarkę cholesterolu i obniża ryzyko ataku serca. Jej wpływ na układ nerwowy często skutkuje poprawą nastroju

Jak podkreśliła w komunikacie dr Orzeł, wymienione korzyści spożywania czekolady są możliwe wówczas, gdy dawkowana jest ona racjonalnie.

„Czekolada jest zalecana do umiarkowanego spożycia i z pewnością jest smaczną opcją na dostarczenie porcji dobrych składników do naszego organizmu” – dodała. Jednak ostrzegła, że jest wysokokalorycznym produktem, może wywoływać reakcje alergiczne u osób wrażliwych, a w skrajnych przypadkach jej regularne, niekontrolowane spożycie prowadzi do uzależnienia.

W komunikacie wyjaśniono również, że czekolada wytwarzana jest z owoców kakaowca, a dokładniej z nasion, z których pozyskiwana jest tzw. miazga kakaowa. „Obok miazgi kakaowej w czekoladzie znajdziemy tłuszcz kakaowy (lub inny roślinny) oraz, w zależności od rodzaju, substancje słodzące oraz inne dodatki (np. mleko, bakalie czy orzechy)” – przekazano.

Wśród podstawowych rodzajów czekolady wskazano cztery – ciemną (o najkrótszym składzie i wysokim procencie zawartości kakao), deserową (zawiera dodatek cukru lub innej substancji słodzącej), mleczną (w składzie dodatkowo obok miazgi i tłuszczu ma cukier i mleko) oraz białą (nie zawiera kakao i jest mieszaniną utwardzonych tłuszczu i cukru).

PAP - Nauka w Polsce, Aleksandra Kielczykowska  
foto: Fotolia

# Ja - najlepszy ekspert od samego siebie.

**Ludzie często uważają się za najlepszych ekspertów w temacie samego siebie i dlatego - jeśli chodzi o opinie na swój temat - za najbardziej wiarygodne uznają głosy spójne z samooceną. Są tu jednak wyjątki - zwracają uwagę badacze z UJ**

Masz silnie wyrobione zdanie o sobie? Uważaj, bo możesz być stronniczy we wsłuchiwanie się w opinie innych na ten temat.

Np. jesteś przekonany, że dobrze negocjujesz? Albo uważasz, że jesteś świetnym kierowcą? Jest większa szansa, że bardziej zaufasz tym, którzy też mówią, że jesteś dobry w te klocki niż tym, którzy sugerują, że nie do końca ci to wychodzi. Analogicznie - kiedy nie wierzysz w swoje możliwości - np. uważasz, że słabo radzisz sobie z publicznymi wystąpieniami - statystycznie rzecz biorąc - bardziej weźmiesz sobie do serca głos krytyki w tym zakresie niż pochwałę. Niezależnie od tego, jaka jest prawda.

Mechanizm takiego błędu poznawczego wyjaśnia tzw. teoria autoweryfikacji. Proponuje ona, że wolimy komunikaty spójne z własnym spojrzeniem na siebie, aby zachować poczucie spójności, przewidywalności, kontroli nad sobą i otaczającym światem. Gdyby jednak takie wyjaśnienie było kompletne, żadna zmiana zdania na swój temat nie byłaby możliwa: otaczalibyśmy się jedynie głosami spójnymi z naszym spojrzeniem na siebie i jeszcze bardziej utwierdzali się w swoim początkowym mniemaniu o sobie. A przecież nie zawsze tak jest. Czego więc wyjaśnieniu proponowanemu przez tę teorię brakowało.

“To wytłumaczenie oznaczałoby, że ludzie nie zważają na prawdziwość otrzymywanych informacji. Tymczasem ludzie przyjmują do wiadomości to, co uważają za prawdziwe” - uważa współautorka badania dr Ewa Szumowska z UJ. Dlatego wspólnie z kolegami z zespołu szukała innego wyjaśnienia

## Ale czy zawsze?

tego zjawiska. Naukowcy przedstawili je w publikacji w Psychological Science

W pracy tej badacze tłumaczą, że interesujemy się opiniami spójnymi z naszą samooceną, bo uznajemy się za najlepszego eksperta w swojej sprawie. A w związku z tym - jeśli chodzi o temat samego siebie - opinie zbliżne ze swoją oceniamy jako bliższe prawdy, bardziej wiarygodne. Skoro wiemy, jacy jesteśmy naprawdę, każdy, kto uważa podobnie, ma rację. Natomiast jeśli ktoś uważa inaczej, najpewniej się myli.

W eksperymencie badacze pokazują, że istnieją inne osoby, które uznajemy za wiarygodnych ekspertów w naszej sprawie. Przynajmniej w niektórych aspektach. A ich głos - niespójny z naszym - jest dla nas ciekawszy niż głos, z którym się zgadzamy.

Dr Ewa Szumowska zwraca uwagę, że np. kiedy mamy problem ze zdrowiem - np. boli nas noga, nie mamy zwykłego problemu, żeby oddać się w ręce specjalisty i zdać się na jego diagnozę i leczenie. Są więc sytuacje, kiedy uznajemy, że ktoś jest lepszym ekspertem w naszej sprawie, niż ja sam. Problem, żeby pokazać taką zależność eksperymentalnie.

Do eksperymentu wybrano osoby, które - jak wynikało z ankiet - miały zdecydowane zdanie o swoich umiejętnościach społecznych: te, które uważały, że świetnie radzą sobie z innymi ludźmi oraz takie, które uważały, że są w tym bardzo słabe. Osobom tym robiono kolejną serię testów dotyczących tych umiejętności, a potem mówiono, że przygotowano dla nich dwie diagnozy w tym zakresie. Wszyscy badani otrzymywali dostęp do krótkiego opisu dwóch skrajnie różnych ocen swoich umiejętności społecznych - jednej pozytywnej, jednej negatywnej. A także informację, kto ją przygotował: czy był to psycholog, czy student. Każdy badany mógł zdecydować, którą diagnozę woli przeczytać w całości. Eksperymentatorzy interesowało to, czy badani będą chcieli zapoznać się z opiniami sprzecznymi z ich mniemaniem o sobie, jeśli wiedzieli, że będzie to

opinia przygotowana przez specjalistę - psychologa.

No i rzeczywiście - badani byli taką opinią przeczącą im ekspertowi zainteresowani nie rzadziej niż głosem wspierającym. Oznacza to, że badani nie faworyzowali opinii spójnej ze swoją samooceną. A to całkiem dobry znak, że są sytuacje, w których jesteśmy w stanie dopuścić głos przeczący temu, co sami o sobie myślimy. To zaś pierwszy krok, aby doprowadzić do zmiany tego, jak na siebie patrzymy.

Co więcej w badaniach przeprowadzonych na żywo w laboratorium osoby z negatywnym obrazem siebie wolały opinię pozytywną, czyli niespójną z ich mniemaniem o osobie, istotnie bardziej niż spójną, jeśli ta opinia pochodziła od psychologa. W innej edycji tych samych badań, ale wykonywanych online, taka preferencja nie wystąpiła. Co też pokazuje różnicę w podejściu do ekspertów w sferze online i na żywo. Kluczowe jednak, że w obu wersjach eksperymentu zniknęła typowo pojawiająca się preferencja opinii spójnej z tym, co sami o sobie myślimy.

Dr Szumowska zaznacza, że oczywiście nie jest niczym nowym to, że ludzie traktują czasem psychologów za ekspertów od pewnych aspektów samego siebie i zdają się na ich diagnozę. Nowością jest jednak nowe spojrzenie na kwestię zaufania do opinii innych na swój temat.

Może nam się wydawać, że znamy siebie na wylot, ale w wiedzy tej jest wiele dziur. Dr Szumowska wymienia, że dziury te są m.in. wynikiem błędów poznawczych, których nie zauważamy czy też braku wiedzy. Czasem więc zaczynamy mijać się z prawdą na swój temat. Jaskrawo to widać na przykładzie depresji, w której pacjenci mają tak negatywne, że czasem aż oderwane od rzeczywistości spojrzenie na swój temat. I szukają dla tego potwierdzenia. To tylko jeden z przykładów, który pokazuje, jak ważne jest w psychologii dobre zrozumienie mechanizmów przetwarzania informacji na swój temat.

PAP - Nauka w Polsce, Ludwika Tomala

REKLAMA

CENTRUM MEDYCZNE  
**GABINTER**

ul. Krasińskiego 64, 05-120 Legionowo

**GODZINY OTWARCIA:**  
Poniedziałek - Piątek 9-20  
Sobota 10-15

**Gabinter.pl**

**-10% zniżki na POBRANIA KRWI do końca czerwca 2022r.**

### LEKARZE SPECJALIŚCI

- Interna i Medycyna Pracy
- Ortopedia i Traumatologia
- Ortopedia Dziecięca (badania preluksacyjne)
- Kardiologia
- Chirurgia
- Chirurgia Plastyczna
- Neurochirurgia
- Radiologia
- Rehabilitacja
- Pobrania Krwi
- Szczepienia na COVID-19

### REJESTRACJA

tel: 22 774 09 66 tel: 737 144 444



# Zielona ściana zamiast betonu

**Udoskonalaniem miejskich ogrodów i upraw warzywnych zlokalizowanych na ścianach domów, firm i instytucji, oraz bezglebowych upraw hydroponicznych na dachach budynków, zajmują się m.in. badacze z Politechniki Gdańskiej**

Hydroponika to bezglebowa metoda uprawy roślin pozwalająca sadzić rośliny na pożywece zawierającej roztwór soli mineralnych. Uprawy hydroponiczne mogą być prowadzone nie tylko w skali przemysłowej, ale również w ogródkach przydomowych. Podnoszą wówczas samowystarczalność miast w produkcji żywności.

Minusem tego rozwiązania jest relatywnie duże zapotrzebowanie na wodę oraz konieczność oczyszczania zużytej pożywki - wyjaśniają na stronie uczelni badacze z Wydziału Inżynierii Lądowej i Środowiska PG, które zamkają obieg wody w miejskiej hydroponicznej uprawie sałaty i poprzez oczyszczenie odcieku w systemie zielonej ściany.

## ROLNICTWO MIEJSKIE NIEZALEŻNE OD POGODY

Uprawy wertykalne nie wymagają dużej powierzchni, dlatego mogą być prowadzone w warunkach gęstej zabudowy. Trend „urban farming” staje się popularny również w polskich aglomeracjach.

Prof. Ewa Wojciechowska i dr inż. Karolina Matej-Lukowicz z Katedry Inżynierii Sanitarnej WILiS oraz studentka Joanna Stycharz prowadzą badania nad połączeniem dwóch systemów wertykalnych. Pierwszy z nich służy do hydroponicznej uprawy sałaty, natomiast drugi to tzw. zielona ściana, której zadaniem jest oczyszczanie odcieku z uprawy hydroponicznej.

Jak wyjaśniają ekspertki, uprawa hydroponiczna eliminuje konieczność sadzenia roślin w ziemi. Rośliny mogą być uprawiane w zamkniętych pomieszczeniach, bo do fotosyntezy wystarczą specjalne lampy o odpowiednim natężeniu światła. Eliminuje to problem z niekorzystnymi warunkami atmosferycznymi – uprawy można prowadzić przez cały rok.



Rośliny nie są też podatne na choroby przenoszone przez glebę, co redukuje użycie chemicznych środków uprawy roślin.

## ŁATWIEJ WYŻYWIĆ MIASTO

„Uprawa hydroponiczna jest też odpowiednią na długie łańcuchy dostaw produktów żywnościowych oraz na rosnące ceny świeżej żywności w miastach. Dzięki uprawianiu roślin na użytek prywatny, skracamy drogę między miejscem produkcji, a naszym stołem. Uprawy bezglebowe stanowią odpowiedź na wyzwania związane z koniecznością wyżywienia dynamicznie rosnącej populacji” – podkreśla prof. Ewa Wojciechowska.

W kierowanym przez nią projekcie powstał układ do hydroponicznej uprawy sałaty. Rozsady sałat dojrzewają w szklarniach, następnie przesadzone są do specjalnych koszyków, wydrukowanych na drukarce 3D i umieszczane w rurach wypełnionych pożywką, z wyciętymi na doniczki otworami. Dzięki takiej konstrukcji uprawy można umieścić w wybranym pomieszczeniu zarówno poziomo jak i w pionie, w zależności od potrzeb i od dostępności miejsca.

„To tanie rozwiązanie. Poza koszykami, których zakup sprawiał trudność i z pomocą przyszedł nam student Wydziału Elektroniki i Technik Informacyjnych, który umiał

zaprojektować i wydrukować na drukarce 3D odpowiedniej wielkości i kształtu ażurowe pojemniczki do rozsady, użyliśmy rur kanalizacyjnych, które otrzymaliśmy od firmy Pipelife. Do tego odpowiednia lampa – sałata wymaga akurat światła o temperaturze 6500 K i nasza hydroponiczna uprawa ma już odpowiednie warunki” – wyjaśnia cytowana w materiale prasowym dr inż. Karolina Matej-Lukowicz.

Badaczki pracują obecnie nad możliwością oczyszczania ścieków z hydroponicznej uprawy sałaty z zastosowaniem zielonej ściany i zamknięcia obiegu wody w tej hodowli.

## ODPOWIEDŹ NA „BETONOŻĘ” I BRAK MIEJSCA

Zielone ściany to coraz popularniejszy trend w aglomeracjach miejskich. Stanowią odpowiedź na nękającą miasta „betonożę”, ale ich funkcja nie ogranicza się tylko do estetycznego wyglądu. Korzystnie oddziałują na mikroklimat, redukując efekt „miejskiej wyspy ciepła”. Mogą też z powodzeniem oczyszczać wodę – najczęściej stosowane są do oczyszczania wody deszczowej lub tzw. ścieków szarych, umożliwiając ich powtórne wykorzystanie. Nowatorskim pomysłem w projekcie jest wykorzystanie zielonej ściany do oczyszczania odcieku z uprawy hydroponicznej.

„Chcemy zbadać, czy woda użyta do podlewania naszych upraw, która tworzy dalej pożywkę, może być zastosowana powtórnie, a nawet kilkakrotnie. Zamknięty obieg pozwala na znaczące zmniejszenie ilości wody użytej do upraw hydroponicznych, co jest niezwykle ważne ze względu na zmiany klimatu, których rezultatem jest m.in. problem z dostępnością wody. Żeby jednak taki obieg zamknąć, musimy wodę oczyszczać. I tu z pomocą przychodzi zielona ściana zbudowana z kilku pięter roślin, które naszą wodę przefiltrują, oczyszczą i będzie mogła po raz kolejny być zastosowana do upraw sałaty” – tłumaczy dr inż. Karolina Matej-Lukowicz.

Badaczki używają różnych roślin do tworzenia zielonych ścian, m.in.: trzmieliny (Eonymus) czy żurawki (Heuchera) i sprawdzają ich możliwości filtrujące.

„Naszym celem jest stworzenie odpowiedniej pożywki, by sałata rosła w najlepszych możliwych warunkach oraz odpowiednia zielona ściana do oczyszczania zużytej pożywki i wprowadzenie obiegu zamkniętego” – podsumowuje Joanna Stycharz, studentka inżynierii środowiska.

PAP - Nauka w Polsce,  
Fot. Krzysztof Krzempek/PG

# SZPITAL W LEGIONOWIE WOJSKOWY INSTYTUT MEDYCZNY

**Z MYŚLĄ O WAS  
DLA WAS  
LECZYMY NOWOCZEŚNIE  
I BEZPIECZNIE**



www.wim.mil.pl



**Amatorów grillowania w naszym kraju nie brakuje. Z ankiety przeprowadzonej wśród Polaków wynika, że zaledwie 6,7% rodaków wcale nie grilluje. Około 10% uważa, że grillowanie jest zdrowe, niemniej zdaniem 43% należy odpowiednio przygotować jedzenie, by uzyskać zdrowe potrawy. Co ma wpływ na ich prozdrowotne wartości? Przede wszystkim jakość samych użytych produktów, ale także to, na jakim grillu posiłek zostanie przygotowany**

#### Który grill wybrać i o czym pamiętać?

Bardzo wysoka temperatura, konieczna do grillowania jedzenia, sprzyja powstawaniu związków rakotwórczych, bardzo niebezpiecznych dla ludzkiego organizmu. Tradycyjne i najbardziej popularne grillowanie na węglu drzewnym jest najmniej bezpieczne dla naszego organizmu. Powodem tego stanu rzeczy jest brak stałej kontroli nad rozpalonym ogniem, który w kontakcie z jedzeniem tworzy doskonałe warunki do powstawania szkodliwych związków — w szczególności toksycznego benzopirenu.

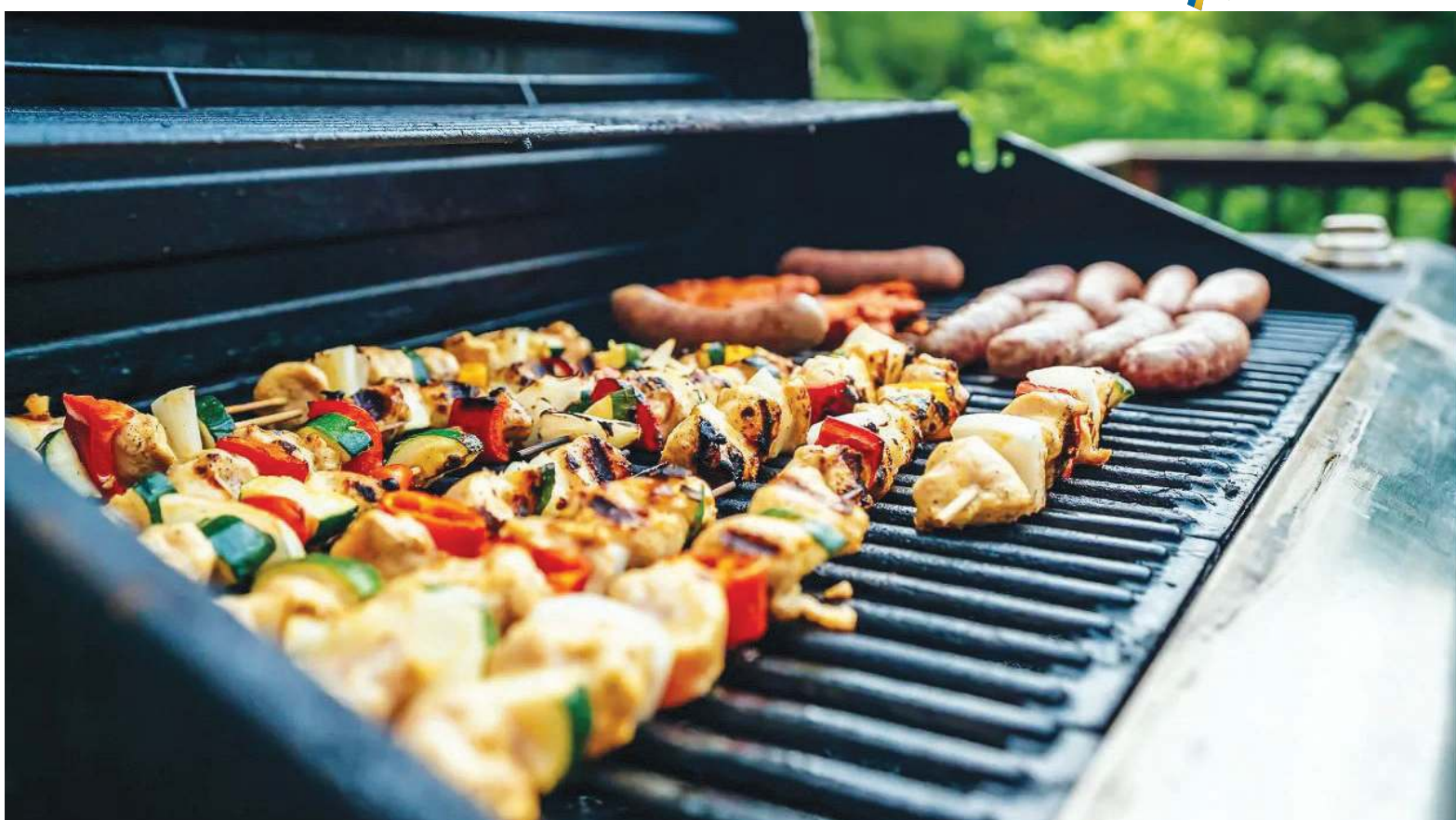
Jak wynika z wielu badań, pod względem bezpieczeństwa, zdrowia i jakości jedzenia, najbezpieczniejsze jest przygotowywanie potraw na grillu elektrycznym, który posiada regulację temperatury i często specjalny pojemnik, do którego ścieka tłuszcz, co zapobiega powstawaniu toksycznych związków. W porównaniu z potrawami przygotowanymi na grillu gazowym czy węglowym, te z grilla elektrycznego zawierają nawet 40 razy mniej szkodliwych substancji<sup>2</sup>. Ponadto w świetle prawa z grilla elektrycznego można korzystać praktycznie wszędzie, ponieważ nie stanowi on zagrożenia pożarowego.

#### Jak zorganizować grillowanie w plenerze?

Jeśli chce się urządzić grill poza własnym podwórkiem czy działką, należy pamiętać, że zgodnie z prawem, nie wszędzie można rozpaść grill węglowy czy gazowy. Często poza wytycznymi natury prawnej, ograniczenia nakłada także zarządca terenu. Ustalenie czy w danym miejscu można, czy nie można rozpaść grilla, może być kłopotliwe. Niemniej mając do dyspozycji odpowiednie urządzenie elektryczne i przenośną stację zasilania, grillowanie można urządzić praktycznie wszędzie, nie martwiąc się o źródło prądu. — Stacja o pojemności 1260Wh jest w stanie zasilić grill elektryczny o mocy 1150W przez godzinę, ale już stacja o pojemności 3600Wh zapewni zasilanie grilla o tej samej mocy niemal trzy razy dłużej. — wyjaśnia Paweł Tomiczek z EcoFlow. Grillowanie w plenerze ciężko jednak ograniczyć do godziny czy trzech. Co w przypadku, gdy planujemy całodzienny wyjazd i dłuższe grillowanie? — Czas zasilania można swobodnie wydłużyć poprzez podłączenie stacji do paneli fotowoltaicznych. Panele będą zasilają stację, a jednocześnie stacja posłuży za źródło zasilania grilla. — dodaje przedstawiciel marki EcoFlow.

#### Co najczęściej łąduje na ruszcie?

Grillowanie na przestrzeni ostatnich lat zmieniło swój charakter. Podstawą nie jest już tylko to, by zjeść smacznie, ale przede wszystkim — zdrowo. Na ruszcie zagościły ryby, chude mięso, owoce morza,



# Grillowanie - co wolno, a co nie? Przewodnik z przepisami

warzywa, a nawet owoce, którym ustąpiły miejsca tradycyjna kiełbasa, karkówka czy kaszanka. Często jednak brakuje nam pomysłów na to, co mogłoby się znaleźć na ruszcie, poza tym, co do tej pory znamy. Warto zainspirować się sprawdzonymi przepisami, rekomendowanymi przez najlepszych speców w dziedzinie kulinarii. Przepisy na rozpylające się w ustach pieczarki z rusztu rekomendują szefowie kuchni Dwór Korona Karkonoszy.

#### Grillowane pieczarki z kozim serem

##### Składniki:

- 5 dużych pieczarek
- 70g sera koziego twarogowego
- starty ząbek czosnku
- bazyli
- pieprz

##### Wykonanie:

Pieczarki umyć, trzon odkroić i posiekać. Ser kozi skroić w drobne kostki, wymieszać z pokrojonymi trzonkami i czosnkiem, przyprawić bazylią i pieprzem. Kapelusze pieczarek wypełnić masą serową. Grilować ok 10 minut.

#### Pieczarki nadziewane serem mozzarella i suszonymi pomidorami

##### Składniki:

- ½ kg dużych pieczarek
- kilka łyżek oliwy z oliwek
- 2 starte ząbki czosnku
- 100g suszonych pomidorów
- 100g pesto bazyliowego
- sól,
- pieprz
- 3 kulki sera mozzarella

##### Sposób wykonania:

Pieczarki umyć, odciąć trzonki, zostawić tylko kapelusze. Oliwę wymieszać z czosnkiem i posmarować nią pieczarki. Mozzarellę zetrzeć na tarce i odrobinę włożyć do kapelusza.

Do kapelusza włożyć także suszonego pomidora, nałożyć pół łyżeczki pesto, przykryć mozzarellą, znowu pesto i „zamknąć” pomidorem suszonym. Grillować 10-15 minut do momentu rozpuszczenia się sera.



ZORGANIZUJ W 18-WIECZNYM  
PAŁACU W JABŁONNIE  
KRÓLEWSKIE PRZYJĘCIE Z OKAZJI:

CHRZCIN I KOMUNII  
ŚLUBU LUB WESELA  
URODZIN CZY JUBILEUSZU

Rezerwacje:

info@palacjablonna.pan.pl  
tel.: +48 531 093 982, +48 507 104 572  
Pałac w Jabłonie  
ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna



# STUDIA GLOBALNYCH MOŻLIWOŚCI

## Akademia im. Aleksandra Gieysztora w Pułtusk

Filia Akademii Finansów i Biznesu Vistula

Studia I stopnia, studia II stopnia, jednolite studia magisterskie, doktoraty w trybie eksternistycznym, Szkoła Doktorska

### SKORZYSTAJ Z PROMOCJI 3x0 ZŁ\*

- 0 zł – opłata rekrutacyjna
- 0 zł – wpisowe
- 0 zł – 1. miesiąc studiów

APLIKUJ

vistula.edu.pl/pultusk



### INFORMACJE I ZAPISY:



ul. Mickiewicza 36B, 06-100 Pułtusk, pokój nr 8 tel. +48 23 692 97 18 (26, 50, 97), e-mail: m.bartnicka@vistula.edu.pl

### KIERUNKI STUDIÓW:

- Administracja
- Bezpieczeństwo narodowe
- Finanse i rachunkowość **NOWOŚĆ**
- Historia
- Pedagogika
- Pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna
- Politologia



\*Promocja obowiązuje do 25.07.2022 r.  
Regulamin dostępny w Dziale Rekrutacji oraz na vistula.edu.pl

## środa

## 13 lipca

| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>05:10 <b>Przysięga</b> - serial obyczajowy</p> <p>06:00 <b>Wspaniałe stulecie</b> - serial kostiumowy</p> <p>07:00 <b>Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej</b></p> <p>07:30 <b>Rodzinny ekspres</b></p> <p>08:00 <b>Wiadomości</b></p> <p>08:10 <b>Pogoda poranna</b></p> <p>08:15 <b>Kwadrans polityczny</b></p> <p>08:40 <b>Ranczo</b> - serial obyczajowy</p> <p>09:40 <b>Komisarz Alex</b> - serial kryminalny</p> <p>10:35 <b>Ojciec Mateusz</b> - serial kryminalny</p> <p>11:30 <b>Leśniczówka</b> - serial obyczajowy</p> <p>12:00 <b>Wiadomości</b></p> <p>12:10 <b>Agrobiznes</b></p> <p>12:30 <b>Agropogoda</b> - magazyn</p> <p>12:40 <b>Rok w ogrodzie Extra</b></p> <p>12:55 <b>Natura w Jedynce</b> - Bliskie spotkania ze zwierzętami 4</p> <p><b>SERIAL KOSTIUMOWY</b></p> | <p>05:00 <b>Na sygnale</b> - serial</p> <p>05:30 <b>M jak miłość</b> - serial</p> <p>06:25 <b>Pożyteczni.pl</b> - magazyn</p> <p>06:55 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy</p> <p>07:30 <b>Pytanie na śniadanie</b></p> <p>10:35 <b>Panorama</b></p> <p>10:45 <b>Pytanie na śniadanie</b></p> <p>11:15 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy</p> <p>12:30 <b>Koło fortuny</b> - teleturniej</p> <p>13:15 <b>Zranione ptaki</b> - serial obyczajowy</p> <p>14:05 <b>Va Banque</b> - teleturniej</p> <p>14:35 <b>Na sygnale</b> - serial fabularny</p> <p>15:10 <b>Serial fabularny</b></p> <p>16:00 <b>Koło fortuny</b> - teleturniej</p> <p>16:35 <b>Familiada</b> - teleturniej</p> <p>17:15 <b>Zakazany owoc</b> - film obyczajowy</p> <p>18:00 <b>Panorama</b></p> <p>18:20 <b>Va Banque</b> - teleturniej</p> <p><b>SERIAL OBYCZAJOWY</b></p> | <p>06:20 <b>Na Wspólnej</b> - serial obyczajowy, Polska</p> <p>06:50 <b>Milionerzy</b> - magazyn</p> <p>07:20 <b>Bunt</b> - serial, Polska</p> <p>07:55 <b>Tajemnice miłości</b></p> <p>09:00 <b>Ten moment</b></p> <p>09:35 <b>Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarno-rozrywkowy</p> <p>10:40 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p>11:40 <b>Doradca smaku</b></p> <p>11:50 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p>12:55 <b>Tajemnice miłości</b></p> <p>14:00 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p>16:10 <b>Ten moment</b> - program</p> <p>16:45 <b>Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarno-rozrywkowy</p> <p>17:55 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p>19:00 <b>Fakty</b> - informacje</p> <p>19:55 <b>Uwaga!</b> - magazyn</p> <p>20:10 <b>Doradca smaku</b></p> <p><b>SERIAL OBYCZAJOWY</b></p> | <p>06:00 <b>Nowy dzień z Polsat News</b></p> <p>08:40 <b>Malanowski i Partnerzy</b> - Bronisław Malanowski rozwiązuje zagadki kryminalne, prowadząc biuro detektywistyczne.</p> <p>09:40 <b>Sekrety rodziny</b></p> <p>10:40 <b>Dlaczego ja?</b></p> <p>11:40 <b>Gliniarze</b></p> <p>12:50 <b>Wydarzenia</b></p> <p>13:20 <b>Interwencja</b></p> <p>13:40 <b>Trudne sprawy</b></p> <p>14:40 <b>Dlaczego ja?</b></p> <p>15:50 <b>Wydarzenia</b></p> <p>16:10 <b>Pogoda</b></p> <p>16:15 <b>Interwencja</b> - magazyn prod. Polska</p> <p>16:40 <b>Gliniarze</b></p> <p>17:40 <b>Sekrety rodziny</b></p> <p>18:50 <b>Wydarzenia</b></p> <p>19:25 <b>Gość wydarzeń</b></p> <p>19:45 <b>Sport</b></p> <p>19:55 <b>Pogoda</b></p> <p>20:00 <b>Duże dzieci</b></p> <p><b>FILM SENSACYJNY</b></p> | <p>07:00 <b>Teledyski</b></p> <p>07:15 <b>Przestrzenie Sztuki</b> - cykl reportaży</p> <p>07:45 <b>Informacje kulturalne</b> - informator kulturalny</p> <p>08:15 <b>Trzeci punkt widzenia</b> - program publicystyczny</p> <p>08:55 <b>Jasminum</b> - film obyczajowy, prod. Polska, 2005, reż. Jan Jakub Kolski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska, Wiktoria Gąsiorowska, Janusz Gajos, Krzysztof Pieczyński, Monika Dryl, Patrycja Soliman, Grzegorz Damięcki, Krzysztof Globisz, Franciszek Pieczka</p> <p>11:00 <b>Dyrektorzy</b> - serial</p> <p>12:35 <b>Oczy uroczone</b> - film TVP, prod. Polska, 1977, reż. Piotr Szulkin, wyk. Mariola Chmielewska, Leszek Herdegen, Edward Raczkowski, Józef Duśza</p> <p>13:30 <b>Przewodnik Putifara</b> - serial dokumentalny</p> <p><b>FILM OBYCZAJOWY</b></p> | <p>06:00 <b>Kobra - oddział specjalny</b></p> <p>08:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p>11:00 <b>Reportery. Z życia wzięte</b></p> <p>12:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p>13:00 <b>Rodzinny interes</b> - serial obyczajowy</p> <p>14:00 <b>Reportery. Z życia wzięte</b></p> <p>15:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p>16:00 <b>Rodzinny interes</b> - serial obyczajowy</p> <p>17:00 <b>Prawdziwe motywy</b> - serial obyczajowy</p> <p>18:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p>20:00 <b>Han Solo: Gwiezdne wojny</b> - historie</p> <p>22:50 <b>Impostor</b></p> <p>00:25 <b>Champion</b></p> <p><b>SERIAL OBYCZAJOWY</b></p> | <p>05:00 <b>Szpital</b> - program obyczajowy</p> <p>06:00 <b>Papiery na szczęście</b> - serial, Polska</p> <p>07:05 <b>Idealna niania</b> - program obyczajowy</p> <p>07:50 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p>10:50 <b>Totalne remonty Szelągowskiej</b></p> <p>11:50 <b>Tajemnice miłości</b></p> <p>12:55 <b>Opowieści małżeńskie</b></p> <p>13:55 <b>Sędzia Anna Maria Wesołowska</b> - program sądowy prod. Polska</p> <p>14:55 <b>Rozwód. Walka o wszystko</b></p> <p>15:55 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy prod. Polska</p> <p>17:00 <b>Tajemnice miłości</b></p> <p>18:00 <b>Rozwód. Walka o wszystko</b></p> <p>19:00 <b>Ukryta prawda</b></p> <p><b>FILM OBYCZAJOWY</b></p> | <p>06:00 <b>Strażnik Teksasu</b> Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas.</p> <p>08:00 <b>Nasz Nowy Dom</b></p> <p>09:00 <b>Pierścionek z rubinem</b></p> <p>11:00 <b>Rzykanci</b></p> <p>12:00 <b>Sędzia Judy</b></p> <p>13:55 <b>STOP! Drogowka</b></p> <p>15:55 <b>Nowe Sekrety Sąsiadów</b></p> <p>16:55 <b>Pierścionek z rubinem</b></p> <p>19:00 <b>Policjantki i Policjanci</b></p> <p>20:00 <b>Sprawiedliwi</b> - Wydział Kryminalny</p> <p>21:00 <b>Wielka Ucieczka</b> - film akcji</p> <p>22:00 <b>W cywilu 6</b>: Bezpośrednie starcie Carter i jego dawny kolega z Marines, Luke Trappier łączą siły, by uratować dziewczynę porwaną przez międzynarodowy gang na czele którego stoi Maddy Hayes.</p> <p>23:50 <b>Mistrz Dowcipu</b></p> <p>00:55 <b>Anatomia głupoty</b> według Richarda Hammonda</p> <p>01:55 <b>Śmierć na 1000 sposobów</b></p> <p><b>TV Trwam</b></p>                                                                                                                                                       |
| <p>14:00 <b>Wspaniałe stulecie</b> - serial kostiumowy</p> <p>15:00 <b>Wiadomości</b></p> <p>15:15 <b>Alarm!</b> - magazyn</p> <p>15:35 <b>Gras słów. Krzyżówka</b></p> <p>16:05 <b>Przysięga</b> - serial obyczajowy</p> <p>17:00 <b>Teleexpress</b></p> <p>17:15 <b>Jaka to melodia?</b></p> <p>17:55 <b>Tajemnice</b> - serial</p> <p>18:55 <b>Jeden z dziesięciu</b></p> <p>19:30 <b>Wiadomości</b></p> <p>20:10 <b>Alarm!</b> - magazyn</p> <p>20:30 <b>Leśniczówka</b> - serial obyczajowy</p> <p>21:05 <b>Bolivar</b> - serial</p> <p>22:00 <b>07 zgłoś się</b> - serial</p> <p>23:25 <b>Ukraińcy</b> - serial</p> <p>00:25 <b>Zabójcze urodziny</b></p> <p>02:00 <b>Film fabularny</b></p> <p>03:55 <b>Wojsko</b> - polskie.pl</p>                                                                  | <p>18:45 <b>Zranione ptaki</b> - serial obyczajowy</p> <p>19:35 <b>Barwy szczęścia</b> - serial obyczajowy</p> <p>20:10 <b>Hallo Szpicbródka czyli ostatni występ Króla Kasiarzy</b> - komedia, prod. Polska, 1978, reż. Janusz Rzeszeński, Mieczysław Jahoda, wyk. Piotr Fronczewski, Gabriela Kownacka, Ewa Wiśniewska, Irena Kwiątkowska</p> <p>22:00 <b>Strażnik dzikiej przyrody</b> - serial obyczajowy</p> <p>23:45 <b>Medyceusze Wspaniali</b></p> <p>00:55 <b>Tacy po prostu jesteśmy</b> - film</p> <p>02:25 <b>Archiwista</b> - serial</p> <p>03:25 <b>Ukryte zamiary</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>20:15 <b>Na Wspólnej</b> - serial obyczajowy, Polska</p> <p>20:55 <b>Milionerzy</b></p> <p>21:35 <b>Za szyby, za wściekli</b> - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2003, reż. John Singleton, wyk. Paul Walker, Tyrese Gibson, Eva Mendes, Cole Hauser, James Remar, Devon Aoki</p> <p>23:45 <b>Seks w wielkim mieście II</b> - film komedia, USA, 2010, reż. Michael Patrick King, wyk. Sarah Jessica Parker, Kim Cattrall, Kristin Davis, Cynthia Nixon</p> <p>02:50 <b>Wewnętrzny wróg</b></p> <p>03:50 <b>Uwaga!</b> - magazyn</p> <p>04:10 <b>Noc magii</b></p> <p>05:30 <b>Kto was tak urządził</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                | <p>22:15 <b>Brzydka prawda</b> - Abby to niezwykle utalentowana i ambitna producentka popularnego programu telewizyjnego. W sprawach sercowych jest bardzo wymagająca i w związku z tym wciąż szuka idealnego mężczyzny. Pewnego dnia spotyka ją niemiła niespodzianka.</p> <p>00:35 <b>Wieżien labiryntu: Próby ognia</b></p> <p>04:15 <b>Świat według Kiepskich</b> - serial obyczajowy</p> <p>04:40 <b>Disco Gramy</b> - program rozrywkowy prod. Polska</p> <p>05:25 <b>Telezakupy</b></p> <p>TV Okazje</p>                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>14:40 <b>Hania</b> - film TVP, prod. Polska, 1984</p> <p>16:25 <b>Mała Apokalipsa</b> - film obyczajowy, prod. Polska, Włochy, Francja, 1992, reż. Costa-Gavras</p> <p>18:30 <b>Informacje kulturalne</b></p> <p>18:50 <b>Serialowa nostalgia</b> - Magiczne drzewo - serial</p> <p>20:00 <b>W trzy miesiące dookoła świata</b> - Chiniżyk na wynos - film</p> <p>21:45 <b>Więcej niż fikcja</b> - Klimt i Schiele: Eros i Psyche</p> <p>23:30 <b>Lekkie obyczaje</b> - Zwariować ze szczęścia</p> <p>01:35 <b>Scena Klasyczna</b> - Atom String Quartet - koncert</p> <p>02:30 <b>Informacje kulturalne</b></p> <p>03:00 <b>Kino nocne</b> - Dwa księżycy - film obyczajowy</p>                                                                                                                      | <p>02:25 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy prod. Polska</p> <p>03:35 <b>Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat</b> - program informacyjny prod. Polska</p> <p>04:15 <b>Z archiwum policji</b> - program dokumentalny prod. Polska</p> <p>05:00 <b>Rodzinny interes</b> - serial obyczajowy prod. Polska</p> <p>Podstarzały złodziej, jego syn i wnuk planują skok, dzięki któremu zarobią milion dolarów.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p>20:00 <b>Honey</b> - film obyczajowy, USA, 2003, reż. Bille Woodruff, wyk. Jessica Alba, Mekhi Phifer, Romeo, David Moscow, Zachary Isaiah Williams, Joy Bryant</p> <p>22:05 <b>Firefox</b> - film sensacyjny, USA, 1982, reż. Clint Eastwood, Freddie Jones, David Huffman, Warren Clarke, Ronald Lacey</p> <p>00:40 <b>Grindhouse: Planeta Terror</b> - film horror, USA/ Meksyk, 2007, reż. Robert Rodriguez, wyk. Rose McGowan, Freddy Rodriguez, Josh Brolin</p> <p>02:50 <b>Noc magii</b> - program ezoteryczny prod. Polska</p>                                                                                                                                                                     | <p>09:30 <b>Sanktuaria polskie</b></p> <p>09:50 <b>Święty na każdy dzień</b></p> <p>10:00 <b>Informacje dnia</b></p> <p>11:00 <b>Z wędką nad wodę w Polskę i Świat</b></p> <p>11:25 <b>Jestem mamą</b></p> <p>11:40 <b>Prosto o gospodarce</b></p> <p>12:00 <b>Anioł Pański</b></p> <p>12:03 <b>Informacje dnia</b></p> <p>12:20 <b>Możesz - 10 przykazań</b></p> <p>13:30 <b>Msza Święta</b></p> <p>14:20 <b>100 cudownych miejsc na świecie</b></p> <p>14:30 <b>Pianista</b></p> <p>15:05 <b>Kardynał Stefan Wyszyński</b></p> <p>15:50 <b>Ma się rozumieć</b></p> <p>16:00 <b>Informacje dnia</b></p> <p>16:10 <b>Na zdrowie</b></p> <p>16:30 <b>Wyszyński</b></p> <p>17:00 <b>Po stronie prawdy</b></p> <p>17:55 <b>Poczet Wielkich Polaków</b></p> <p>18:00 <b>Anioł Pański</b></p> <p>18:05 <b>Informacje dnia</b></p> <p>18:15 <b>Rozmowy niedokończone</b></p> <p>19:25 <b>Święty na każdy dzień</b></p> <p>19:30 <b>Brat Franciszek</b></p> <p>20:00 <b>Informacje dnia</b></p> <p>20:20 <b>Różaniec</b></p> <p>20:50 <b>Mysiąc Ojczyzna</b></p> <p>21:00 <b>Apel Jasnogórski</b></p> |



## czwartek

14 lipca

| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>05:10 Przysięga</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>06:00 Wspaniałe stulecie</b> - serial kostiumowy</p> <p><b>07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze</b></p> <p><b>07:30 Pełnia Wiary</b> - magazyn</p> <p><b>08:00 Wiadomości</b></p> <p><b>08:10 Pogoda poranna</b></p> <p><b>08:15 Kwadrans polityczny</b></p> <p><b>08:40 Ranczo</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>09:40 Komisarz Alex</b> - serial kryminalny</p> <p><b>10:40 Ojciec Mateusz</b> - serial kryminalny</p> <p><b>11:30 Leśniczówka</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>12:00 Wiadomości</b></p> <p><b>12:10 Agrobiznes</b></p> <p><b>12:30 Agropogoda</b> - magazyn</p> <p><b>12:35 To się opłaca</b> - magazyn</p> <p><b>12:55 Natura w Jedyńce</b> - Bliskie spotkania ze zwierzętami 5</p> | <p><b>05:00 Na sygnale</b> - serial fabularny</p> <p><b>05:30 M jak miłość</b> - serial</p> <p><b>06:25 Smaki świata</b> - magazyn</p> <p><b>06:55 Rodzinka.pl</b> - serial komediowy</p> <p><b>07:30 Pytanie na śniadanie</b></p> <p><b>10:35 Panorama</b></p> <p><b>10:45 Pytanie na śniadanie</b></p> <p><b>11:15 Z polskiej ziemi</b></p> <p><b>11:50 Rodzinka.pl</b></p> <p><b>12:30 Koło fortuny</b></p> <p><b>13:15 Zranione ptaki</b></p> <p><b>14:05 Va Banque</b></p> <p><b>14:35 Na sygnale</b></p> <p><b>15:10 Serial fabularny</b></p> <p><b>16:00 Koło fortuny</b> - teleturniej</p> <p><b>16:35 Familiada</b> - teleturniej</p> <p><b>17:15 Zakazany owoc</b> - film obyczajowy, prod. Turcja, 2019, reż. Neslihan Yesilyurt, wyk. Talat Bulut, Onur Tuna</p> <p><b>18:00 Panorama</b></p> | <p><b>06:05 Uwaga!</b> - magazyn</p> <p><b>06:20 Na Wspólnej</b> - serial obyczajowy, Polska</p> <p><b>06:50 Milionerzy</b></p> <p><b>07:20 Bunt</b> - serial, Polska</p> <p><b>07:55 Tajemnice miłości</b></p> <p><b>09:00 Ten moment</b> - program</p> <p><b>09:35 Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarno-rynkowy</p> <p><b>10:40 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>11:40 Doradca smaku</b></p> <p><b>11:50 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>12:55 Tajemnice miłości</b></p> <p><b>14:00 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>16:10 Ten moment</b></p> <p><b>16:45 Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarno-rynkowy</p> <p><b>17:55 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>19:00 Fakty</b> - informacja</p> <p><b>19:55 Uwaga!</b></p> | <p><b>06:00 Nowy dzień z Polsat News</b></p> <p><b>08:40 Malanowski i Partnerzy</b></p> <p><b>09:40 Sekrety rodziny</b></p> <p><b>10:40 Dlaczego ja?</b></p> <p><b>11:40 Gliniarze</b></p> <p><b>12:50 Wydarzenia</b></p> <p><b>13:20 Interwencja</b></p> <p><b>13:40 Trudne sprawy</b></p> <p><b>14:40 Dlaczego ja?</b></p> <p><b>15:50 Wydarzenia</b></p> <p><b>16:10 Pogoda</b></p> <p><b>16:15 Interwencja</b></p> <p><b>16:40 Gliniarze</b></p> <p><b>17:40 Sekrety rodziny</b></p> <p><b>18:50 Wydarzenia</b></p> <p><b>19:25 Gość wydarzeń</b></p> <p><b>19:45 Sport</b></p> <p><b>19:55 Pogoda</b></p> <p><b>Pretty Woman</b> Laura to współczesna, kultowa wersja bajki o Kopciuszku z Julią Roberts oraz Richardem Gere'em w rolach głównych.</p> | <p><b>07:00 Teledysk</b></p> <p><b>07:45 Informacje kulturalne</b></p> <p><b>08:15 Księga Przestrzeni</b></p> <p><b>08:55 Mała Apokalipsa</b> - film obyczajowy</p> <p><b>11:00 Dyrektorzy</b> - serial</p> <p><b>12:30 Przygoda Stasia</b> - film TVP, prod. Polska, 1970, reż. Andrzej Konic, wyk. Anna Seniuk, Marek Perepeczko, Ludwik Benoit, Andrzej Głoskowski, Antoni Żukowski</p> <p><b>13:30 Nie marnuj jedzenia</b> - film dokumentalny, prod. Australia, 2018</p> <p><b>14:35 Mirai</b> - film animowany, prod. Japonia, 2018</p> <p><b>16:25 Frantz</b></p> <p><b>18:30 Informacje kulturalne</b></p> <p><b>18:55 Serialowa nostalgia</b> - Magiczne drzewo</p> <p><b>20:00 Teatr Telewizji</b> - Kobra - Jak błyskawica cz. 2 - spektakl teatralny</p> <p><b>21:05 Tamte lata, tamte dni</b></p> | <p><b>06:00 Kobra</b> - oddział specjalny</p> <p><b>08:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>11:00 Reporterzy. Z życia wzięte</b></p> <p><b>12:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>13:00 Rodzinny interes</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>14:00 Reporterzy. Z życia wzięte</b></p> <p><b>15:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>16:00 Rodzinny interes</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>17:00 Prawdziwe motywy</b></p> <p><b>18:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>20:00 Straszny film 5</b></p> <p><b>21:30 Kariera Nikosia Dyzym</b> - komedia</p> | <p><b>05:00 Szpital</b> - program obyczajowy</p> <p><b>06:00 Papiery na szczęście</b> - serial, Polska</p> <p><b>07:05 Idealna niania</b> - program obyczajowy</p> <p><b>07:50 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>10:50 Totalne remonty Szelągowskiej</b></p> <p><b>11:50 Tajemnice miłości</b></p> <p><b>12:55 Opowieści małżeńskie</b></p> <p><b>13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska</b> - program sądowy</p> <p><b>14:55 Rozwód. Walka o wszystko</b></p> <p><b>15:55 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>17:00 Tajemnice miłości</b></p> <p><b>18:00 Rozwód. Walka o wszystko</b></p> <p><b>19:00 Ukryta prawda</b></p> | <p><b>06:00 Strażnik Teksasu</b></p> <p><b>08:00 Nasz Nowy Dom</b> - magazyn</p> <p><b>09:00 Pierścionek z rubinem</b></p> <p><b>11:00 Rzykanci</b></p> <p><b>12:00 Sędzia Judy</b></p> <p><b>13:55 STOP Drogówka</b></p> <p><b>15:55 Nowe Sekrety Sąsiadów</b></p> <p><b>16:55 Pierścionek z rubinem</b></p> <p><b>19:00 Policjantki i Policjanci</b></p> <p><b>20:00 Sprawiedliwi</b> - Wydział Kryminalny</p> <p><b>21:00 Czyste szaleństwo</b></p> <p><b>Dwóch nieudaczników, bezrobotny dramaturg i aktor podejmują pracę w banku, który dziwnym zbiegiem okoliczności zostaje okradziony, a oni są jedynymi podejrzanymi. Brawurowa komedia gwarantująca świetną zabawę.</b></p> <p><b>23:30 Frankenstein</b> Młody, zdolny naukowiec z Genewy pracuje nad metodą, która pozwoli przywrócić życie zmarłym. <b>01:55 Śmierć</b> na 1000 sposobów</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p><b>SERIAL KOSTIUMOWY</b></p> <p><b>14:00 Wspaniałe stulecie</b> - serial kostiumowy</p> <p><b>15:00 Wiadomości</b></p> <p><b>15:15 Alarm!</b> - magazyn</p> <p><b>15:35 Gra słów. Krzyżówka</b></p> <p><b>16:05 Przysięga</b> - serial</p> <p><b>17:00 Teleexpress</b></p> <p><b>17:15 Jaka to melodia?</b></p> <p><b>17:55 Tajemnice</b> - serial</p> <p><b>18:55 Jeden z dziesięciu</b></p> <p><b>19:30 Wiadomości</b></p> <p><b>20:10 Alarm!</b> - magazyn</p> <p><b>20:30 Leśniczówka</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>21:05 Bolivar</b> - serial</p> <p><b>21:55 Sprawa dla reportera</b></p> <p><b>22:55 Magazyn śledczy Anity Gargas</b> - magazyn</p> <p><b>23:35 Magazyn kryminalny 997</b> - magazyn</p> <p><b>00:30 Film fabularny</b></p>                                            | <p><b>TELETURNIEJ</b></p> <p><b>18:20 Va Banque</b> - teleturniej</p> <p><b>18:45 Zranione ptaki</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>19:35 Barwy szczęścia</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>20:10 Córka prezydenta</b> - komedia romantyczna, prod. USA, 2004, reż. Forest Whitaker, wyk. Katie Holmes, Marc Blucas, Michael Keaton</p> <p><b>22:05 Sanctum</b> - dramat</p> <p><b>00:10 Dzień Bastylli</b> - film sensacyjny, prod. Wielka Brytania, Francja</p> <p><b>01:50 Ona to on</b> - komedia</p> <p><b>03:50 Gomorra</b> - serial</p> <p><b>04:45 Rodzinka.pl</b> - serial</p> <p><b>05:10 Zakończenie</b></p>                                                                                                                                                                                    | <p><b>PROGRAM KULINARNY</b></p> <p><b>20:10 Doradca smaku</b> - program kulinarny</p> <p><b>20:15 Na Wspólnej</b> - serial obyczajowy, Polska</p> <p><b>20:55 Milionerzy</b> - program</p> <p><b>21:35 Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarno-rynkowy</p> <p><b>22:45 Gruby i chudszy</b> - film komedia, USA, 1996, reż. Tom Shadyac, wyk. Eddie Murphy, Jada Pinkett Smith</p> <p><b>00:45 Za szybcy, za wściekli</b> - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2003, reż. John Singleton, wyk. Paul Walker, Tyrese Gibson, Eva Mendes</p> <p><b>03:05 Uwaga!</b> - magazyn</p> <p><b>03:25 Noc magii</b></p>                                                                                                                                                                                           | <p><b>FILM OBYCZAJOWY</b></p> <p><b>22:45 Mój chłopak się żeni</b> Potter i Michael O'Neal byli kilka lat temu parą. Ich związek nie był udany, mimo to jednak pozostali najlepszymi przyjaciółmi. Obiecali sobie, że jeżeli do 28 urodzin nie znajdą sobie partnera, pobiorą się. Na krótko przed wyznaczonym terminem Michael dzwoni do Julianie i informuje ją, iż za kilka dni się żeni.</p> <p><b>01:00 Tamte dni, tamte noce</b></p> <p><b>03:50 Świat według Kiepskich</b></p> <p><b>04:40 Disco Gramy</b> - program rozrywkowy prod. Polska</p> <p><b>05:25 Telezakupy</b></p> <p><b>TV Okazje</b></p>                                                                                                                                              | <p><b>DRAMAT</b></p> <p><b>21:50 Kino Mistrzów</b> - Volver - dramat</p> <p><b>24:00 Berlin Live</b> - Billy Corgan - koncert</p> <p><b>01:15 Nocny dokument</b> - Stres - film</p> <p><b>02:45 W trzy miesiące dookoła świata</b> - Chińczyk na wynos - film obyczajowy</p> <p><b>04:35 Informacje kulturalne</b> - informator kulturalny</p> <p><b>05:05 Teledyski</b></p> <p><b>05:30 Afisz kulturalny ekstra</b></p> <p><b>05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream. tvp.pl</b></p> <p><b>05:50 Zakończenie</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p><b>DRAMAT</b></p> <p><b>23:55 Showgirls</b> - dramat</p> <p>Młoda autostopowiczka podróżuje po Las Vegas, aby stać się gwiazdą rewii. Kiedy zostaje okradziona, w akcie desperacji przyjmuje pracę tancerki erotycznej.</p> <p><b>02:25 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>03:20 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę</b> - program kulinarny</p> <p><b>04:00 Taki jest świat</b> - program informacyjny prod. Polska</p> <p><b>05:00 Rodzinny interes</b> - serial obyczajowy prod. Polska</p>                                                                                                                                   | <p><b>KOMEDIA</b></p> <p><b>20:00 Akademia policyjna II: Pierwsze zadanie</b> - film komedia, USA, 1985, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Art Metrano, George Gaynes</p> <p><b>21:55 Snajper</b> - film wojenny, USA, 2014, reż. Clint Eastwood, wyk. Bradley Cooper</p> <p><b>00:40 Licencja na miłość</b> - film komedia, USA/Australia, 2007, reż. Ken Kwapis, wyk. Robin Williams, Mandi Moore, John Krasinski, Eric Christian Olsen</p> <p><b>02:40 Noc magii</b> - program ezoteryczny prod. Polska</p>                                                                                       | <p><b>TV Trwam</b></p> <p><b>12:00 Anioł Pański</b></p> <p><b>12:03</b> Informacje dnia</p> <p><b>12:20</b> Ziemia Obiecana</p> <p><b>13:10</b> Muzyczne chwile</p> <p><b>13:30</b> Msza święta</p> <p><b>14:20</b> 100 cudownych miejsc na świecie</p> <p><b>14:30</b> Spektakl teatralny: Powrót posła</p> <p><b>15:45</b> Święty na każdy dzień</p> <p><b>15:50</b> Ma się rozumieć</p> <p><b>16:00</b> Informacje dnia</p> <p><b>16:10</b> Z wędką nad wodę w Polskę i Świat</p> <p><b>16:35</b> Porady Medyczne</p> <p><b>17:05</b> Akademia pro-life</p> <p><b>17:10</b> 17 sładami historii</p> <p><b>17:15</b> Hostia stała się Ciałem, wino stało się Krwią</p> <p><b>17:30</b> Odpowiedzialni za Kościół</p> <p><b>17:55</b> Poczet Wielkich Polaków</p> <p><b>18:00</b> Anioł Pański</p> <p><b>18:05</b> Informacje dnia</p> <p><b>18:15</b> Rozmowy niedokończone</p> <p><b>19:25</b> Święty na każdy dzień</p> <p><b>19:30</b> Przyjaciele i bohaterowie</p> <p><b>20:00</b> Informacje dnia</p> <p><b>20:20</b> Różaniec</p> <p><b>20:50</b> Myśląc Historią</p> <p><b>21:00</b> Apel Jasno-górski</p> <p><b>21:20</b> Informacje dnia</p> |

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

## piątek

15 lipca

| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>05:05 Przysięga</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>06:00 Wspaniałe stulecie</b> - serial kostiumowy</p> <p><b>07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej</b></p> <p><b>07:30 Agape</b> - magazyn</p> <p><b>08:00 Wiadomości</b></p> <p><b>08:10 Pogoda poranna</b></p> <p><b>08:15 Kwadrans polityczny</b></p> <p><b>08:40 Ranczo</b> - serial</p> <p><b>09:35 Komisarz Alex</b> - serial kryminalny</p> <p><b>10:35 Ojciec Mateusz</b> - serial kryminalny</p> <p><b>11:25 Okrasa tamie przepisy</b> - Dzikizna i karp na dziko - magazyn kulinarny</p> <p><b>12:00 Wiadomości</b></p> <p><b>12:10 Agrobiznes</b></p> <p><b>12:30 Agropogoda</b> - magazyn</p> <p><b>12:35 Magazyn Rolniczy</b></p> <p><b>12:55 Natura w Jedyńce</b> - Bliskie spotkania</p> | <p><b>05:30 M jak miłość</b> - serial</p> <p><b>06:20 Anna Dymna</b> - spotkajmy się</p> <p><b>06:55 Rodzinka.pl</b> - serial</p> <p><b>07:30 Pytanie na śniadanie</b></p> <p><b>10:40 Panorama</b></p> <p><b>10:45 Pytanie na śniadanie</b></p> <p><b>11:15 Smaki świata</b> - pośród mórz - magazyn</p> <p><b>11:50 Rodzinka.pl</b> - serial komediowy</p> <p><b>12:30 Koło fortuny</b> - teleturniej</p> <p><b>13:15 Zranione ptaki</b></p> <p><b>14:35 Na sygnale</b> - serial fabularny</p> <p><b>15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel</b> - serial</p> <p><b>16:00 Koło fortuny</b></p> <p><b>16:35 Familiada</b> - teleturniej</p> <p><b>17:15 Zakazany owoc</b> - film obyczajowy</p> <p><b>18:00 Panorama</b></p> <p><b>18:20 Va Banque</b> - teleturniej</p> | <p><b>06:20 Na Wspólnej</b> - serial obyczajowy, Polska</p> <p><b>06:50 Milionerzy</b></p> <p><b>07:20 Bunt</b> - serial, Polska</p> <p><b>07:55 Tajemnice miłości</b></p> <p><b>09:00 Ten moment</b></p> <p><b>09:35 Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarno-rynkowy</p> <p><b>10:40 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>11:40 Doradca smaku</b></p> <p><b>11:50 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>12:55 Tajemnice miłości</b></p> <p><b>14:00 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>16:10 Ten moment</b></p> <p><b>16:45 Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarno-rynkowy</p> <p><b>17:55 Ukryta prawda</b></p> <p><b>19:00 Fakty</b></p> <p><b>19:30 Sport</b></p> <p><b>19:40 Pogoda</b></p> <p><b>19:50 Uwaga!</b> - magazyn</p> | <p><b>06:00 Nowy dzień z Polsat News</b></p> <p><b>08:40 Malanowski i Partnerzy</b></p> <p><b>09:40 Sekrety rodziny</b></p> <p><b>10:40 Dlaczego ja?</b></p> <p><b>11:40 Gliniarze</b></p> <p><b>12:50 Wydarzenia</b></p> <p><b>13:20 Interwencja</b></p> <p><b>13:40 Trudne sprawy</b></p> <p><b>14:40 Dlaczego ja?</b></p> <p><b>15:50 Wydarzenia</b></p> <p><b>16:10 Pogoda</b></p> <p><b>16:15 Interwencja</b></p> <p><b>16:40 Gliniarze</b></p> <p><b>17:40 Sekrety rodziny</b></p> <p><b>18:50 Wydarzenia</b></p> <p><b>19:25 Gość wydarzeń</b></p> <p><b>20:00 Miss Supranational</b> W dniach: 15-17 lipca Nowy Sącz po raz drugi stanie się światową stolicą piękna, a na antenie telewizji Polsat poznamy dwie najpiękniejsze kobiety i najprzystojniejszego mężczyznę.</p> | <p><b>07:00 Teledysk</b></p> <p><b>07:40 Informacje kulturalne</b></p> <p><b>08:10 Tamte lata, tamte dni</b> - magazyn</p> <p><b>08:50 Frantz</b></p> <p><b>11:00 Dyrektorzy</b> - serial</p> <p><b>12:15 Awatar, czyli zamiana dusz</b> - film TVP, prod. Polska, 1964, reż. Janusz Majewski, wyk. Wanda Koczeska, Jan Machulski, Henryk Boukołowski, Gustaw Holoubek</p> <p><b>13:30 Ostatnie tango</b> - film animowany</p> <p><b>15:10 Świat w Operze</b> - film animowany</p> <p><b>15:35 Oskar i pani Róża</b> - film fabularny, prod. Francja, 2009, reż. Éric - Emmanuel Schmitt, wyk. Michèle Laroque</p> <p><b>17:30 Scena muzyczna</b></p> <p><b>18:30 Informacje kulturalne</b> - informator kulturalny</p> <p><b>18:50 Reżyserzy</b></p> | <p><b>06:00 Kobra</b> - oddział specjalny</p> <p><b>08:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>09:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>11:00 Reporterzy. Z życia wzięte</b></p> <p><b>12:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>13:00 Rodzinny interes</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>14:00 Reporterzy. Z życia wzięte</b></p> <p><b>15:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>16:00 Rodzinny interes</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>17:00 Prawdziwe motywy</b> - serial kryminalny</p> <p><b>18:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial</p> | <p><b>05:00 Szpital</b> - program obyczajowy</p> <p><b>06:00 Papiery na szczęście</b> - serial, Polska</p> <p><b>07:05 Idealna niania</b> - program obyczajowy</p> <p><b>07:50 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>10:50 Totalne remonty Szelągowskiej</b></p> <p><b>11:50 Tajemnice miłości</b></p> <p><b>12:55 Opowieści małżeńskie</b></p> <p><b>13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska</b> - program sądowy</p> <p><b>14:55 Rozwód. Walka o wszystko</b></p> <p><b>15:55 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy prod. Polska</p> <p><b>17:00 Tajemnice miłości</b></p> <p><b>18:00 Rozwód. Walka o wszystko</b></p> <p><b>19:00 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> | <p><b>06:00 Strażnik Teksasu</b> Cordell Walker jest jednym z najlepszych Strażników Teksasu. Ma dosyć „ostre” metody zwalczania przestępców. Po-magają mu w tym inni Strażnicy Teksasu oraz C.D. Parker - emerytowany policjant, obecnie prowadzący bar, były piłkarz - intelektualista James Trivette i Alex Cahill - prokurator - prywatnie sympatja Walkera. <b>08:00 Nasz Nowy Dom</b> <b>09:00 Pierścionek z rubinem</b></p> <p><b>11:00 Rzykanci</b></p> <p><b>12:00 Sędzia Judy</b></p> <p><b>15:55 Nowe Sekrety Sąsiadów</b></p> <p><b>16:55 Pierścionek z rubinem</b></p> <p><b>19:00 Policjantki i Policjanci</b></p> <p><b>20:00 Gwiazdy Kabaretu</b></p> <p><b>21:00 Wielka Ucieczka</b></p> <p><b>22:00 Sprawiedliwi</b> - Wydział Kryminalny - serial kryminalny prod. Polska</p> <p><b>00:00 Zwierz</b></p> <p><b>02:00 Ucho Prezesa</b></p>                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p><b>SERIAL KOSTIUMOWY</b></p> <p><b>14:00 Wspaniałe stulecie</b> - serial kostiumowy</p> <p><b>15:00 Wiadomości</b></p> <p><b>15:10 Pogoda</b></p> <p><b>15:15 Alarm!</b> - magazyn</p> <p><b>15:35 Gra słów. Krzyżówka</b></p> <p><b>16:05 Przysięga</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>17:00 Teleexpress</b></p> <p><b>17:15 Jaka to melodia?</b></p> <p><b>17:55 Wojenne dziewczyny</b></p> <p><b>18:55 Jeden z dziesięciu</b></p> <p><b>19:30 Wiadomości</b></p> <p><b>20:10 Alarm!</b> - magazyn</p> <p><b>20:35 Bolivar</b> - serial</p> <p><b>21:35 Wyjście awaryjne</b> - komedia</p> <p><b>23:15 W tajnej służbie Jej Królewskiej Mości</b> - film sensacyjny</p> <p><b>02:05 Lekkoatletyka</b></p>                                                                   | <p><b>SERIAL OBYCZAJOWY</b></p> <p><b>18:45 Zranione ptaki</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>19:35 Barwy szczęścia</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>20:10 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwojki 2022</b> - Wilno</p> <p><b>21:15 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwojki 2022</b> - Augustów - Hity domówek</p> <p><b>23:30 Ona to on</b> - komedia</p> <p><b>01:25 Córka prezydenta</b> - komedia romantyczna, prod. USA, 2004, reż. Forest Whitaker</p> <p><b>03:20 Strażnik dzikiej przyrody</b> - serial</p> <p><b>05:05 Rodzinka.pl</b> - serial komediowy</p> <p><b>05:30 Zakończenie</b></p>                                                                                                                                                     | <p><b>FILM S-F</b></p> <p><b>20:00 Niepamięć</b> - film S-F, USA, 2013, reż. Joseph Kosinski, wyk. Tom Cruise, Morgan Freeman, Olga Kurylenko, Andrea Riseborough, Nikolaj Coster-Waldau, Melissa Leo</p> <p><b>22:45 Władacpersieni: Dwiewieże</b> - film przygodowy, Nowa Zelandia, USA, Niemcy, 2002, reż. Peter Jackson, wyk. Elijah Wood, Ian McKellen, Viggo Mortensen, Liv Tyler, Sean Astin, John Rhys-Davies</p> <p><b>02:25 Kuba Wojewódzki</b></p> <p><b>03:30 Uwaga!</b> - magazyn prod. Polska</p> <p><b>03:50 Noc magii</b></p> <p><b>05:15 Kto was tak urządził</b></p>                                                                                                                                                                                            | <p><b>FILM PRZYGODOWY</b></p> <p><b>23:05 Ewolucja planety małp</b> - film przygodowy</p> <p>Dziesięć lat po epidemii wirusa, który uśmiercił niemal wszystkich ludzi, genetycznie zmodyfikowane małpy prze-wodzą wielotysięcznej populacji orangutanów, szympanów i goryli. Caesar, wychowany przez człowieka samiec, który swego czasu poprowadził człekokształtne do rewolucji, jest ich liderem.</p> <p><b>01:55 Duże dzieci</b></p> <p><b>04:40 Disco Gramy</b> - program rozrywkowy prod. Polska</p> <p><b>05:25 Telezakupy</b></p> <p><b>TV Okazje</b></p>                                                                                                                                                                                                                     | <p><b>KOMEDIA</b></p> <p><b>20:00 Komediove lato</b> - Nie ma róży bez ognia - komedia, prod. Polska, 1974, reż. Stanisław Bareja, wyk. Jacek Fedorowicz, Stanisława Celińska, Mieczysław Czechowicz</p> <p><b>21:45 Legendy Rocka</b> - Lynrd Skynyrd</p> <p><b>22:15 Legendy Rocka</b> - The Kinks</p> <p><b>22:50 Kino Mistrzów</b> - Volver - dramat, prod. Hiszpania</p> <p><b>01:05 Noc krótkich filmów</b> - Koniec widzenia - dramat</p> <p><b>01:20 Noc krótkich filmów</b> - Łuska - film animowany</p> <p><b>01:25 Noc krótkich filmów</b> - Gość - film animowany</p>                                                                                                                                                                     | <p><b>FILM AKCJI</b></p> <p><b>20:00 Niepokonany 3: Odkupienie</b></p> <p><b>22:00 Operacja: Zemsta 2</b></p> <p><b>23:30 Sztos 2</b></p> <p><b>01:30 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>02:25 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę</b> - program kulinarny</p> <p><b>03:00 Z archiwum policji</b> - serial dokumentalny</p> <p><b>03:50 Menu na miarę</b> - program kulinarny prod. Polska</p> <p><b>04:25 Z archiwum policji</b> - serial dokumentalny</p> <p><b>04:50 Dyżur</b> - serial dokumentalny</p>                                                                                                            | <p><b>KOMEDIA</b></p> <p><b>20:00 W doborowym towarzystwie</b> - film komedia, USA, 2004, reż. Paul Weitz, wyk. Topher Grace, Scarlett Johansson, Marg Helgenberger, David Paymer, Clark Gregg, Philip Baker Hall, Selma Blair, Malcolm McDowellDennis Quaid</p> <p><b>22:20 Sully</b> - film obyczajowy, USA, 2016, reż. Clint Eastwood, wyk. Tom Hanks, Aaron Eckhart</p> <p><b>00:30 Bracia z ulicy</b> - film sensacyjny, USA, 2018, reż. John Pogue, wyk. Trey Songz, Jack Kesey, China Anne McClain</p> <p><b>02:15 Druga strona medalu</b></p> <p><b>02:50 Noc magii</b></p>                                                                                                     | <p><b>TV Trwam</b></p> <p><b>12:03</b> Informacje dnia</p> <p><b>12:20</b> Ziemia Obiecana</p> <p><b>13:10</b> Muzyczne chwile</p> <p><b>13:30</b> Msza święta z Jasnej Góry</p> <p><b>14:20</b> 100 cudownych miejsc</p> <p><b>14:30</b> Zrozumieć Antycywilizację</p> <p><b>14:55</b> Słowo życia</p> <p><b>15:00</b> Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia</p> <p><b>15:20</b> Mocni w Wierze</p> <p><b>15:45</b> Święty na każdy dzień</p> <p><b>15:50</b> Ma się rozumieć</p> <p><b>16:00</b> Informacje</p> <p><b>16:10</b> Siódmy Sakrament</p> <p><b>16:40</b> Prosto o gospodarce</p> <p><b>17:00</b> Życie z Pasją</p> <p><b>17:30</b> Geopolityka</p> <p><b>17:55</b> Poczet Wielkich Polaków</p> <p><b>18:00</b> Anioł Pański</p> <p><b>18:05</b> Informacje</p> <p><b>18:15</b> Westerplatte</p> <p><b>18:30</b> Młodych</p> <p><b>19:00</b> Warto zauważyć</p> <p><b>19:30</b> Opowieści Theo</p> <p><b>19:45</b> Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci</p> <p><b>20:00</b> Informacje dnia</p> <p><b>20:20</b> Różaniec</p> <p><b>20:50</b> Myśląc Historią</p> <p><b>21:00</b> Apel</p> |

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



sobota

16 lipca

| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>05:10 Klan</b> - telenowela</p> <p><b>06:00 Magazyn Ekspresu Reporterów</b></p> <p><b>07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze</b></p> <p><b>07:40 Rok w ogrodzie</b></p> <p><b>08:05 Rok w ogrodzie Extra</b> - magazyn</p> <p><b>08:20 Wojsko - polskie.pl</b></p> <p><b>08:45 Pelnosprawni</b> - magazyn dla niepełnosprawnych</p> <p><b>09:15 Sprawa dla reportera</b></p> <p><b>10:15 Fascynujący świat</b> - Ziemia widziana z kosmosu - serial dokumentalny</p> <p><b>11:20 Rolnik szuka żony</b></p> <p><b>12:25 Rio Grande</b> - western, prod. USA, 1950, reż. John Ford, wyk. John Wayne</p> <p><b>14:10 Z pamięci</b> - felieton</p> <p><b>14:25 Okrasa łamie przepisy</b></p> <p><b>14:50 Serial fabularny</b></p> <p><b>SERIAL OBYCZAJOWY</b></p>  <p><b>15:45 Jan Serce</b> - serial obyczajowy</p> <p><b>17:00 Teleexpress</b></p> <p><b>17:20 Pogoda</b></p> <p><b>17:30 Jaka to melodia?</b> - teleturniej muzyczny</p> <p><b>18:30 Ojciec Mateusz</b> - serial kryminalny</p> <p><b>19:25 Sport</b></p> <p><b>19:30 Wiadomości</b></p> <p><b>20:05 Pogoda</b></p> <p><b>20:10 Alamo!</b> - magazyn</p> <p><b>20:35 Bolivar</b> - serial kostiumowy</p> <p><b>21:30 Hit na sobotę</b> - <b>Niemożliwe</b> - film fabularny, prod. USA</p> <p><b>23:35 Tylko teraz</b> - film fabularny, prod. USA</p> <p><b>01:15 S. W. A. T.</b> - Jednostka specjalna - serial</p> | <p><b>05:50 Dla niesłyszanych</b> - Barwy szczęścia - serial</p> <p><b>07:00 Dla niesłyszanych</b> - M jak miłość - serial</p> <p><b>07:55 Pytanie na śniadanie</b></p> <p><b>11:45 Rodzinny ekspres</b> - magazyn</p> <p><b>12:25 Kino familijne</b> - Napoleon - film familijny, prod. Australia, 1995, reż. Mario Andreacchio, wyk. Philip Quast, Susan Lyons, Coralie Sawade</p> <p><b>14:00 Familiada</b> - teleturniej</p> <p><b>14:35 Koło fortuny</b> - teleturniej</p> <p><b>15:15 Szansa na sukces</b> - widowisko muzyczne</p> <p><b>16:20 Na dobre i na złe</b> - serial</p> <p><b>17:20 Smaki świata</b> - magazyn prod. Polska</p> <p><b>17:45 Słowo na niedzielę</b></p> <p><b>18:00 Panorama</b></p> <p><b>18:20 Va Banque</b> - teleturniej</p> <p><b>TELETURNIJ</b></p>  <p><b>18:40 Postaw na milion</b> - teleturniej</p> <p><b>19:35 Lajki!</b></p> <p><b>20:00 Lekkoatletyka</b> - Mistrzostwa Świata - Eugene dz. 2, prod. Szwajcaria, 2022</p> <p><b>23:25 Hity wszech czasów</b> - magazyn muzyczny</p> <p><b>00:30 Sanctum</b> - dramat, prod. USA, 2011, reż. Alister Grierson, wyk. Richard Roxburgh, Ioan Gruffudd</p> <p><b>02:30 Czwarta władza</b> - dramat, prod. USA, 2017, reż. Steven Spielberg, wyk. Meryl Streep, Tom Hanks</p> <p><b>04:40 Rodzinka.pl</b> - serial komediowy</p> <p><b>05:10 Zakończenie</b></p> | <p><b>06:30 Uwaga!</b> - magazyn</p> <p><b>06:45 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>07:35 Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarno-rynkowy</p> <p><b>08:30 Wymarzone ogrody</b></p> <p><b>09:00 Dzień Dobry Wakacje</b></p> <p><b>11:30 Na Wspólnej</b> - serial, Polska</p> <p><b>13:25 MasterChef Junior</b></p> <p><b>15:05 Totalne remonty Szelągowskiej</b></p> <p><b>16:15 Weekendowa metamorfoza</b></p> <p><b>17:20 Wymarzone ogrody</b></p> <p><b>17:55 Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarny</p> <p><b>19:00 Fakty</b></p> <p><b>19:25 Sport</b></p> <p><b>19:35 Pogoda</b></p> <p><b>19:45 Uwaga!</b> - magazyn</p> <p><b>KOMEDIA</b></p>  <p><b>20:00 Seks w wielkim mieście II</b> - film komedia, USA, 2010, reż. Michael Patrick King, wyk. Sarah Jessica Parker, Kim Cattrall, Kristin Davis</p> <p><b>23:10 American Pie: Zjazd absolwentów</b> - film komedia, USA, 2012, reż. Jon Hurwitz, Hayden Schlossberg, wyk. Jason Biggs, Alyson Hannigan, Chris Klein</p> <p><b>01:30 Bardzo Dzikie Zachód</b> - film western, USA, 1999, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Will Smith, Kevin Kline, Kenneth Branagh, Salma Hayek, M. Emmet Walsh, Ted Levine</p> <p><b>03:45 Noc magii</b> - program ezoteryczny</p> | <p><b>06:00 Nowy dzień z Polsat News</b></p> <p><b>07:50 Karate Kid 3</b></p> <p>Trzecie spotkanie z parą sympatycznych bohaterów: Danielem, amerykańskim nastolatkiem o przydomku i jego nauczycielem Miyagim - japońskim mistrzem sztuki walki.</p> <p><b>10:10 Ewa gotuje</b></p> <p><b>10:40 Bogate dzieciaki bez kasy</b></p> <p><b>11:40 Bogaty Dom - Biedny Dom</b></p> <p><b>12:45 Śluby gwiazd</b></p> <p><b>13:10 Dr Emma</b></p> <p><b>13:40 Drwale i inne opowieści Bieszczadu</b></p> <p><b>14:40 Rolnicy. Podlasie</b></p> <p><b>15:45 Wiezienie</b></p> <p><b>17:45 Chłopaki do wzięcia</b></p> <p><b>18:50 Wydarzenia</b></p> <p><b>19:15 Prezydenci i Premierzy</b></p> <p><b>20:00 Mister Supranatural</b></p> <p><b>THRILLER</b></p>  <p><b>22:40 Obcy kontra Predator 2</b> - W pewnej miejscowości w stanie Kolorado rozbija się statek kosmiczny. Predatorów przewożący hybrydę Obcych i Predatorów.</p> <p><b>00:40 Sprawiedliwość ulicy</b> - Gdy śmierć zastrzelonego z premedytacją policjanta zostaje uznana za przypadkowy akt przemocy, ojciec ofiary wkracza do akcji, by dokonać pomsty, jakiej świat jeszcze nie widział!</p> <p><b>02:45 183 metry strachu</b></p> <p><b>04:40 Disco Gramy</b> - program rozrywkowy</p> <p><b>05:25 Telezakupy</b></p> <p><b>TV Okazje</b></p> | <p><b>07:00 Scena muzyczna</b></p> <p><b>08:00 Informacje kulturalne</b> - informator kulturalny</p> <p><b>08:30 Słobowanie</b> - magazyn</p> <p><b>09:05 Marzycielki miast</b></p> <p><b>10:35 Tamte lata, tamte dni</b> - Agnieszka Duczmal - magazyn</p> <p><b>11:20 Serialowa nostalgia</b> - Czerdziestolatek</p> <p><b>13:30 Wydarzenie aktualne</b></p> <p><b>14:00 Komediove lato</b> - Nie ma róży bez ognia - komedia, prod. Polska, 1974, reż. Stanisław Bareja, wyk. Jacek Fedorowicz, Stanisława Celińska, Mieczysław Czechowicz, Stanisław Tym, Wiesław Gołas, Jan Kobuszewski, Bronisław Pawlik, Henryk Kluba, Wojciech Siemion, Jacek Fedorowicz</p> <p><b>15:45 Muzyka Skalnego Podhala</b> - Drobne - felieton</p> <p><b>KOMEDIA</b></p>  <p><b>16:10 Retro kino</b> - <b>Chleb, miłość i...</b> - komedia, prod. Włochy, 1955, reż. Dino Risi, wyk. Vittorio De Sica, Sophia Loren, Lea Padovani, Antonio Cifariello</p> <p><b>17:55 Co dalej?</b> - program publicystyczny</p> <p><b>18:35 Legendy Rocka</b> - The Byrds</p> <p><b>19:00 Legendy Rocka</b> - Buddy Holly</p> <p><b>19:30 Informacje kulturalne</b></p> <p><b>20:00 Bilet do kina</b></p> <p><b>22:15 Koncert</b> - I Festiwal Trójmorza Via Dukt</p> <p><b>23:25 Mocne Kino</b> - <b>Samowolka</b> - dramat obyczajowy</p> <p><b>00:35 Co dalej?</b> - program publicystyczny</p> | <p><b>06:00 Castle</b> - serial</p> <p>Poszukujący inspiracji pisarz otrzymuje pozwolenie na przyłączenie się do jednego zespołu z wydziału zabójstw nowojorskiej policji.</p> <p><b>07:00 Taki jest świat</b> - program informacyjny</p> <p><b>08:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p>Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodu różnych życiowych zawirowań.</p> <p><b>20:00 Mocne sobotnie kino: Triumf sprawiedliwości</b></p> <p><b>THRILLER</b></p>  <p><b>21:50 Zabójcy polowanie</b> - By ratować córkę, Jim Rhodes decyduje się pomóc grupie przestępców przemierzyć las.</p> <p><b>23:50 Domino śmierci</b> - film sensacyjny</p> <p><b>01:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Biesiada na cztery pory roku</b></p> <p><b>02:15 Biesiada na cztery pory roku</b></p> <p><b>03:00 Taki jest świat</b> - program informacyjny prod. Polska</p> <p><b>03:50 Menu na miarę</b> - program kulinarny prod. Polska</p> <p><b>05:00 Dyżur</b> - serial dokumentalny prod. Polska</p> | <p><b>05:05 Szkoła</b></p> <p><b>06:05 Wiza na miłość: dalsze losy</b></p> <p><b>07:00 Wyluzuj, Scooby Doo!</b> - serial animowany, USA</p> <p><b>07:35 Jestem na tak</b> - film komedia, USA, Australia, 2008, reż. Peyton Reed, wyk. Jim Carrey, Zooey Deschanel, Bradley Cooper, John Michael Higgins, Fionnula Flanagan, Terence Stamp</p> <p><b>09:40 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>13:50 Gremliny II</b> - film S-F, USA, 1990, reż. Joe Dante, wyk. Zach Galligan, Phoebe Cates, John Glover, Robert Prosky, Robert Picardo, Christopher Lee, Dolby</p> <p><b>16:05 Sully</b> - film obyczajowy, USA, 2016, reż. Clint Eastwood, wyk. Tom Hanks, Aaron Eckhart</p> <p><b>KOMEDIA</b></p>  <p><b>18:20 Akademia policyjna II: Pierwsze zadanie</b> - film komedia, USA, 1985, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Art Metrano, George Gaynes</p> <p><b>20:00 Grawitacja</b> - film S-F, USA, Wielka Brytania, 2013, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Sandra Bullock</p> <p><b>22:00 Wysłannik przyszości</b> - film sensacyjny, USA, 1997, reż. Kevin Costner, wyk. Kevin Costner, Will Patton, Larenz Tate</p> <p><b>01:40 Zbrodnie z pierwszych stron gazet</b></p> <p><b>02:45 Noc magii</b></p> | <p><b>06:00 Galileo 11:00</b> Straszny dom Dwunastoletni DJ Walters i jego dwójka przyjaciół zauważają, że w wszystkim, cokolwiek pojawia się w pobliżu domu sąsiadów, znika bez śladu. Tuż przed Halloween dzieci odkrywają, że dom jest tak naprawdę żyjącym potworem, pożerającym wszystko i wszystkich.</p> <p><b>13:00</b> Barabas <b>15:00</b> STOP Drogowka <b>17:00</b> Policjantki i Policjanci <b>22:00</b> Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny <b>00:00</b> Bez litości 3 Bohaterka to ofiara grupowego gwałtu i tortur, która dokonała krwawej zemsty na swoich oprawcach, próbuje uporać się psychicznie z przeszłością i zacząć nowe życie w innym mieście, pod zmienionym nazwiskiem. <b>01:55</b> Ucho Prezesa <b>02:25</b> Disco Polo Life <b>03:25</b> TOP 10</p> <p><b>TV Trwam</b></p> <p><b>12:00</b> Anioł Pański <b>12:03</b> Informacje dnia <b>12:20</b> Warto zauważyć... <b>12:50</b> Siódmy Sakrament <b>13:20</b> Ocalić od zapomnienia <b>13:30</b> Msza święta z Jasnej Góry <b>14:20</b> 100 cudownych miejsc na świecie</p> <p><b>14:30</b> Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela” <b>14:35</b> Isaac Hecker, podróż do katolickiej Ameryki <b>15:30</b> Wierzę w Boga <b>15:55</b> Święty na każdy dzień <b>16:00</b> Informacje dnia</p> <p><b>16:10</b> Mój Tatus walczył pod Monte Cassino <b>16:30</b> Pianista był! <b>17:00</b> Z Parlamentu Europejskiego <b>17:25</b> Święty na każdy dzień <b>17:30</b> Wolność Słowa <b>17:55</b> Pocztet Wielkich Polaków <b>18:00</b> Anioł Pański <b>18:05</b> Informacje dnia <b>18:15</b> Rozmowy niedokończone <b>19:25</b> Święty na każdy dzień <b>19:30</b> Manna z Nieba <b>19:45</b> Modlitwa</p> |

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

niedziela

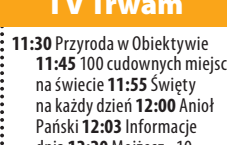
17 lipca

| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>06:00 Słownik polsko@polski</b> - talk - show</p> <p><b>06:25 Wojsko - polskie.pl</b></p> <p><b>06:55 Słowo na niedzielę</b></p> <p><b>07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia</b></p> <p><b>08:00 Tydzień</b></p> <p><b>08:30 Zakochaj się w Polsce</b></p> <p><b>09:00 Fascynujący czas wiosny</b> - Nowy Początek</p> <p><b>09:25 W tajnej służbie Jej Królewskiej Mości</b> - film sensacyjny</p> <p><b>11:55 Między ziemią a niebem</b></p> <p><b>12:00 Anioł Pański</b></p> <p><b>12:15 Między ziemią a niebem</b></p> <p><b>12:50 Więcej niż solidarni</b> - cykl reportaży</p> <p><b>13:15 BBC w Jedynce</b> - Naczelne</p> <p><b>14:15 Z pamięci</b> - felieton</p> <p><b>14:25 Przyrodnik na tropie</b></p> <p><b>14:55 Serial fabularny</b></p> <p><b>SERIAL TVP</b></p>  <p><b>15:45 Letni seans filmowy</b> - <b>Jan Serce</b> - Lusja - serial TVP, reż. Radosław Piwowarski, wyk. Kazimierz Kaczor, Hanna Stankówna, Wiesław Michnikowski</p> <p><b>17:00 Teleexpress</b></p> <p><b>17:30 Jaka to melodia?</b></p> <p><b>18:25 Komisarz Alex</b> - serial kryminalny</p> <p><b>19:20 Tour de Pologne</b> - kroniki - felieton</p> <p><b>19:30 Wiadomości</b></p> <p><b>20:15 Bolivar</b> - serial kostiumowy</p> <p><b>21:15 Zakochana Jedynka</b> - <b>Jak ona to robi?</b></p> <p><b>22:55 Legenda Herkulesa</b> - film fabularny</p> <p><b>00:45 Film dokumentalny</b></p> | <p><b>05:20 Dla niesłyszanych</b> - Barwy szczęścia - serial</p> <p><b>07:00 Dla niesłyszanych</b> - M jak miłość - serial</p> <p><b>07:55 Pytanie na śniadanie</b></p> <p><b>12:00 Kino familijne</b> - Artur i Minimiki - film animowany, prod. Francja</p> <p><b>14:00 Familiada</b> - teleturniej</p> <p><b>14:35 Koło fortuny</b> - teleturniej</p> <p><b>15:15 Szansa na sukces. Opole 2022</b> - widowisko</p> <p><b>16:15 Big Music Quiz</b></p> <p><b>17:05 Lajki!</b></p> <p><b>17:25 Rodzinka.pl</b> - serial komediowy</p> <p><b>18:00 Panorama</b></p> <p><b>18:20 Va Banque</b> - teleturniej</p> <p><b>18:50 Na sygnale</b> - serial</p> <p><b>20:00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022</b></p> <p><b>21:00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022</b></p> <p><b>DRAMAT</b></p>  <p><b>23:25 Kino bez granic</b> - <b>Czwarta władza</b> - dramat, prod. USA, 2017, reż. Steven Spielberg, wyk. Meryl Streep, Tom Hanks, Sarah Paulson</p> <p><b>01:30 Latające róże</b> - film obyczajowy, prod. Polska, 2017, reż. Anna Jadowska, wyk. Marta Nieradkiewicz, Michał Żurawski, Halina Rasiakówna, Konrad Skolimowski</p> <p><b>03:20 Kierowca</b> - film fabularny, prod. Polska, 2008, reż. Jérôme Dassy, wyk. Christopher Lambert, Agnieszka Grochowska</p> | <p><b>05:20 Uwaga!</b> - magazyn</p> <p><b>05:40 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>06:30 Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarno-rynkowy</p> <p><b>07:25 Nowa Maja w ogrodzie</b></p> <p><b>07:55 Akademia ogrodnika</b></p> <p><b>08:00 Ślub od pierwszego wejrzenia</b></p> <p><b>09:00 Dzień Dobry Wakacje</b></p> <p><b>11:31 Weekendowa metamorfoza</b></p> <p><b>12:35 Co za tydzień</b> - magazyn</p> <p><b>13:20 Mask Singer</b></p> <p><b>14:50 Alvin i wiewiórki III</b> - film przygodowy, USA, 2011, reż. Mike Mitchell, wyk. Jason Lee, David Cross, Jenny Slate, Justin Long</p> <p><b>16:45 Bardzo Dzikie Zachód</b> - film western</p> <p><b>19:00 Fakty</b></p> <p><b>19:45 Uwaga!</b> - magazyn</p> <p><b>FILM PRZYGODOWY</b></p>  <p><b>20:00 Władca pierścieni: Powrót króla</b> - film przygodowy, Nowa Zelandia, USA, Niemcy, 2003, reż. Peter Jackson, wyk. Elijah Wood, Ian McKellen, Viggo Mortensen, Sean Astin, Bernard Hill, John Noble, John Rhys-Davie</p> <p><b>00:10 Niepamięć</b> - film S-F, USA, 2013, reż. Joseph Kosinski, wyk. Tom Cruise, Morgan Freeman, Olga Kurylenko, Andrea Riseborough</p> <p><b>02:45 Uwaga!</b> - magazyn prod. Polska</p> <p><b>03:05 Noc magii</b> - program ezoteryczny prod. Polska</p> <p><b>04:30 Kto was tak urządził</b></p> | <p><b>06:00 Nowy dzień z Polsat News</b></p> <p><b>09:15 Kung Fu Panda 3</b></p> <p>Po spotyka swego dawno zaginionego ojca i obaj wyruszają do sekretnej krainy pand, gdzie poznają nowych, przeżabawnych bohaterów.</p> <p><b>11:30 Podróż Guliwera</b> - film przygodowy</p> <p>Uwspółcześniona ekranizacja słynnej powieści Johnathana Swifta. Kiedy wrak statku trafia na ląd, skromny pracownik pocztowy o imieniu Guliwer odkrywa, że znalazł się na fantastycznej wyspie Liliputów. Dzięki swoim opowieściom i heroicznym wyczynom Guliwer szybko zjednuje sobie malutkich Liliputów.</p> <p><b>13:20 Trolle</b> - film animowany</p> <p><b>FILM PRZYGODOWY</b></p>  <p><b>15:05 Indiana Jones i Świątynia Zagłady</b> - Szanghaj, rok 1935. Indiana Jones przeprowadza transakcję z Lao Che, chińskim gangsterem. Przestępca nie ma jednak zamiaru oddać Amerykaninowi obieganego diamentu. Zamiast tego dosyduje mu trucizny do kieliszka.</p> <p><b>17:40 Nasz Nowy Dom</b> - magazyn</p> <p><b>18:50 Wydarzenia</b></p> <p><b>19:25 Gość wydarzeń</b></p> <p><b>20:00 Miss Polski</b></p> <p><b>23:05 Wykiwać klawisza</b></p> <p><b>01:25 Bzdurna prawda</b></p> <p><b>03:35 Świat według Kiepskich</b></p> <p><b>04:40 Disco Gramy</b></p> | <p><b>07:00 35 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '98</b> - Pamiętacie o ogrodach - koncert jubileuszowy</p> <p><b>08:00 Liturgia prawosławna z cerkwi św. Archanioła Michała w Michałowie</b></p> <p><b>09:05 Z przytułem</b> - widowisko kameralne</p> <p><b>09:30 Animama</b> - Baśnie z piasku - serial</p> <p><b>10:15 Trzeci punkt widzenia</b> - program publicystyczny</p> <p><b>10:50 Czeskie śniadanie</b> - serial, prod. Czechosłowacja, 1981, reż. Jaroslav Dudek, wyk. Ladislav Chudik, Ladislav Frej, Milos Kopecky, Marta Motlova</p> <p><b>12:00 Twój Vincent</b> - film animowany, prod. Wielka Brytania, Polska, 2017, reż. Dorota Kobiela, Hugh Welchman</p> <p><b>KOMEDIA ROMANTYCZNA</b></p>  <p><b>13:45 Bilet do kina</b> - Sabrina - komedia romantyczna</p> <p><b>16:05 Eufonia 2019</b> - Francesco Tristano</p> <p><b>17:15 Niedziela z... Teresą Lipowską</b></p> <p><b>18:05 Niedziela z... Teresą Lipowską</b> - Ogłoszenie matrymonialne - film obyczajowy</p> <p><b>19:05 Niedziela z... Teresą Lipowską</b></p> <p><b>19:30 Informacje kulturalne</b></p> <p><b>20:00 Daleki kraj</b> - western</p> <p><b>21:45 Trzeci punkt widzenia</b> - program publicystyczny</p> <p><b>22:25 Marzycielki miast</b></p> <p><b>24:00 Wydział Rosja</b> - film sensacyjny</p> <p><b>02:10 Mocne Kino</b> - <b>Samowolka</b></p> | <p><b>05:50 Prawdziwe motywy</b> - serial kryminalny</p> <p><b>10:40 Żandarm i kosmici</b> - Żandarmi z Saint-Tropez wpadają na trop kosmitów, którzy potrafią przybierać postać dowolnej osoby.</p> <p><b>12:35 Zawieszeni na drzewie</b></p> <p><b>14:30 Nowe przygody Kopciuszka</b> - film przygodowy</p> <p><b>16:20 Kariera frajera</b> - film przygodowy</p> <p>Bohaterem filmu jest Bobby Boucher, trzydziestoletni mężczyzna, który nie potrafi wyrwać się spod skrzydeł matki. Bobby nie potrafi się odnaleźć w otaczającym go świecie.</p> <p><b>18:00 XIX Mazurska Noc Kabaretowa</b> - program rozrywkowy prod. Polska</p> <p><b>FILM AKCJI</b></p>  <p><b>20:00 Niedziela z gwiazdami: Żywiół. Deepwater Horizon</b> - Wybuch morskiej platformy wiertniczej doprowadza do największego wycieku ropy w historii USA.</p> <p><b>22:00 Apex</b></p> <p><b>00:00 Wojenny biznes</b></p> <p><b>02:05 Zobacz to! Blok powtórkowy: Dyżur</b> - serial dokumentalny</p> <p><b>02:45 Taki jest świat</b> - program informacyjny prod. Polska</p> <p><b>03:25 Biesiada na cztery pory roku</b></p> <p><b>04:00 Napisała: Morderstwo</b></p> <p><b>05:00 Rodzinny interes</b></p> | <p><b>05:05 Szkoła</b></p> <p><b>06:05 Wiza na miłość: dalsze losy</b></p> <p><b>07:00 Wyluzuj, Scooby Doo!</b> - serial animowany, USA</p> <p><b>07:30 Ten moment</b></p> <p><b>08:00 Beethoven VIII: Na tropie skarbu</b> - film rodzinny</p> <p><b>10:05 Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p><b>14:05 Psy i koty</b> - film rodzinny, USA, 2001, reż. Lawrence Guterman, wyk. Jeff Goldblum, Elizabeth Perkins, Alexander Pollock</p> <p><b>15:50 Jestem na tak</b> - film komedia, USA, Australia, 2008, reż. Peyton Reed, wyk. Jim Carrey, Zooey Deschanel</p> <p><b>18:05 Grawitacja</b> - film S-F, USA, Wielka Brytania, 2013, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Sandra Bullock</p> <p><b>FILM SENSACYJNY</b></p>  <p><b>20:00 Infiltracja</b> - film sensacyjny, USA, Hong Kong, 2006, reż. Martin Scorsese, wyk. Leonardo DiCaprio, Matt Damon, Jack NicholsonMartin SheenVera Farmiga, Anthony Anderson, Alec Baldwin</p> <p><b>23:15 Kroniki Riddicka</b> - film S-F, USA, 2004, reż. David Twohy, wyk. Vin Diesel, Colm Feore, Thandie Newton, Judi Dench, Karl Urban</p> <p><b>01:40 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2</b></p> <p><b>02:45 Noc magii</b> - program ezoteryczny prod. Polska</p> | <p><b>06:00 Benny Hill 06:35</b> Ukryte miasta <b>08:50</b> Galileo <b>10:55</b> Obcy na poddaszu Tom - wraz z rodzicami i rodzeństwem oraz rodziną swojego stryja - spędza wakacje w domu nad jeziorem.</p> <p><b>12:45</b> I kto to mówi 2 Losy małżeństwa Jamesa i Mollie, zrealizowane wedle formuły wzbogaconej o wokalne popisy Travolta. <b>14:30</b> Okręt Film opowiada o losach załogi jednego z niemieckich U-Bootów operujących na Atlantyku w 1941 roku i atakujących alianckie konwoje.</p> <p><b>16:55</b> Gwiazdy Kabaretu <b>20:00</b> Naznaczony Patrick Josh i Renai wraz z trójką dzieci tworzą szczęśliwą rodzinę. Po przeprowadzce do nowego domu stają się świadkami niecodziennych wydarzeń. <b>22:05</b> Naprzeciw ciemności <b>00:05</b> Moje opętane dziecko</p> <p><b>TV Trwam</b></p> <p><b>10:40</b> Cena nadziei <b>12:00</b> Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem <b>12:20</b> Jestem Puszczą XXI w. <b>13:20</b> Słowo życia <b>13:25</b> Papież Polak do Rodaków <b>13:45</b> Muzyczne chwile <b>14:00</b> Ziemia Wrecka - kraina dotknięta historią <b>14:20</b> Święty na każdy dzień <b>14:30</b> 7 Kościołów Apokalipsy <b>15:00</b> Wieś - to też Polska <b>16:00</b> Informacje dnia <b>16:10</b> Koncert życzeń <b>16:45</b> Fatima - miejsce wybrane przez Maryję <b>17:00</b> Zostań Żołnierzem RP <b>17:15</b> Sekrety mnichów</p> <p><b>17:30</b> Sól Ziemi <b>17:55</b> Pocztet Wielkich Polaków <b>18:00</b> Anioł Pański <b>18:05</b> Informacje dnia <b>18:15</b> Rozmowy niedokończone <b>19:25</b> Święty na każdy dzień <b>19:30</b> Opowieści z Księgi Cnót <b>20:00</b> Informacje dnia <b>20:20</b> Różaniec <b>20:50</b> Każde życie jest cudem <b>21:00</b> Apel</p> |

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

## poniedziałek

18 lipca

| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>05:10 Przysięga</b><br>- serial obyczajowy<br><b>06:00 Wspaniałe stulecie</b><br>- serial kostiumowy<br><b>07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze</b><br><b>07:30 Okiem Wiary</b> - magazyn<br><b>08:00 Wiadomości</b><br><b>08:10 Pogoda poranna</b><br><b>08:15 Kwadrans polityczny</b><br><b>08:40 Ranczo</b> - serial<br><b>09:40 Komisarz Alex</b><br>- serial kryminalny<br><b>10:40 Ojciec Mateusz</b><br>- serial kryminalny TVP<br><b>11:30 Leśniczówka</b> - serial obyczajowy<br><b>12:00 Wiadomości</b><br><b>12:10 Agrobiznes</b><br><b>12:30 Agropogoda</b> - magazyn<br><b>12:35 Magazyn Rolniczy</b><br><b>12:50 BB w Jedynce</b><br><b>14:00 Wspaniałe stulecie</b><br><b>15:00 Wiadomości</b> | <b>05:00 Na sygnale</b> - serial fabularyzowany<br><b>05:30 M jak miłość</b> - serial<br><b>06:25 Pasterz</b> - serial dokumentalny<br><b>06:55 Rodzinka.pl</b><br>- serial komediowy<br><b>07:30 Pytanie na śniadanie</b><br><b>08:35 Panorama</b><br><b>10:45 Pytanie na śniadanie</b><br><b>11:15 Rodzinka.pl</b><br>- serial komediowy<br><b>12:30 Koło fortuny</b><br>- teleturniej<br><b>13:15 Zranione ptaki</b><br>- serial obyczajowy<br><b>14:05 Va Banque</b> - teleturniej<br><b>14:35 Na sygnale</b> - serial fabularyzowany<br><b>15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel</b> - serial<br><b>16:00 Koło fortuny</b><br><b>16:35 Familiada</b> - teleturniej<br><b>17:15 Zakazany owoc</b><br>- film obyczajowy<br><b>18:00 Panorama</b> | <b>06:00 Uwaga!</b> - magazyn<br><b>06:15 Nowa Maja w ogrodzie</b><br><b>06:40 Akademia ogrodnika</b><br><b>06:50 Co za tydzień</b><br>- magazyn<br><b>07:20 Bunt</b> - serial, Polska<br><b>07:55 Tajemnice miłości</b><br><b>09:00 Ten moment</b><br><b>09:35 Kuchenne rewolucje</b><br>- program kulinarno-rozrywkowy<br><b>10:40 Ukryta prawda</b><br>- program obyczajowy<br><b>12:55 Tajemnice miłości</b><br><b>14:00 Ukryta prawda</b><br><b>16:10 Ten moment</b><br><b>16:45 Kuchenne rewolucje</b><br>- program kulinarno-rozrywkowy<br><b>17:55 Ukryta prawda</b><br><b>19:00 Fakty</b><br><b>19:55 Uwaga!</b> - magazyn<br><b>20:10 Doradca smaku</b> | <b>06:00 Nowy dzień z Polsat News</b><br><b>08:40 Małanowski i Partnerzy</b><br><b>09:40 Sekrety rodziny</b><br><b>10:40 Dlaczego ja?</b><br><b>11:40 Gliniarze</b><br><b>12:50 Wydarzenia</b><br><b>13:20 Interwencja</b><br>- magazyn prod. Polska<br><b>13:40 Trudne sprawy</b><br><b>14:40 Dlaczego ja?</b><br><b>15:50 Wydarzenia</b><br><b>16:10 Pogoda</b><br><b>16:15 Interwencja</b><br><b>16:40 Gliniarze</b><br><b>17:40 Sekrety rodziny</b><br><b>18:50 Wydarzenia</b><br><b>19:25 Gość wydarzeń</b><br><b>20:05 MEGA HIT - Pojutrze</b><br>Hall przekonany jest, że globalne ocieplenie przejdzie czy później doprowadzi do katastrofalnych zmian klimatycznych na naszej planecie. | <b>07:00 Teledyski</b><br><b>07:35 Dziedzictwo Beethovena. Przesłania dla współczesności</b><br><b>07:50 Wydarzenie aktualne</b><br><b>08:20 Co dalej?</b> - program publicystyczny<br><b>09:00 Oskar i pani Róża</b><br>- film fabularny, prod. Francja, 2009, reż. Éric - Emmanuel Schmitt, wyk. Michèle Laroque, Amir Ben Abdelmoumen<br><b>11:00 Dyrektorki</b> - serial<br><b>12:45 Błękitny pokój</b> - film TVP, reż. Janusz Majewski, wyk. Pola Raksa, Jerzy Nasierowski, Janusz Kłosiński, Artur Młodnicki, Jadwiga Skupnik, Witold Pyrkosz, Wojciech Skibiński, Andrzej Mrozek<br><b>13:30 Reżyserzy</b><br><b>14:30 Cwał</b> - komediodramat, reż. Krzysztof Zanussi | <b>06:00 Kobra</b> - oddział specjalny<br><b>08:00 Lombard. Życie pod zastaw</b><br>- serial obyczajowy<br><b>11:00 Reporterzy. Życia wzięte</b><br><b>12:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy<br><b>13:00 Rodzinny interes</b><br>- serial obyczajowy<br><b>14:00 Reporterzy. Życia wzięte</b><br><b>15:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy<br><b>16:00 Rodzinny interes</b><br>- serial obyczajowy<br><b>17:00 Prawdziwe motywy</b><br>- serial kryminalny<br><b>18:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy<br><b>20:00 Poniedziałkowy Hit: Copland</b><br><b>22:00 Maczeta</b> | <b>05:00 Szpital</b> - program obyczajowy<br><b>06:00 Papiery na szczęście</b><br>- serial, Polska<br><b>07:05 Idealna niania</b><br>- program obyczajowy<br><b>07:50 Ukryta prawda</b><br>- program obyczajowy<br><b>10:50 Totalne remonty Szelągowskiej</b><br><b>11:50 Tajemnice miłości</b><br><b>12:55 Opowieści małżeńskie</b><br><b>13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska</b><br>- program sądowy<br><b>14:55 Rozwód. Walka o wszystko</b><br><b>15:55 Ukryta prawda</b><br>- program obyczajowy<br><b>17:00 Tajemnice miłości</b><br><b>18:00 Rozwód. Walka o wszystko</b><br><b>19:00 Ukryta prawda</b> | <b>06:00 Strażnik Teksasu</b> Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. Pomagają mu w tym inni agenci na czele z Jimmym Trivettem (Clarence Gilyard Jr.) oraz pani prokurator Alex Cahill Walker (Sheree J. Wilson).<br><b>08:00 Nasz Nowy Dom</b><br><b>09:00 Pierścionek z rubinem</b><br><b>11:00 Rzykanci</b><br><b>12:00 Sędzia Judy</b><br><b>13:55 STOP Drogowka</b><br><b>15:55 Nowe Sekrety Sąsiadów</b><br><b>16:55 Pierścionek z rubinem</b><br><b>19:00 Policjantki i Policjanci</b><br><b>20:00 Sprawiedliwi</b> - Wydział Kryminalny<br><b>21:00 Skok życia</b><br>Kelly z mieszanymi uczuciami przyjmuje powrót swojego starszego brata, Frankiego, po dziesięcioletniej odsiadce.<br><b>23:00 Wzór</b><br><b>01:00 Anatomia głupoty</b> według Richarda Hammonda                                                                                                                                                              |
| <b>MAGAZYN</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>TELETURNIEJ</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>SERIAL OBYCZAJOWY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>FILM SENSACYJNY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>FILM OBYCZAJOWY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>FILM AKCJI</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>FILM OBYCZAJOWY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>TV Trwam</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>15:15 Alarm!</b><br>- magazyn<br><b>15:35 Gra słów. Krzyżówka</b><br><b>16:05 Przysięga</b> - serial<br><b>17:00 Teleexpress</b><br><b>17:15 Jaka to melodia?</b><br><b>17:55 Wojenne dziewczyny</b><br><b>18:50 Jeden z dziesięciu</b><br><b>19:20 Tour de Pologne</b><br><b>19:30 Wiadomości</b><br><b>20:10 Alarm!</b><br>- magazyn<br><b>20:30 Leśniczówka</b> - serial<br><b>21:05 Bolivar</b><br>- serial kostiumowy<br><b>22:00 O7 zgłoś się</b> - serial<br><b>23:25 Świat bez fikcji</b><br>- Wielka alienacja<br><b>00:35 Jak ona to robi?</b><br>- komedia<br><b>02:10 Lekkoatletyka</b><br>- Mistrzostwa Świata                                                                                                                      | <b>18:20 Va Banque</b><br>- teleturniej<br><b>18:45 Zranione ptaki</b><br>- serial obyczajowy<br><b>19:35 Barwy szczęścia</b><br>- serial obyczajowy<br><b>20:10 Na skrzydłach miłości</b><br>- film obyczajowy, prod. Kanada, 2020, reż. Lucie Guest, wyk. Morgan Kohan, Marcus Rosner, Brenda Matthews<br><b>21:45 C. K. Dezerterzy</b><br>- cz. I - komedia<br><b>23:25 O mnie się nie martw</b><br>- serial komediowy<br><b>00:25 Letnia szkoła życia</b><br>- film fabularny<br><b>02:30 Replikanci</b><br>- film akcji<br><b>04:20 Rodzinka.pl</b> - serial komediowy TVP                                                                                                                                                                  | <b>20:15 Na Wspólnej</b> - serial obyczajowy, Polska<br><b>20:55 Milionerzy</b><br><b>21:35 Na zabiójczej ziemi</b><br>- film sensacyjny, USA, 1994, reż. Steven Seagal, wyk. Steven Seagal, Michael Caine, Joan Chen, John C. McGinley, R. Lee Ermy, Billy Bob Thornton<br><b>23:40 Ślub od pierwszego wejrzenia</b><br><b>00:45 Co za tydzień</b><br>- magazyn prod. Polska<br><b>01:30 Wewnętrzny wróg</b><br>- serial, USA<br><b>02:30 Uwaga!</b><br>- magazyn prod. Polska<br><b>02:50 Noc magii</b><br><b>04:10 Kto was tak urządził</b>                                                                                                                    | <b>22:50 Najlepszy</b><br>Głównym bohaterem filmu jest sportowiec, który zachwyca świat, a który w Polsce, do dziś, pozostaje osobą praktycznie nieznaną. To fascynująca, pełna morderczego wysiłku, spektakularnych upadków i niezwykłej siły, historia inspirowana życiem Jerzego Górskiego, który ukończył bieg śmierci oraz ustanowił rekord świata w triathlonowych mistrzostwach świata.<br><b>01:05 Wykiwać klawisza</b><br><b>03:35 Świat według Kiepskich</b><br><b>04:40 Disco Gramy</b><br>- program rozrywkowy prod. Polska                                                                                                                                                          | <b>16:25 Opowieść letnia</b><br>- film obyczajowy<br><b>18:30 Informacje kulturalne</b><br><b>18:50 Serialowa nostalgia</b><br>- Magiczne drzewo<br><b>20:00 Kultura jest kobietą</b><br>- Zakochana Jane<br>- film kostiumowy<br><b>22:10 Powidoki</b> - program publicystyczny<br><b>22:35 Słodki kraj</b><br>- film fabularny<br><b>00:40 Kobiety za kamerą</b><br>- cykl dokumentalny<br><b>01:55 Kino nocne</b><br>- Gry uliczne<br>- film sensacyjny<br><b>03:45 Co to konia obchodzi?</b><br>- film TVP<br><b>05:00 Tamte lata, tamte dni</b><br>- Agnieszka Duczmal<br>- magazyn                                                                                        | <b>00:20 Żył generał</b><br>Zmuszona do ślubu z okrutnym samozwańcem generałem księżniczka Halo ucieka. Ściga ją żołnierz Warchild, który zaczyna wątpić w słuszność reżimu swojego władcy.<br><b>02:00 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat</b> - program informacyjny<br><b>02:50 Menu na miarę</b><br>- program kulinarny<br><b>03:20 Lombard. Życie pod zastaw</b><br>- serial obyczajowy<br><b>04:20 Menu na miarę</b><br>- program kulinarny prod. Polska<br><b>05:00 Rodzinny interes</b>                                                                                                                         | <b>20:00 Bokser</b><br>- film obyczajowy, Polska, 2011, reż. Tomasz Blachnicki, wyk. Anna Przybylska, Szymon Bobrowski, Krzysztof Kiersznowski, Marek Probosz, Katarzyna Maciąg, Emilia Stachurska<br><b>22:05 Kroniki Riddicka</b><br>- film S-F, USA, 2004, reż. David Twohy, wyk. Vin Diesel<br><b>00:30 Honey</b><br>- film obyczajowy, USA, 2003, reż. Bille Woodruff, wyk. Jessica Alba, Mekhi Phifer, Romeo, David Moscow, Zachary Isiah Williams, Joy Bryant<br><b>02:40 Noc magii</b><br>- program ezoteryczny prod. Polska                                                                          | <b>11:30</b> Przyroda w Obiektywie<br><b>11:45</b> 100 cudownych miejsc na świecie<br><b>11:55</b> Święty na każdy dzień<br><b>12:00</b> Anioł Pański<br><b>12:03</b> Informacje dnia<br><b>12:20</b> Możliwe - 10 przykazań<br><b>13:10</b> Muzyczne chwile<br><b>13:30</b> Msza święta z Jasnej Góry<br><b>14:20</b> 100 cudownych miejsc na świecie<br><b>14:30</b> Próba wiary<br><b>15:15</b> Tydzień, który zmienił świat<br><b>15:50</b> Ma się rozumieć<br><b>16:00</b> Informacje dnia<br><b>16:10</b> Sanktuarium polskie<br><b>16:30</b> Zew natury<br><b>16:55</b> Świadkowie<br><b>17:25</b> Święty na każdy dzień<br><b>17:30</b> Na łowy<br><b>17:55</b> Poczet Wielkich Polaków<br><b>18:00</b> Anioł Pański<br><b>18:05</b> Informacje dnia<br><b>18:15</b> Rozmowy niedokończone<br><b>19:25</b> Święty na każdy dzień<br><b>19:30</b> Król Chwały<br><b>20:00</b> Informacje dnia<br><b>20:20</b> Różaniec<br><b>20:50</b> Myśląc Historia<br><b>21:00</b> Apel Jasnogórski |

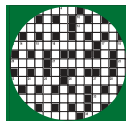
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

## wtorek

19 lipca

| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>05:10 Przysięga</b><br>- serial obyczajowy<br><b>06:00 Wspaniałe stulecie</b><br>- serial kostiumowy<br><b>07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze</b><br><b>07:30 Kościół z bliska</b><br><b>08:00 Wiadomości</b><br><b>08:10 Pogoda poranna</b><br><b>08:15 Kwadrans polityczny</b><br><b>08:35 Ranczo</b> - serial<br><b>09:40 Komisarz Alex</b> - serial kryminalny<br><b>10:35 Ojciec Mateusz</b> - serial kryminalny<br><b>11:30 Leśniczówka</b> - serial obyczajowy<br><b>12:00 Wiadomości</b><br><b>12:10 Agrobiznes</b><br><b>12:30 Agropogoda</b> - magazyn<br><b>12:35 Magazyn Rolniczy</b><br><b>12:50 Natura w Jedynce</b><br>- Chile: dzika podróż, prod. USA, 2017 | <b>05:05 Na sygnale</b> - serial fabularyzowany<br><b>05:35 M jak miłość</b> - serial<br><b>06:25 Dla duszy i serca...</b><br>- reportaż<br><b>06:55 Rodzinka.pl</b> - serial komediowy<br><b>07:30 Pytanie na śniadanie</b><br><b>10:35 Panorama</b><br><b>10:45 Pytanie na śniadanie</b><br><b>11:15 Rodzinka.pl</b> - serial komediowy<br><b>12:30 Koło fortuny</b><br><b>13:15 Zranione ptaki</b> - serial obyczajowy<br><b>14:05 Va Banque</b> - teleturniej<br><b>14:35 Na sygnale</b> - serial fabularyzowany<br><b>15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel</b> - serial<br><b>16:00 Koło fortuny</b> - teleturniej<br><b>16:35 Familiada</b> - teleturniej<br><b>17:15 Zakazany owoc</b> - film obyczajowy, prod. Turcja<br><b>18:00 Panorama</b><br><b>18:20 Va Banque</b> - teleturniej | <b>06:05 Uwaga!</b><br>- magazyn<br><b>06:20 Na Wspólnej</b> - serial obyczajowy, Polska<br><b>06:50 Milionerzy</b><br><b>07:20 Bunt</b> - serial, Polska<br><b>07:55 Tajemnice miłości</b><br><b>09:00 Ten moment</b><br><b>09:35 Kuchenne rewolucje</b><br>- program kulinarno-rozrywkowy<br><b>10:40 Ukryta prawda</b><br>- program obyczajowy<br><b>11:40 Doradca smaku</b><br><b>11:50 Ukryta prawda</b><br>- program obyczajowy<br><b>12:55 Tajemnice miłości</b><br><b>14:00 Ukryta prawda</b><br>- program obyczajowy<br><b>16:10 Ten moment</b><br><b>16:45 Kuchenne rewolucje</b><br>- program kulinarny<br><b>17:55 Ukryta prawda</b><br><b>19:00 Fakty</b><br><b>19:55 Uwaga!</b> - magazyn<br><b>20:10 Doradca smaku</b> | <b>06:00 Nowy dzień z Polsat News</b><br><b>08:40 Małanowski i Partnerzy</b><br><b>09:40 Sekrety rodziny</b><br><b>10:40 Dlaczego ja?</b><br><b>11:40 Gliniarze</b><br><b>12:50 Wydarzenia</b><br><b>13:20 Interwencja</b><br><b>13:40 Trudne sprawy</b><br><b>14:40 Dlaczego ja?</b><br><b>15:50 Wydarzenia</b><br><b>16:10 Pogoda</b><br><b>16:15 Interwencja</b> - magazyn<br><b>16:40 Gliniarze</b><br><b>17:40 Sekrety rodziny</b><br><b>18:50 Wydarzenia</b><br><b>19:25 Gość wydarzeń</b><br><b>19:45 Sport</b><br><b>19:55 Pogoda</b><br><b>20:00 Wieżowiec labiryntu: Lek na śmierć</b><br>Thomas staje na czele grupy zbiegłych Streferów, którzy wyruszają z ostatnią misją. | <b>07:00 Teledyski</b><br><b>07:35 Informacje kulturalne</b> - informator kulturalny<br><b>08:10 Powidoki</b> - program publicystyczny<br><b>08:35 Którędy po sztukę</b><br>- magazyn<br><b>08:55 Opowieść letnia</b><br>- film obyczajowy, prod. Francja, 1996, reż. Eric Rohmer, wyk. Melvil Poupaud, Amanda Langlet, Gwenalle Simon, Aurelia Nolin<br><b>11:00 Najważniejszy dzień życia</b> - serial<br><b>13:30 Muzyka</b> - Wojciech Kilar - reportaż<br><b>14:45 Ucieczka z kina „Wolność”</b> - film obyczajowy, reż. Wojciech Marczewski, wyk. Janusz Gajos, Zbigniew Zamachowski, Teresa Marczevska, Piotr Fronczewski, Michał Bajor | <b>06:00 Kobra</b> - oddział specjalny<br><b>08:00 Lombard. Życie pod zastaw</b><br>- serial obyczajowy<br><b>11:00 Reporterzy. Życia wzięte</b><br><b>12:00 Lombard. Życie pod zastaw</b><br>- serial obyczajowy<br>Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodów różnych życiowych zawirowań.<br><b>13:00 Rodzinny interes</b><br>- program obyczajowy<br><b>14:00 Reporterzy. Życia wzięte</b><br><b>15:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial | <b>05:00 Szpital</b> - program obyczajowy<br><b>06:00 Papiery na szczęście</b><br>- serial, Polska<br><b>07:05 Idealna niania</b><br>- program obyczajowy<br><b>07:50 Ukryta prawda</b><br>- program obyczajowy<br><b>10:50 Totalne remonty Szelągowskiej</b><br><b>11:50 Tajemnice miłości</b><br><b>12:55 Opowieści małżeńskie</b><br><b>13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska</b><br>- program sądowy<br><b>14:55 Rozwód. Walka o wszystko</b><br><b>15:55 Ukryta prawda</b><br>- program obyczajowy<br><b>17:00 Tajemnice miłości</b><br><b>18:00 Rozwód. Walka o wszystko</b><br><b>19:00 Ukryta prawda</b> | <b>08:00 Nasz Nowy Dom</b><br><b>09:00 Pierścionek z rubinem</b><br><b>11:05 Rzykanci</b><br><b>12:20 Sędzia Judy</b><br><b>13:50 STOP Drogowka</b><br><b>15:50 Nowe Sekrety Sąsiadów</b><br><b>16:55 Pierścionek z rubinem</b><br><b>19:00 Policjantki i Policjanci</b><br><b>20:00 Sprawiedliwi</b> - Wydział Kryminalny<br><b>21:00 Merlin i księga bestii</b><br>Czarnoksiężnik Arkadian, wraz z całą menażerią bestii ze swej magicznej księgi, przejmują we władanie Camelot.<br><b>23:00 Arena</b><br>Jeden biznesmen z sadyistycznym zacięciem, zbudował swoje imperium na brutalnej stronie internetowej z gladiatorami walczącymi na śmierć i życie. Jego najnowszy wojownik to strażak David Lord, porwany uwięziony i skazany na walkę o życie.<br><b>01:00</b> Anatomia głupoty                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>SERIAL KOSTIUMOWY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>SERIAL OBYCZAJOWY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>SERIAL OBYCZAJOWY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>FILM SENSACYJNY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>FILM OBYCZAJOWY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>SERIAL OBYCZAJOWY</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>THRILLER</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>TV Trwam</b><br>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>14:00 Wspaniałe stulecie</b><br>- serial kostiumowy<br><b>15:00 Wiadomości</b><br><b>15:10 Pogoda</b><br><b>15:15 Alarm!</b> - magazyn<br><b>15:35 Gra słów. Krzyżówka</b><br><b>16:05 Przysięga</b> - serial<br><b>17:00 Teleexpress</b><br><b>17:15 Jaka to melodia?</b><br><b>17:55 Wojenne dziewczyny</b><br><b>18:50 Jeden z dziesięciu</b><br><b>19:20 Tour de Pologne</b><br><b>19:30 Wiadomości</b><br><b>20:10 Alarm!</b> - magazyn<br><b>20:30 Leśniczówka</b><br>- serial obyczajowy<br><b>21:05 Bolivar</b> - serial<br><b>22:00 O7 zgłoś się</b> - serial<br><b>23:40 Ocaleni</b><br>- reality show<br><b>00:45 Oddział specjalny: Wyspa śmierci</b> - film                                          | <b>18:45 Zranione ptaki</b><br>- serial obyczajowy<br><b>19:35 Barwy szczęścia</b><br>- serial obyczajowy prod. Polska<br><b>20:10 Zanim zasną</b> - dramat, prod. Wielka Brytania, Francja, Szwecja, USA, 2014, reż. Rowan Joffe, wyk. Nicole Kidman, Colin Firth<br><b>21:55 Replikanci</b> - film akcji, prod. Wielka Brytania, Chiny, USA, 2018, reż. Tanya Wexler<br><b>23:55 Ludzkie historie</b><br>- Powiedz mi coś jeszcze - film dokumentalny<br><b>00:55 Na skrzydłach miłości</b><br>- film obyczajowy, prod. Kanada, 2020, reż. Lucie Guest                                                                                                                                                                                                                                     | <b>20:15 Na Wspólnej</b> - serial obyczajowy, Polska<br><b>20:55 Milionerzy</b><br><b>21:35 Pierwszy człowiek</b><br>- film obyczajowy, USA, Japonia, 2018, reż. Damien Chazelle, wyk. Ryan Gosling, Claire Foy, Jason Clarke, Kyle Chandler, Corey Stoll<br>Fragment życia astronauty Neila Armstronga i jego legendarnej misji kosmicznej, dzięki której jako pierwszy człowiek stanął na Księżycu.<br><b>00:25 Kuba Wojewódzki</b><br><b>01:30 Zabójcza broń</b><br>- serial, USA<br><b>02:30 Uwaga!</b><br>- magazyn<br><b>02:50 Noc magii</b>                                                                                                                                                                                    | <b>23:10 Linia życia</b><br>Pięcioro studentów medycyny pragnie poznać tajemnicę tego, co niedostępne człowiekowi. Chcąc dowiedzieć się, co znajduje się tuż za granicą życia, biorą udział w niebezpiecznym, śmiałym eksperymencie. Poprzez czasowe zatrzymywanie akcji serca doświadczają stanów bliskich śmierci.<br><b>01:45 Pajęcznik</b><br><b>04:20 Kabaretowa Ekstraklasa</b><br>- program rozrywkowy<br><b>04:40 Disco Gramy</b><br>- program rozrywkowy prod. Polska<br><b>05:25 Telezakupy TV Okazje</b>                                                                                                                                                                     | <b>16:35 Opowieść wiosenna</b><br>- film obyczajowy, prod. Francja, 1990, reż. Eric Rohmer<br><b>18:30 Informacje kulturalne</b><br><b>18:55 Serialowa nostalgia</b><br>- Magiczne drzewo<br><b>19:25 Serialowa nostalgia</b><br>- Szaleństwo Majki Skowron - serial<br><b>20:00 Lekkie obcizaje</b><br>- Goodbye Berlin - komedia<br><b>21:35 Co dalej?</b> - program publicystyczny<br><b>22:10 Portrety</b><br><b>23:55 Kultura jest kobietą</b><br>- Zakochana Jane<br>- film kostiumowy<br><b>02:05 The Metropolitan Opera</b> - Rusałka<br>- opera, prod. USA, 2017                                                                      | <b>16:00 Rodzinny interes</b><br>- serial obyczajowy prod. Polska<br><b>17:00 Prawdziwe motywy</b><br>- serial kryminalny<br><b>18:00 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy<br><b>20:00 Czarny pies</b><br><b>21:50 Triumf sprawiedliwości</b><br><b>23:45 Straszny film 5</b><br><b>01:15 Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy<br><b>02:10 Następnie proszę!</b><br><b>03:10 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę</b> - program kulinarny<br><b>03:50 Menu na miarę</b><br><b>05:00 Rodzinny interes</b>                                                                                                   | <b>20:00 Atak na Królową</b><br>- film thriller, USA, 2002, reż. Jerry London, wyk. Rob Estes, Joe Lando, Rachel Blakely<br><b>21:55 Sully</b> - film obyczajowy, USA, 2016, reż. Clint Eastwood, wyk. Tom Hanks, Aaron Eckhart, Laura Linney, Mike O'Malley, Anna Gunn<br><b>23:50 Grindhouse: Planeta Terror</b> - film horror, USA, Meksyk, 2007, reż. Robert Rodriguez, wyk. Rose McGowan, Freddy Rodriguez, Josh Brolin, Bruce Willis, Marley Shelton, Jeff Fahey, Michael Biehn<br><b>02:05 Druga strona medalu</b><br><b>02:45 Noc magii</b>                                                           | <b>11:40</b> Ma się rozumieć<br><b>11:50</b> Słowo życia<br><b>12:00</b> Anioł Pański<br><b>12:03</b> Informacje dnia<br><b>12:20</b> Możliwe<br><b>13:10</b> Muzyczne chwile<br><b>13:25</b> Słowo życia<br><b>13:30</b> Msza święta z Jasnej Góry<br><b>14:20</b> 100 cudownych miejsc na świecie<br><b>14:30</b> Powrót<br><b>15:50</b> Ma się rozumieć<br><b>16:00</b> Informacje dnia<br><b>16:10</b> Jestem mamą<br><b>16:25</b> Tajemnice Watykanu<br><b>16:55</b> 100 cudownych miejsc na świecie<br><b>17:05</b> Święty na każdy dzień<br><b>17:10</b> Prosto o gospodarce<br><b>17:30</b> Zostań Żołnierzem RP<br><b>17:50</b> Muzyczne chwile<br><b>17:55</b> Poczet Wielkich Polaków<br><b>18:00</b> Anioł Pański<br><b>18:05</b> Informacje dnia<br><b>18:15</b> Rozmowy niedokończone<br><b>19:25</b> Święty na każdy dzień<br><b>19:30</b> Każdy maluch to potrafi<br><b>19:45</b> Modlitwa<br><b>20:00</b> Informacje dnia<br><b>20:20</b> Różaniec<br><b>20:50</b> Myśląc Historia<br><b>21:00</b> Apel |

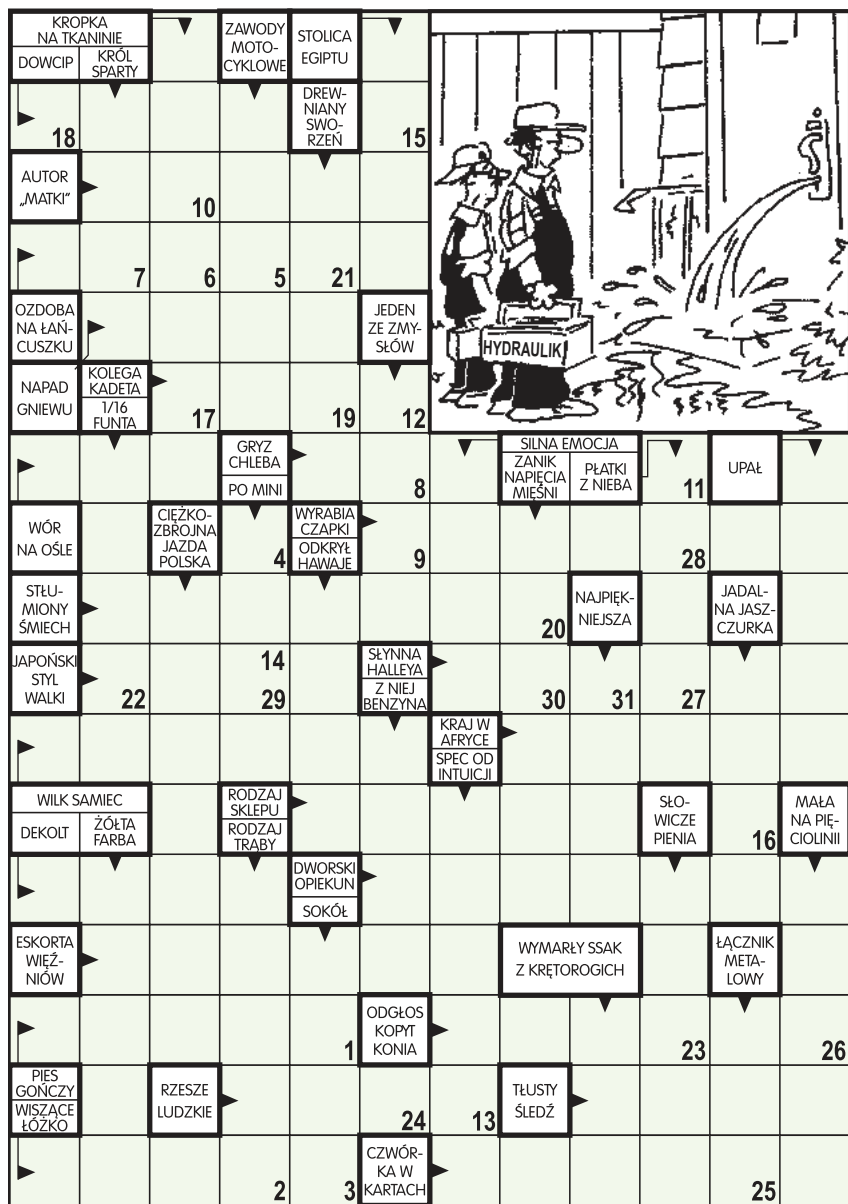
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



# ROZRYWKOWE TO I OWO nr 275

Redaguje:  
Władysław Firlik

## 1. POWAŻNA AWARIA

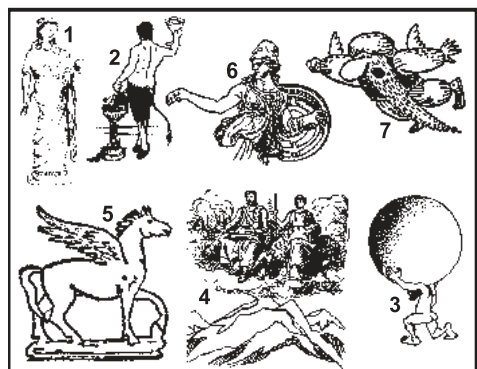
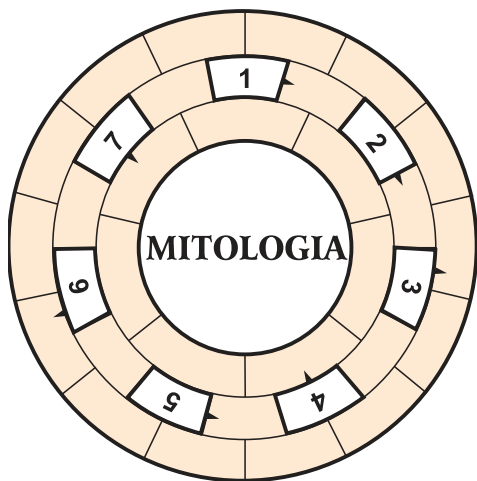


Litery z pól ponumerowanych od 1 do 31 utworzą wypowiedź hydraulika.

## 5. PALINDROM

Gdy wypływają rybaków \_\_\_\_\_ /, \_\_\_\_\_ wnet w głębinę się kryje, różne langusty oraz homarki zmykają na łeb, na szyję.

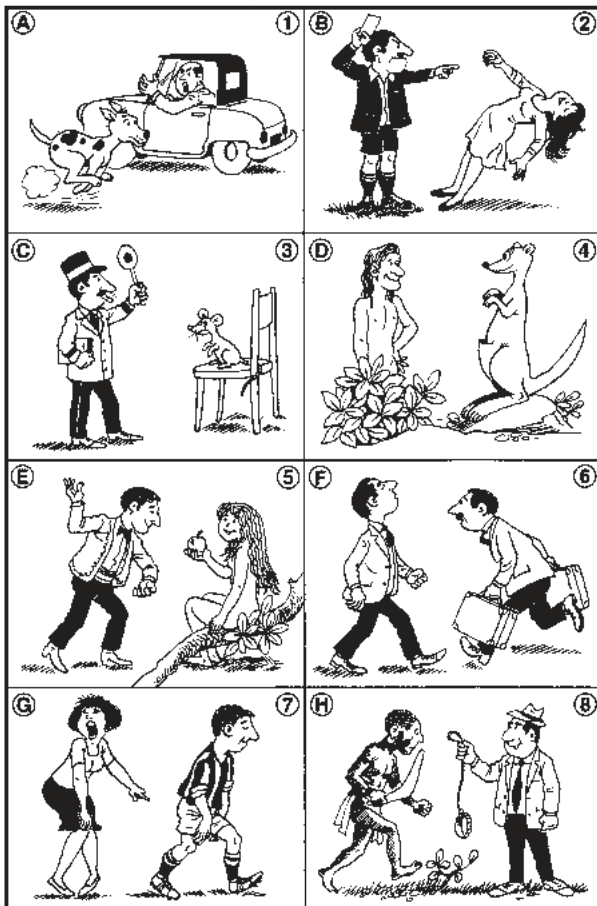
## 8. WIRÓWKA OBRAZKOWA



Wpisz do diagramu prawoskrętnie wszystkie nazwy rysunków tak, aby bezbłędnie powstało rozwiązanie tego zadania.

ROZRYWKOWE TO I OWO  
KUPON - 275

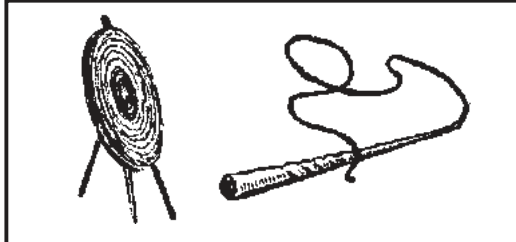
## 6. PORZĄDEK MUSI BYĆ



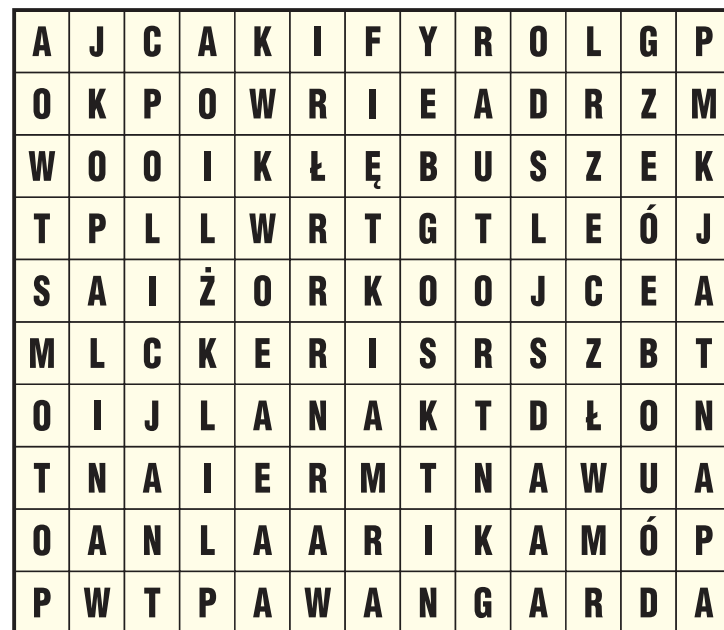
Przypatrz się uważnie sytuacjom rysunkowym i połącz je w logiczne pary, łącząc litery z odpowiednimi cyframi.

## 11. REBUS

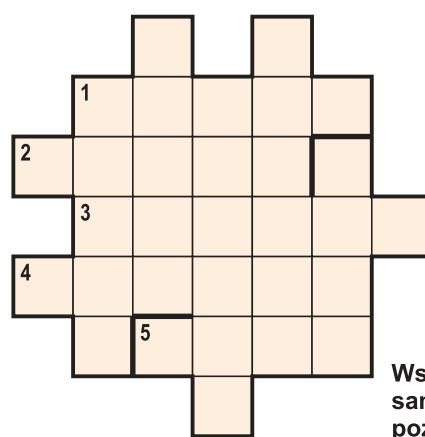
Początkowa litera: C.



## 2. WYKREŚLANKA



## 3. MAGIA TAUTOGRAMOWA

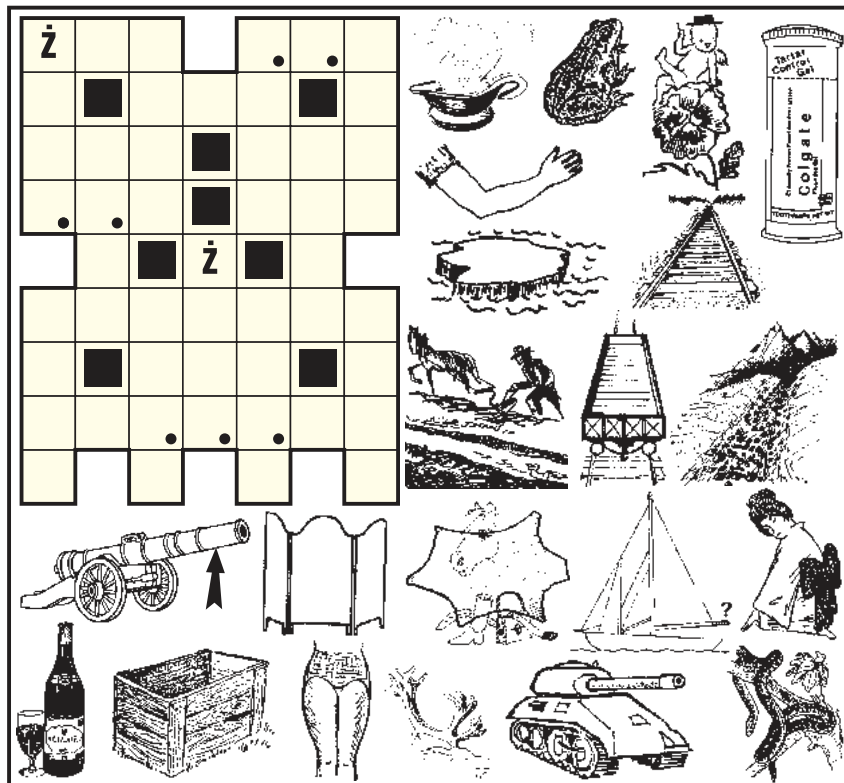


1) marionetka, 2) miasto nad Ochnią, 3) zwitek wkładany do ust ofierze napadu, 4) nakrycie głowy wyższych duchownych grekokatolickich, 5) ciasto z rodzynkami.

## 4. PALINDROM

Bocian wygłaszać zaczął nauki, gdy się zebrała czereda cała.  
Były tam szpaki, wrony \_ / \_ \_ \_ \_ / , \_ \_ \_ \_ \_ , i czapla, i sroka mała.

## 7. JOLKA OBRAZKOWA



Litery „Ż” znajdują się już we właściwych miejscach, a litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.

## 9. KALAMBUR

O rzece fama - chętnie słuchana.

## 10. LUSTRZANE ODBICIE



Rysunek prawy jest lustrzanym odbiciem rysunku lewego, ale nie całkiem. Na prawym rysunku brakuje jednego szczegółu. Co zniknęło?



Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie?

## ZGŁOŚ SIĘ DO NAS

Zapewniamy kompleksową obsługę  
Pomagamy w uzyskaniu kredytu

**784 611 270, 605 325 056**



Zatrudnimy:

- **INŻYNIERÓW**
- **KIEROWNIKÓW BUDOWY**

**tel. 23 692 09 75**

### KIEROWCA CYSTERNY (ADR<TDT,C+E)

#### Wymagania:

- prawo jazdy kat. C+E
- uprawnienia ADR (cysterny) - możliwość dofinansowania szkolenia przez firmę
- uprawnienia TDT do napełniania i opróżniania zbiorników transportowych
- doświadczenie w prowadzeniu pojazdów ciężarowych
- świadectwo kwalifikacji
- karta kierowcy
- niekaralność

#### Zakres obowiązków:

- Transport materiałów niebezpiecznych zgodnie z procedurą ADR
- Załadunek oraz rozładunek paliw
- Zgłaszanie usterek pojazdów
- Prowadzenie dokumentacji przewozowej

#### Oferujemy:

- zatrudnienie na umowę o pracę
- szkolenie wdrożeniowe
- niezbędne narzędzia do pracy
- możliwość skorzystania z oferty prywatnej opieki medycznej oraz ubezpieczenia grupowego

#### Kontakt:

Dariusz Kowalczyk  
tel. 606 369 400, d.kowalczyk@poloil.pl

### Rolety, Verticale, Moskitiery

**tel. 608 682 772**

**Pomiar i wycena Gratis!**

#### OGŁOSZENIE

**Wójt Gminy Nieporęt informuje o naborze na stanowisko aplikanta/strażnika w Straży Gminnej w Nieporęcie**

Szczegółowe informacje dotyczące naboru udostępnione są w BIP Gminy Nieporęt [www.bip-nieporet.pl](http://www.bip-nieporet.pl), na stronie internetowej Urzędu (zakładka praca w urzędzie) oraz na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Nieporęt, adres: Plac Wolności 1, 05-126 Nieporęt.



**SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA  
LOKATORSKO - WŁASNOŚCIOWA „DĄŻNOŚĆ”  
W NOWYM DWORZE MAZOWIECKIM UL. BOH. MODLINA 28**

## OGŁASZA PRZETARG

**Ofertowy (pisemny) na wynajem lokalu użytkowego o pow. 221,40 m<sup>2</sup> w budynku przy ul. Mazowieckiej 8.**

**TERMIN SKŁADANIA OFERT DO DNIA 27.07.2022 r DO GODZ. 10<sup>00</sup>**

Pełny tekst ogłoszenia na stronie internetowej SML-W „Dążność” w Nowym Dworze Mazowieckim, [www.smlw-daznosc.pl](http://www.smlw-daznosc.pl)

Zastrzega się prawo unieważnienia przetargu bez podania przyczyny.

## PRACA

### dam pracę

**Do produkcji i pomocy przy produkcji wędlin 609 577 362**  
PUL 52565

- Kierowca C+E, kółka PL/FR/PL, własna spedycja, brutto ok. 9000-9500 zł, ZUS. 660414244  
LEG 52578
- Poszukiwany blacharz, pomocnik blacharza i zbrojarz do warsztatu sam. w Radzyminie. Możliwość dojazdu z drugą osobą. 501382194 Arek  
LEG 52588
- Produkcja chusteczek nawilżających. 2-3 zmiany. Również dla osób z niepełnosprawnością. Radzymin. 734 108 163  
LEG 52585
- Zatrudnię pomocników brukarzy oraz doświadczonych brukarzy. Dobrze widziane prawo jazdy kat. B. Proszę o kontakt telefoniczny. 518938622 zebrowski25@vp.pl  
PUL 52554
- Zatrudnię stolarzy i pomocników z doświadczeniem przy produkcji i montażu mebli kuchennych, biurowych, sklepowych, szaf. 604358586 meblomargm@wp.pl  
PUL 52574
- zbiór owoców miękkich 789466662 PS\_INNA 52589
- Stanisławów Pierwszy. Jedna zmiana. Montaż wiązek kablowych. Również osoby z niepełnosprawnością. 734 108 163  
NDM 52587

## AUTO-MOTO

### sprzedam

- **Kupię KażdeAutoOsobowe Busy SkuteryMotory Najlepsze Ceny-NaRynku MożliwośćZwrotuOcz MaszCośDzwoń NatychmiastowyOdbiór Błyskawiczna Wycena Kupuję Calei rozbitę BezOciPrzeładuiDo Drobnych Napraw! ZadbaneAuta Zaświadczenia DoKasji 502964469**  
LEG 52584
- **Spółdzielnia Kółek Rolniczych w Leoncinie 05-155 Michałów 4 sprzeda:1/Kombajn Bizon -Super-Z 056 Rok prod.1986 stan dobry cena 18.000 zł 2/Ciągnik gąsienicowy DT-75 Rok prod. 1987 stan dobry cena 10.000 zł. 510293925**  
NDM 52586

## ZDROWIE

### przychodnie



- **ZDROWIA KOBIETY**  
- ginekologia kompleksowo, prowadzenie ciąży USG 3D/4D  
- ortopeda dziecięcy i dla dorosłych  
- proktolog, również zabiegi  
- dietetyk kliniczny, ul.Sienkiewicza 10, tel. 518 447 748  
[www.umedica.pl](http://www.umedica.pl)  
LEG 52366

## SPORT i URODA

## TURYSTYKA

## USŁUGI

### remont i budowa

- Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757  
LEG 52381
- Remonty mieszkań. Tanio i solidnie. Tadeusz. 508-074-201  
NDM 52286
- Usługi dekarские, podbitki, mycie, malowanie elewacji 511385640  
PUL 52496

### ogrodnicze



- Wycinka drzew metodą alpinistyczną, sekcijna wycinka drzew, przycinanie, przesiewianie koron drzew, usuwanie martwych drzew, gałęzi, konarów, usługi rębakiem, zrębkowanie gałęzi oraz wywóz urobku  
Z PODNOŚNIKA, MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE, PROFESJONALNIE 698-991-470  
LEG 52579
- Wycinka i pielęgnacja drzew, krzewów+ rębak 511385640  
PUL 52497

### naprawy

- Komputery - naprawa, dojazd, sprzedaż, nowe składane, skup 513820998  
LEG 52283

### finanse i prawo

- **BIURO RACHUNKOWE Anna Świecka**  
Prowadzenie Ksiąg Rachunkowych, Ksiąg Podatkowych, VAT, ZUS, Reprezentacja w US i ZUS, Wyprowadzenie założeń podatkowych. tel:227743594, kom:605859559, e-mail: a.swiecka@wp.pl  
LEG 52365



- Kompleksowe ubezpieczenia: komunikacyjne, majątkowe, na życie, turystyczne. Ubezpieczenia Wiesława Nawrot, NDMaz., ul. Przejazd 5, tel. 664416376, 227754333, ubezpieczenia@vip-nawrot.pl, www.vip-nawrot.pl  
NDM 52404

**WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU  
BUDOWLANEGO I ELEKTRONARZĘDZI**

**RUSZTOWANIA  
ZAGĘSZCZARKI  
MŁOTY WYBURZENIOWE  
CYKLINIARKI I INNE**

**05-120 Legionowo, ul. Bolesława Chrobrego 49c  
tel. (022) 784 50 88**

**WYCINKA DRZEW  
METODĄ ALPINISTYCZNĄ**

- SEKCyjNA WYCINKA DRZEW
- PRZycinanie PRZESIEWIANIE KORONY DRZEW
- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARTWYCH
- USŁUGI RĘBAKIEM, ZRĘBKOWANIE GAŁĘZI ORAZ WYWÓZ UROBKU

**698 991 470**  
Z PODNOŚNIKA • MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE • PROFESJONALNIE

### inne

- Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582  
LEG 52403
- Elektryk - złota rączka 515010373  
LEG 52541

## BIZNES

## NIERUCHOMOŚCI

### sprzedam dom

- Gąsolin, 50m2, działka 600m2, cena 200 tys. do negocjacji 60222431  
LEG 52575

### sprzedam działkę

- Janopol k. Nowego Miasta, pod domki rekreacyjne, 13 500m2, prąd, cena 30zł/m2, tel. 60222431  
LEG 52576

### do wynajęcia

- Do wynajęcia w Pułtusku małe mieszkanie 509661909  
PUL 52564

### inne



- Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie? Zgłoś się do nas. Zapewniamy kompleksową obsługę. Pomagamy w uzyskaniu kredytu.

784-611-270, 605-325-056  
NDM 52475

## ZWIERZĘTA

### na 4 łapy



- Enola to roczna buro-biała kicia znaleziona na terenie gminy Czosnów. Trafiła do Nas ze starym złamaniem prawej, przedniej łapki. Po operacji (amputacja nogi), Dziewczyna czuje się dobrze i świetnie sobie daje radę. Dla Kogo radosna trójłapka? Tel: 795 845 242 fundacjapso.pl  
NDM 52592



Filia Legionowo  
ul. Zegrzyńska 4  
tel.: 22 767 53 80  
tel.: 22 767 53 89  
[INTERCARS.COM.PL](http://INTERCARS.COM.PL)

## OGŁOSZENIA DROBNE

do bieżącego numeru  
przyjmujemy  
**DO PONIEDZIAŁKU**  
do godziny 12:00.



- Nera to długowłosa 4-latką znaleziona na terenie gminy Radziejewice. Psina potrzebuje czasu na aklimatyzację. Delikatna i wrażliwa, jest przyjacielsko nastawiona do człowieka. Nera czeka. Tel: 795 845 242 fundacjapso.pl  
NDM 52581



- Nikki to długowłosa dwulatka średniej wielkości, która trafiła do Nas z Ukrainy. Sunia jest przyjacielska, posłusznie chodzi na smyczy. Kto przegarnie puchatego uchodźcę? Tel: 795 845 242 fundacjapso.pl  
NDM 52582



- Presley to 3-latek w typie owczarka kaukaskiego (70 kg) znaleziony w brązowej, skórzanej obroży na terenie gminy Czosnów. Mocno zestresowany chłopak potrzebuje czasu na aklimatyzację. W stosunku do człowieka nie wykazuje agresji, jednak zachowuje dystans. Kogo Król Rock and Rolla? Tel: 795 845 242 fundacjapso.pl  
NDM 52590



- Rewia to roczna, średniej wielkości spokojna ruda sunia, znaleziona 01.07.2022 w Markach. Psina lubi być głaskana i drapaną za uszkiem. Kto zgubił wrażliwą Rewię, nie tylko mody? Tel: 795 845 242 fundacjapso.pl  
NDM 52580



- Segal to 4-latek w typie owczarka niemieckiego (40 kg) znaleziony na terenie gminy Brańszczyk. Onieśmielony nieznany środowiskiem, w stosunku do człowieka jest przyjazny, choć ostrożny. Segal czeka. Tel: 795 845 242 fundacjapso.pl  
NDM 52591

## SPRZĘT IT

## MATRYMONIALNE

- Pan 65+ poszukuje Pani 50-60 lat, tel. 509302584  
LEG 52583

## KOMUNIKATY

## RÓŻNE

- Kupię szklarnie do rozbiórki mrożarki, gotówka 515924866  
LEG 52390

**nadaj DROBNE na stronie  
[www.nadajdrobne.pl](http://www.nadajdrobne.pl)**

TEL.



**Przerwy w dostawie energii elektrycznej spowodowane są koniecznością przeprowadzenia prac konserwacyjnych na urządzeniach energetycznych, za niedogodności przepraszamy**

**AUTO NAPRAWA**

• MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI  
• WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA

**Adam Szczypkowski** ☎ **605 94 91 91**  
05-110 JABŁONKA ul. WYGONOWA 1  
022 782 49 10





**BRIX**

## Dołącz do naszego zespołu w Kacicach

**Poszukiwani pracownicy na stanowiska:**

- Kierowca kategoria C
- Kierowca kategoria C+ E
- Mechanik
- Operator maszyn budowlanych
- Pomocnik Mechanika
- Pracownik budowlany (robotnik drogowy)

## Dołącz do naszego zespołu w Nasielsku

**Poszukiwani pracownicy na stanowiska:**

|                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Automatyk</li> <li>• Betoniarz - zbrojarz</li> <li>• Brygadzysta linii produkcyjnej</li> <li>• Kierowca kategoria C</li> <li>• Kierowca kategoria C+ E</li> <li>• Lider Magazynu (główny magazynier)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mechanik</li> <li>• Operator linii produkcyjnej</li> <li>• Operator węża betoniarzkiego</li> <li>• Pomocnik Mechanika</li> <li>• Pracownik magazynu (wózkowy)</li> <li>• Pracownik produkcyjny</li> <li>• Stolarz</li> </ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Praca w Nasielsku,  
z możliwością dojazdu z Pułtuska.**

**Gdzwoń 502 146 898**

Prześlij swoje cv:

**[skopec@drogiimosty.com.pl](mailto:skopec@drogiimosty.com.pl)**

- **bloczki betonowe**
- **elementy ogrodzeniowe**
- **kostka brukowa**
- **elementy ścienne**

**do budowy domów**

## SPRZEDAŻ BETONU:

 **601 779 779**



**Wytwórnia betonu  
i asfaltobetonu**  
Siedziba główna firmy  
Kacice 76, 06-100 Pułtusk  
tel. 23 692 86 52  
[drogiimosty@drogiimosty.com.pl](mailto:drogiimosty@drogiimosty.com.pl)



**Wytwórnia prefabrykatów  
betonowych i betonu**  
Kosewo 134, 05-190 Nasielsk  
tel. 23 333 50 10  
biuro@brix.net.pl

**www.drogiimosty.com.pl**

**www.brix.net.pl**



## MIS to przestrzeń otwarta dla każdego

**3 lipca odbył się piknik artystyczny z okazji otwarcia MIS Miejsca Integracji Społecznej w Cieksynie (gm. Nasielsk). Pogoda dopisała i wszystko poszło zgodnie z planem! Dla przypomnienia: był teatr, koncerty, wybory miss, warsztaty artystyczne, mecz piłki nożnej, sąsiedzka wymiana książek, loteria, wioska smerfów a nawet szczudlarze. Specjały kulinarne serwowane przez KGW Wiejskie Sprawy Kobiet przeszły najcięższe oczekiwania. Dla wielu takie przysmaki jak zupa pokrzywowa czy smalec wegański z fasoli były nowym odkryciem. Wiele osób doceniło rodzinny klimat imprezy i wspólny wolny czas, pogawędki na leżakach czy kocykach i możliwość oderwania się od codziennych spraw. Podczas meczu Wkry Cieksyn (oldboje kontra młodziaki) zostali wybrani i uhonorowani pucharem dwaj zawodnicy: najstarszy zawodnik na boisku Pan Zdzisław Kurpiewski (lat 65) i najmłodszy zawodnik Mateusz Majewski (lat 13)**

Po meczu odbyło się oficjalne przecięcie wstęgi w którym wzięli udział: Magdalena Biernacka zastępca dyrektora Departamentu Kultury, Promocji i Turystyki Urzędu Marszałkowskiego, Paweł Calak wicestarosta nowodworski, Monika Nojbert członek Zarządu Powiatu Nowodworskiego, Bogdan Ruskowski burmistrz Nasielska, Jerzy Lubieniecki przewodniczący Rady Miejskiej w Nasielsku, Janusz Gers radny Rady Miejskiej w Nasielsku, Monika Sitkiewicz sołtys sołectwa Cieksyn, Andrzej Sosnowski prezes OSP Cieksyn, Alicja Krasiewicz sekretarz Stowarzyszenia Dolina Wkry, Teresa Gerasik skarbnik KGW Wiejskie Sprawy Kobiet, Daniel Śmigasiewicz Prezes Klubu Sportowego Wkra Cieksyn, Kinga Szczypek prezes Stowarzyszenia Skafander, Przemysław Banaszewski oraz Jacek Dublewski Biuro nieruchomości RE/MAX BEST. Po oficjalnej części odbył się pokaz

talentów. Na naszej plenerowej scenie wystąpili: Zuzia i Wiktoria Owczarczyk, 2. Asia Domżała, 3. Amelka Sobczyńska, 4. Nikifor Mlecza, Ola i Lila Nizińskie. Nagrody w pokazie talentów ufundowali: Przemysław Banaszewski „BANASZEWSKI” i Jacek Dublewski Biuro nieruchomości RE/MAX BEST.

Teatr Pinezka „EPIDEMIA ŚMIECHU” z Gdańska wywołał uśmiechy na twarzach i spotkał się z dużą sympatią publiczności. Kolejnym punktem programu był występ Wiejskiej Spec Kapeli. Oj, gwaro zrobiło się na deskach cieksyńskiej sceny! Niektórzy nawet z przytupem ruszyli w tany! Wspaniała atmosfera towarzyszyła wyborom Miss, a nawet Mistera Cieksyna! Konkursy takie jak miss mokrego podkoszulka, bicie piany, obieranie ziemniaków czy quiz wiedzy o Cieksynie spotkały się z żywiołowym przyjęciem. Wszystkie Miss i Misterzy dostali nagrody ufundowane przez KGW Wiejskie Sprawy Kobiet. Pod wieczór na scenie wystąpiła Grupa Pasera Grupa Pasera, ekipa, którą łączy pasja do muzyki rockowej. Muzycy grający covey popularnych hitów naprawdę dali czadu, porywając ludzi do tańca. Frontmanka Agnieszka Tylewska wie jak rozkręcić imprezę. Ostatnim punktem wieczoru była potańcówka z zespołem Olga Prusik Band. Olga Prusik Band to propozycja dla wszystkich tych, którzy cenią sobie muzyczny oldschool w nowoczesnym wydaniu, na wysokim poziomie estetycznym. Frontmenka Olga Prusik pochodzi z nieodległej od Cieksyna wsi Andzin. Ideą pikniku artystycznego była prezentacja lokalnych artystów, rzemieślników i pasjonatów. Wisienną na torcie był spontaniczny występ obu wokalistek Agnieszki Tylewskiej i Olgi Prusik, które wspólnie zaśpiewały utwór „Co mi Panie dasz”, znów porywając publiczność do tańca. Tego wieczoru nie zabrakło szalonych tańców. Występy zespołów przepłatał muzycznie DJ Mały.

Oprócz programu na scenie podczas pikniku odbył się MINI JARMARK Z RĘKODZIEŁEM. Była to niecodzienna okazja, aby zakupić atrakcyjne i oryginalne wyroby i poznać rękodzielniczek z gminy

Nasielsk. Tego dnia było mnóstwo atrakcji. Stowarzyszenie Dolina Wkry zorganizowało sąsiedzka wymianę książek, Monika Sitkiewicz Sołtys Cieksyna ufundowała dla wszystkich dzieci lody. Imprezę ubarwił szczudlarz rozdający balony, który przyjechał na zaproszenie Janusza Gersa Radnego Rady Miejskiej w Nasielsku. Strażacy z OSP Cieksyn przygotowali dla dzieci wioskę smerfów. Tego dnia każdy mały mógł poczuć się strażakiem, gasząc ogień. Stowarzyszenie Skafander przygotowało warsztaty artystyczne. Dzieci tworzyły barwne eko torby. Dział promocji z Urzędu Miejskiego w Nasielsku przygotował loterię, a KGW Wiejskie Sprawy Kobiet serwowały przepyszne jedzenie, słodkości, lemoniadę i dania z grilla.

Tego dnia każdy znalazł coś dla siebie. MIS to przestrzeń otwarta dla każdego. Zachęcamy do korzystania z niej, do relaksu i działań twórczych.

**Organizatorami wydarzenia byli** SKAFANDER Stowarzyszenie Artystyczno -Społeczne i KGW WIEJSKIE SPRAWY KOBIE  
**Partnerami wydarzenia byli:** Samorząd Województwa Mazowieckiego Gmina Nasielsk Nasielsku Nasielski Ośrodek Kultury Softys Monika Sitkiewicz Radny Janusz Gers Klub Sportowy Wkra Cieksyn Stowarzyszenie Dolina Wkry Ochotnicza Straż Pożarna w Cieksynie Przemysław Banaszewski BANASZEWSKI CIEKSYN Jacek Dublewski Biuro nieruchomości RE/MAX BEST

Piknik dofinansowano w ramach zadania publicznego z budżetu Gminy Nasielsk. MIS Miejsce Integracji Społecznej w Cieksynie powstało z inicjatywy Stowarzyszenia Artystyczno-Społecznego Skafander. Sfinansowano z funduszu sołectkiego oraz budżetu Gminy Nasielsk

Organizatorzy dziękują wszystkim z całego serca, którzy przyczynili się do powstania MIS i zorganizowania pikniku.  
**Fot. Marta Czarnecka**





3 września w gminie Jabłonna spotkamy się na cyklicznym wydarzeniu sportowym – 8. edycji Biegu po Złote Jabłko.

# Bieg po Złote Jabłko

W tym roku organizatorzy wydarzenia – Gmina Jabłonna, OŚiR w Jabłonie i Fundacja Action-Life zapraszają do udziału w biegach na następujących dystansach. Dzieci i młodzież w wieku od 6 do 16 lat wezmą udział w Otwartych Mistrzostwach Gminy Jabłonna w Biegach Przełajowych. Pościgać będzie się można, w zależności od wieku, na dystansach 200, 400, 800 i 1000 metrów. Biegające rodziny będą mogły razem pobiec w Biegu Rodzinnym na dystansie około 1 km. Nie zapominamy również o coraz liczniejszej grupie osób uprawiającej Nordic Walking. Podobnie jak w zeszłym będą mogły się sprawdzić na 10 kilometrowej trasie z pomiarem czasu. A na zakończenie zawodów odbędzie się bieg główny na wymagającej, leśnej, crossowej trasie również na dystansie 10 km.

Od pierwszej edycji Biegu po Złote Jabłko, która odbyła się dziewięć lat temu, wydarzenie rozwinęło się z imprezy dla biegaczy rywalizujących na dystansie 10 km, w biegu święto dla całych aktywnych sportowo rodzin. – Jeszcze kilka lat temu, biegi dziecięce towarzyszące biegom dla dorosłych, nie były czymś bardzo popularnym. Miło mi, że Gmina Jabłonna zwróciła uwagę również na najmłodszych sportowców. Stąd też od kilku lat oprócz

biegu głównego i nordic walking organizujemy Bieg Rodzinny i Otwarte Mistrzostwa Gminy Jabłonna w Biegach Przełajowych Dzieci i Młodzieży – powiedział dyrektor OŚiR w Jabłonie Michał Smoliński, który jednocześnie już dziewięć lat temu był jednym z inicjatorów Biegu po Złote Jabłko.

Wszystkich, którzy już teraz chcieliby się przygotować do zawodów zapraszamy na otwarte treningi biegowe z Emilem Dobrowolskim. Treningi odbywają się we wtorki, o godzinie 19:00. Zbiórka przy bramie wejściowej do hali sportowej w Chotomowie przy ul. Prostej. Emil Dobrowolski jest aktualnym srebrnym medalistą 92. PZLA Mistrzostw Polski Mężczyzn w maratonie.

Organizatorzy przewidzieli w tym roku 120 miejsc w biegu głównym, 70 miejsc w Nordic Walking i 120 miejsc w biegach przełajowych. Nie chcąc by opłaty startowe były przeszkodą w udziale w zawodach w tym roku dorośli zapłacą opłatę startową w wysokości 20 zł a dzieci 5 zł. Więcej informacji i link do zapisów już wkrótce na stronach [www.osirjablonna.pl](http://www.osirjablonna.pl) i [www.jablonna.pl](http://www.jablonna.pl) Wydarzenie swoim patronatem objął Wójt Gminy Jabłonna.

Zapraszamy do udziału w 8. edycji Biegu po Złote Jabłko, do zobaczenia na linii startu!



ZAPRASZAMY



# BACKYARD

## ULTRA<sup>®</sup>

6706 METRÓW 4.167 MIL

### POLSKA

START 8:00

26.08.2022 JABŁONNA













**PRZED NAMI****DZIKA AFRYKA  
- WARSZTATY CERAMICZNE**

We wtorek (12 lipca) w filii MOK w Legionowie (ul. Targowa 65) rozpoczną się wakacyjne warsztaty ceramiczne pn. Dziką Afryką. Warsztaty odbędą się w dniach: 13/14/15 lipca oraz 9/10/11 sierpnia. Warsztaty są przeznaczone dla dzieci w wieku od 7 do 14 lat. Obowiązują zapisy na stronie: wyłepiarnia.pl

**WĘDRUJĄCE CZYTANIE  
Z WITOLDEM WARGASEM**

Od poniedziałku (11 lipca) do piątku (15 lipca) punktualnie o godz. 10.00 Witold Vargas będzie przewodnikiem po świecie wodnych stworów z mitologii słowiańskiej.

Spotkania z autorem książek dla dzieci i młodzieży zostały zorganizowane przez Powiatową Instytucję Kultury i odbędą się: 12 lipca - Park Świętojański w Wieliszewie (ul. Świętojańska 43), 13 lipca - Przystań w Serocku (ul. Retmańska 75), 14 lipca - spacer po lesie w Stanisławowie Drugim, zbiórka pod filią GOG (ul. Wolska 5), 15 lipca - Bukowiec Jabłonowski, zbiórka przed SP 1 (ul. Zakopiańska 4). Udział w wydarzeniu jest bezpłatny.

**POTAŃCÓWKA W PARKU ZDROWIA**

W sobotę (16 lipca) o godz. 19.00 w Parku Zdrowia w Legionowie (ul. Chrobrego) odbędzie się Potańcówka dla wszystkich pokoleń. Wstęp wolny.

**WIESŁAWA STARSKA  
- KOSTIUMY - WYSTAWA**

W niedzielę (17 lipca) o godz. 12.30 w Pałacu w Jabłonie (ul. Modlińska 105) odbędzie się wernisaż wystawy Wiesławy Starckiej pn. Kostiumy. Finisaż wystawy odbędzie się 11 września br. Wstęp wolny.

**SPACER HISTORYCZNY**

W niedzielę (17 lipca) o godz. 15.00 odbędzie się spotkanie historyczne i prelekcja pt. Cmentarz parafialny w Legionowie. Zbiórka przy Bramie Głównej Cmentarza w Legionowie. Spotkanie poprowadzi dr. Artur Bojarski. Udział bezpłatny obowiązują zgłoszenia: (22) 378-33-54.

red.

**Noc Świętojańska,  
święto wody  
i ognia, miłości  
i płodności. Istnieje  
wiele zwyczajów,  
które towarzyszą  
obchodom tej Nocy.  
Jednym z nich jest  
puszczanie wianków  
na wodę, które  
według wierzeń  
pozwala wywróżyć  
zamążpójście  
i miłość, czy też  
staropanieństwo.  
Dawniej wianki  
plecione były  
ze zwykłej  
słomy, w którą  
wplatanio kwiaty.  
W późniejszych  
czasach nabierały  
one nowych form.**

Wianki w Serocku to kolejna już w tym roku propozycja kulturalna dla mieszkańców naszej gminy, jednocześnie rozpoczynająca obchody Nocy Kupały. W sobotnie popołudnie, 25 czerwca br. na plaży miejskiej w Serocku, prowadzący pan Grzegorz Ostrowski oraz Renata Mulik Dyrektor Centrum Kultury i Czytelnictwa w Serocku przywitani publiczność i zaprosili do udziału w poszczególnych punktach programu.



# Wianki w Serocku

Scenariusz wydarzenia był bogaty w różne działania. Dzięki współpracy z Powiatową Instytucją Kultury uczestnicy mogli wziąć udział w warsztatach wikliniarskich podczas, który wyrabiali tacki z wikliny. Warsztaty poprowadziły Siostry Plotą, które prowadzą rodzinną pracownię wikliny.

Tradycyjnie, pani Bogusława Żaczekiewicz poprowadziła warsztaty wiankowych. Tuż obok plaży można było uwić własnoręcznie wianek, jednocześnie podziwiając obrazy, pejzaże stworzone i namalowane przez panią Hannę Strzałkowską „Shanna”, która jest lokalną malarką. Ciekawostką jest, iż do każdego swojego obrazu tworzy wiersz, który jest odzwierciedleniem i wyrazem emocji mu towarzyszących.

Uczestnicy warsztatów wiankowych mogli również wziąć udział w konkursie na wianek Nocy Świętojańskiej. Najpiękniejsze wianki zostały nagrodzone i wyróżnione w konkursie, a później wszystkie wypuszczono na wodę.

Tuż obok stoisk z wiankami i obrazami pani Regina Rataj parzyła świeże zioła, opowiadając o ich zastosowaniu i właściwościach w życiu codziennym. Na swoim stoisku miała bogaty asortyment przeróżnych herbatek czy olejków dobrych dla zdrowia. Pani Regina jest mieszkanką pobliskiej miejscowości, ma przeogromną wiedzę o roślinach i ziołach, które można spotkać w Nadnarwiańskich lasach.

Tego dnia nie zabrakło występów artystycznych dzieci, podopiecznych z Centrum Kultury i Czytelnictwa w Serocku. Wystąpiła najmłodsza grupa Alexia Dance Studio

KIDS w utworze „Umbrella”, co spotkało się z bardzo dużym aplauzem widzów.

Zaraz po występach dzieci, prowadzący zaprosił na warsztaty bębniarskie, które poprowadziła serocka grupa NaRev, od września 2021 działająca przy Centrum Kultury i Czytelnictwa w Serocku.

Grupa wykonuje szanty klasyczne, pieśni kubryku oraz utwory autorskie. Tego wieczoru zaprezentowała wiele hitów m.in. „Historie starego Sternika, co nie używał grzebyka”, „Pożegnanie z Liverpoolem” i wiele innych zachęcając do wspólnego śpiewu i zabawy.



Kolejnym punktem programu był występ zespołu KANU, który zagrał z inicjatywy i został sfinansowany przez Stowarzyszenia Pomocna Dłoń. Muzycy Katarzyna Kamer i Noumassan Dembele zagraли w duecie łącząc tradycyjną muzykę zachodnioafrykańską i polską. Kanu w języku Bambara oznacza miłość. „Kanu to wyraz naszej miłości do muzyki, która potrafi być balsamem dla duszy, szczególnie w dzisiejszych czasach”, tak piszą o sobie wokaliści.

Wielką atrakcją okazała się podniebna niespodzianka w formie skoków spadochronowych przygotowana przez Aeroklub Warszawski, co również spotkało się z ogromnym zainteresowaniem publiczności.

Podczas gdy wianki spływały w dół Narwi na scenie pojawili się niezwykli goście Zespół szantowy „Stara Kuźnia”, który istnieje od 1997

Ponadto, sobotnie wydanie rozpoczęło realizację Projektu pt. „Sztuki zapomniane, a odczarowane”, który stanowi profesjonalną ofertę działań edukacyjnych – animujących. Przedsięwzięcie jest współfinansowane ze środków Unii Europejskiej w ramach poddziałania 19.2. Wsparcie na wdrożenie operacji w ramach strategii rozwoju lokalnego kierowanego przez społeczność objętego Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014 – 2020. „Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestuje w obszary wiejskie”. Instytucją zarządzającą PROW 2014 – 2020 jest Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

Projekt zakłada realizację wielu bezpłatnych warsztatów w miesiącach czerwiec – wrzesień, mających na celu aktywizację społeczną różnych grup wiekowych, w tym grup defaworyzowanych, o utrudnionym dostępie do kultury.

Więcej informacji nt. projektu można uzyskać w sekretariacie CKiCZ w Serocku w godzinach otwarcia lub na stronach internetowych.

Dziękujemy za wspólne świętowanie i już dziś zapraszamy na wakacyjny cykl Fontann Muzyki. Pierwszy koncert zespołu MITRA odbył się 10 lipca, tradycyjnie o godz. 18:00 na Rynku w Serocku.

fot. UMig Serock

Muzeum Historyczne  
w Legionowie

## MUZEALNE SPACERY HISTORYCZNE

**17 LIPCA (NIEDZIELA) O GODZ. 15.00 MUZEUM HISTORYCZNE  
W LEGIONOWIE ZAPRASZA NA SPACER HISTORYCZNY  
PT. CMENTARZ PARAFIALNY W LEGIONOWIE. SPOTKANIE  
POPROWADZI DR. ARTUR BOJARSKI.**

POCZĄTEK: BRAMA GŁÓWNA CMENTARZA  
CHĘTNYCH PROSIMY O ZGŁOSZENIE UCZESTNICTWA W SPACERZE  
ZGŁOSZENIA TEL.: 22 378 33 54  
UDZIAŁ BEZPŁATNY!

W PRZYPADKU BURZY LUB TEMPERATURY PRZEKRACZAJĄCEJ 30°C  
SPACER ZOSTANIE PRZEŁOŻONY NA INNY TERMIN



# XVII Legionowski Festiwal Muzyki Kameralnej i Organowej

## 2022

**Kościół Świętego Ducha, Legionowo  
ul. ks. J. Schabowskiego 2**

**31 lipca**  
godz. 16.30

**Rodzinne Trio Wiolonczelowe**  
**Katarzyna Olszewska – organy**

**7 sierpnia**  
godz. 17.00

**Krakowskie Trio Stroikowe**  
**Waldemar Gawiejnowicz – organy**

**14 sierpnia**  
godz. 17.00

**AerOphonic**  
Paweł A. Nowak - akordeon, Maciej Zakrzewski - organy

**21 sierpnia**  
godz. 16.30

**Jan Bokszczanin – organy**  
recital organowy

**28 sierpnia**  
godz. 16.30

**Kwartet smyczkowy Prima Vista**  
**Adam Sadowski – organy**

**4 września**  
godz. 19.00

**Aleksandra Podwojska – sopran**  
**Patryk Podwojski – organy**

**Dyrektor artystyczny: prof. dr hab. Jan Bokszczanin**

organizatorzy

patronat honorowy

patronat medialny



Romuald Kamiński  
Biskup Warszawsko-Praski





## MOTOCYKLEM DO KATYNIA

# Estonia, Łotwa, Litwa i powrót do domu

Po kilku tygodniach przerwy publikujemy VIII i ostatnią część wspomnień Jerzego Dąbrowskiego, legionowianina, który brał udział w trzech Rajdach Katyńskich - w latach 2006, 2007 oraz 2009 r. W trakcie Rajdów, pan Jerzy pełnił różne funkcje, stając się w 2009 r. komandorem rajdu, czyli głównodowodzącym imprezy, w której udział brało 127 motocyklistów z całego świata. Rajd Katyński organizowany jest od 2001 r., jego celem jest odwiedzenie miejsc martyrologii oraz miejsc chwały oręża położonych na wschodzie

Kronsztad to był kiedyś silnie ufortyfikowany port morski położony na wyspie Kotlin w Zatoce Fińskiej. Połączony jest z północnym i południowym brzegiem dość dobrej jakości szosą. Założony został przez Piotra Wielkiego w 1703 r. a jego głównym zadaniem miała być ochrona Sankt Petersburga przed wrogimi najazdami z morza. Podczas rewolucji lutowej i październikowej w tym ufortyfikowanym porcie było główne ognisko buntu. To z tej twierdzy dostarczani byli marynarze do walk przeciwko caratowi. Na początku marynarze wierzyli, że dzięki zwycięstwu rewolucji i przejściu władzy przez bolszewików pod wodzą Lenina będzie się im żyło lepiej. Niestety, gdy okazało się, że jest zupełnie inaczej w dniach od 28 lutego do 18 marca 1921 r. w Kronsztadzie wybuchło antybolszewickie powstanie

zobaczyć z bliska Krążownik Aurora, Pałac Marmurowy czy Akademię Marynarki Wojennej. Mimo zakazu wjeżdżaliśmy swoimi maszynami przed Pałac Zimowy a rosyjska milicja nie doś, że nie zabroniła nam wjazdu to wzięła pod ochronę nasze motocykle. Był czas na kupno pamiątek, wspólne zdjęcia z mieszkańcami i w ogóle było OK. Zmęczeni, ale zadowoleni wróciliśmy do obozowiska. Niestety kucharz Grzesio nic nam nie przygotował do jedzenia, dlatego też zadowoliliśmy się suchym prowiantem, a poranna toaleta odbywała się w zimnej morskiej wodzie.

Wczesnym rankiem jak zwykle po upewnieniu się, że wszystko jest zabrane i obozowisko zostawione w należytej czystości obraliśmy kierunek na przejście graniczne w miejscowości Iwangorod koło miasta Narwy w Estonii.



W pobliskiej stacji benzynowej zatankowaliśmy do pełna nasze maszyny bo z dostępnych informacji wynikało, że najbliższa stacja znajduje się w Tartu (odległość około 200 km.). Motocykle o pojemności do 1000 cm dały by sobie z taką odległością radę, ale dla tych o pojemności 1800 z pełnym bagażem mogło być różnie. Pierwsze 60 km przejechaliśmy bardzo dobrej jakości drogą podziwiając estońskie krajobrazy. Okazało się, że rząd Estonii chętnie i na korzystnych warunkach witał przybyszów z Polski aby zagospodarowywali wielkie połacie nieuprawianej ziemi.

Gospodarze biwaku bardzo ucieszyli się naszą obecnością i bardzo interesowali się sprawami bieżącymi panującymi w naszym kraju. Na moje pytanie czy zastanawiali się nad powrotem do polski odpowiedzieli stanowczym NIE.

W pewnym podnieceniu, gdyż każdy z nas czuł, że dom i rodzina jest już blisko. Najbliższe miejsce postoju to Kirchohm (obecna nazwa Salaspils). To tu 27 września 1605 r. nasze wojska pod wodzą Jana Karola Chodkiewicza stoczyły zwycięską bitwę z trzykrotnie silniejszą szwedzką armią Karola IX. Talent dowódcy Chodkiewicza oraz potęgę pancernego natarcia husarii przesądziły o zwycięstwie. Złożyliśmy wiązanek kwiatów przed pomnikiem upamiętniającym zwycięską bitwę i w drogę do stolicy Łotwy – Rygi.

Na parkingu mieszczącym się nad rzeką Dźwiną w Rydze zaparkowaliśmy nasze motocykle i wszyscy za wyjątkiem warty udaliśmy się na zwiedzanie stolicy Łotwy. Nie było wiele czasu, gdyż w planie musieliśmy przekroczyć granicę Łotewsko – Litewską by znaleźć przed Górą Krzyży.

fioletowych, żółtych czy czerwonych. Oczywiście, pomimo uwag o bezpiecznym przemierzaniu się, szybkość też wzrosła. Na efekty nie trzeba było długo czekać. Już na terenie Litwy otrzymałem informację, że kolega z zielonych miał wypadek i pogotowie ratunkowe zabrało go do szpitala. Wiedziałem tylko, że był wypadek. Nie wiedziałem, czy żyje, czy jest ciężko ranny itp. Myny wszystkim zrzedły a ja już widziałem siebie przed prokuratorem. Wypadek groźnie wyglądał ale na szczęście koledze dzięki kaskowi nic poważnego się nie stało.

W niezbyt przyjemnych nastrojach dojechaliśmy do obozowiska i nad ranem znaleźliśmy się przed Górą Krzyży. Kątem oka zobaczyłem że niektórzy z nas modlili się o szybkie wyzdrowienie naszego kolegi. Ci modlący się, gdyby przestrzegali przepisów ruchu drogowego to nie musieli by udawać pobożnych. No cóż jak zwykle ujawniło się stare przysłowie „Jak groźba to do Boga”. Wczesnym popołudniem znaleźliśmy się przed Ostrą Bramą by wziąć udział w mszy św. Jak zwykle



Trasa rajdu

mu kazano, a kto od serca. Ci harcerze byli naprawdę uszczęśliwieni naszym przyjazdem. Nocleg spędziliśmy na korytarzach jednej ze szkół podstawowych. Wszyscy byli zadowoleni, bo nie trzeba było rozkładać namiotów.



towarzyszili nam liczni Wileńszczanie. Po mszy – zwiedzanie Cmentarza na Rossie i złożenie kwiatów na grobie matki z sercem J. Piłsudskiego.

Bardzo ciepło przywitali nas Wileńscy harcerze na czele z księdzem haremistrzem (nazwiska niestety nie pamiętam). Ja potrafię określić kto witał nas z musu bo tak

Obliczyłem na podstawie mapy, że ten ostatni odcinek przez miejscowość Mariampol liczy prawie 800 km. Ale cóż to za odległość dla motocyklisty który przebył ponad 8500 km po wertepach na wschodzie. Do Legionowa przyjechałem po 10 godzinach przy średniej prędkości 90 km/godz. Oczywiście czasami trzeba było jechać i 130 km/ godz. ale niestety to była z mojej strony czysta głupota. Zsiadając z motocykla o mało co nie ucałował bym tej legionowskiej ziemi jak nasz Jan Paweł II ale pomyślałem sobie, że byłby to plagiat.

## Powrót do Polski

Mniej więcej po dwóch tygodniach od naszego przyjazdu do rodzinnych domów, spotkaliśmy się znowu przed Grobem Nieznanego Żołnierza na uroczystej zbiórce dokonać oficjalnego zakończenia rajdu. Znowu przybyła Orkiestra Reprezentacyjna Wojska Polskiego, byli goście no i mieszkańcy Warszawy. Otrzymałem na pamiątkę srebrny sygnet i piękną plaketkę którą zaraz powiesiłem w swoim pokoju. Teraz, kiedy trochę czasu upłynęło i emocje opadły zastanawiam się czy polecił bym komuś uczestnictwo w takim rajdzie. Bez wahania powiedział bym, że TAK.

Jerzy Dąbrowski



krwawo stłumione przez Michała Tuchaczewskiego (pochodził on z rodziny ziemiańskiej i 12 lipca 1914 r. ukończył elitarną carską Aleksandrowską Akademię Wojskową). Należy nadmienić, że od maja do sierpnia 1917 r. cywilnym gubernatorem Kronsztadu był polski filozof Tomasz Parczewski. Podczas II wojny światowej, ten ufortyfikowany bastion nie został zdobyty przez Niemców, a stacjonująca tu Flota Bałtycka brała udział między innymi w obronie Leningradu.

Moja grupa „Fioletowych od koloru apaszek, motocykle o pojemności 600 -1200, granica wiekowa 55- 65 lat” przybyła na wyspę jako pierwsza i tym samym mieliśmy więcej czasu na rozbicie namiotów. Główna grupa wraz z rosyjskimi motocyklistami przyjechała 2 godziny po nas. Oczywiście ruscy „bajkerzy” przywieźli ze sobą troszeczkę alkoholu, my ażeby nie wyjść na „krzywego ryja” też poczęstowaliśmy ich swoją żubrówką i impreza trwała do godz. 23.00. Każdy z nas wiedział, że późnym rankiem wyjedziemy zwiedzać Petersburg. Pamiętając rady mojej Mamy, że Petersburg najlepiej zwiedzać motorówką, wyjeżdżaliśmy ostatnie ruble z portmonetek i zafundowaliśmy sobie rejsy po Nowie. Jakże to miłe przeżycie

## Estonia

Estonia to mały kraj o powierzchni 54.300 km którym zamieszkuje nieco ponad 1.330000 osób czyli około 29 osób na km2. Dla porównania gęstość zaludnienia w Polsce wynosi około 122 osoby na km2.

## Łotwa

Następny etap to Łotwa. Rankiem po przestudiowaniu mapy omówieniu warunków bezpieczeństwa i bardzo starannym sprawdzeniu porządków na pełnym gazie wyjechaliśmy z obozowiska w kierunku Łotwy. Dało się zaznaczyć

## Litwa

Niestety czas naglił i musieliśmy pożegnać się z Łotwą aby przed zmrokiem dojechać do obozowiska na Litwie. Litwa to już prawie dom. Każdy jak najszybciej chciał dojechać do Góry Krzyży, nie zważając czy jedzie w grupie zielonych,





**WOJSKO.** Zmiany personalne

# Przekazanie obowiązków komendanta w Centrum Szkolenia Łączności i Informatyki w Zegrzu

**W sobotę 2 lipca nastąpiło przekazanie obowiązków komendanta Centrum Szkolenia Łączności i Informatyki**

W ceremonii uczestniczył gen. broni Wiesław Kukuła – dowódca Wojsk Obrony Terytorialnej, który wyraził uznanie wobec przekazującego stanowisko komendanta płk. Roberta Kasperczuka i podkreślił, że dowodzenie przez niego Centrum przypadło na niełatwy czas pandemii oraz kryzysu migracyjnego, a dzięki jego wysiłkom Centrum z powodzeniem wspierało działania całych Wojsk

Obrony Terytorialnej w operacjach Trwała Odporność i Silne Wsparcie. Dowódca WOT zaznaczył, że „pomimo zaangażowania we wsparcie działań przeciwkryzysowych macierzystego Rodzaju Sił Zbrojnych Centrum utrzymało tempo kształcenia i szkolenia specjalistów łączności i informatyki (...) dodając do katalogu szkolenia specjalistów jakże krytyczną dziedzinę operacji informacyjnych”

Przedstawiając sylwetkę nowego komendanta – płk. Pawła Nowotnika, dowódcę WOT podkreślił, że jest on doskonale znany w Centrum i garnizonie Zegrze, w którym służył wojskową pełni od 2002 r. Na koniec podziękował mu za dotychczasową służbę, pogratulował wyznaczenia na stanowisko Komendanta i życzył aby autorytet zbudowany wśród żołnierzy



i pracowników na poprzednich stanowiskach pozostawał jego znakiem rozpoznawczym.

Ochodzący komendant powiedział, że czas służby w Centrum był dla niego bezcennym doświadczeniem i prawdziwym zaszczytem. „Dlatego też z dużą satysfakcją i przyjemnością szczerze dziękuję za merytoryczne wsparcie, okazaną sympatię, wyrozumiałość oraz serdeczną atmosferę Naszych kontaktów” - zakończył płk Kasperczuk.

Nowy komendant płk Paweł Nowotnik powiedział, że nigdy nie marzył o dostąpieniu zaszczytu przyjęcia obowiązków Dowódcy Jednostki Wojskowej. „Przyjdzie mi dowodzić i kierować instytucją o ponad stuletniej historii. Instytucją, której sukcesem były i są rzesze wyszkolonych

i zdolnych do realizacji zadań specjalistów. (...) Moi szanowni poprzednicy z których każdy w swoim szczególnym czasie nie szczędził starań, by zadbać o prestiż tego miejsca, podnieśli poprzeczkę bardzo wysoko” - podkreślił. Zapewnił również, że poświęci dużo sił by dbać o dobre imię Centrum, zapewnić dobre warunki służby i prac oraz efektywnie i z należytą starannością realizować główne zadania szkoleniowe.

Głos zabrał również Pan Artur Borkowski Burmistrz Miasta i Gminy Serock, który podziękował odchodzącemu komendantowi za współpracę, która była bardzo owocna i wyraził przekonanie, że dalsza współpraca z nowym komendantem będzie



kształtowała się również na bardzo wysokim poziomie.

Pan Wojciech Jeute Prezes Honorowego Zespołu Ochrony Pamięci Armii Krajowej „Brzoźów” przedstawiciel Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej wręczył płk. Kasperczukowi odznaczenie pamiątkowe za zasługi

dla Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej

Ceremonię zakończyły podziękowania i życzenia dla komendantów oraz defilada pododdziałów.

Zdjęcia: szer. OT Dariusz Roslaniec

Tekst: por. Małgorzata Nowak



**PLYWANIE.** Letnie Mistrzostwa Polski Juniorów Młodszych 14-letnich

## Nieźle, ale bez medali

W dniach 7-10 lipca 2022 roku odbyły się Letnie Mistrzostwa Polski Juniorów Młodszych 14-letnich. Na 50-metrowej pływalni „WCRS AQUASFERA GALERIA WARMIŃSKA OSiR w Olsztynie” o mistrzowskie tytuły walczyło 590 zawodniczek i zawodników ze 177 klubów z całej Polski. UKS „Delfin” Legionowo pod opieką trenera Daniela Krepsa i Rafała reprezentowali: Patrycja Jurkiewicz, Amelia Kongiel, Tadeusz Tyczyński

W drugim dniu zawodów Patrycja Jurkiewicz startowała na dystansie 50 m stylem dowolnym uzyskując w eliminacjach czas 28,77 s, który zapewnił występ w popołudniowym bloku w finale A.

W popołudniowym finale A Patrycja uzyskała czas 28,59s bijąc swój rekord życiowy, co uplasowało ją na 10. miejscu.

Również bardzo dobrze wypadł trzeci dzień mistrzostw, po eliminacjach porannych, Patrycja wywalczyła dwa

finale A odpowiednio: 50 m stylem motylkowym 30.32 s i 50 m stylem grzbietowym 32.76s. W popołudniowym finale A zajęła 8. miejsce na 50 m stylem motylkowym z czasem 30.16 s oraz 9. miejsce na 50 m stylem grzbietowym z czasem 32.66 s.

**Pozostałe wyniki naszych zawodników:**

**Patrycja Jurkiewicz** 100 m stylem dowolnym – 1.04.81 (24. miejsce) 100 m stylem grzbietowym – 1:12.34 (19. miejsce – z powodu kontuzji

została wycofana z finału B)

**Amelia Kongiel** 50 m stylem dowolnym – 31.09 (79. miejsce) 50 m stylem klasycznym – 40.82 (59. miejsce) 100 m stylem klasycznym – 1.26.61 (45. miejsce) 100 m stylem dowolnym – 1.10.65 (98. miejsce)

**Tadeusz Tyczyński** 200m stylem grzbietowym – 2.30.62 (24. miejsce) 50m stylem grzbietowym – 32.39 (38. miejsce) 100m stylem grzbietowym – 1.09.02 (27. miejsce)

www.powiat-legionowski.pl



# MUZYKA PRZY KAPLICY

## Czarujący świat opery

Justyna Kantorowicz - sopran  
Michał Jung - fortepian

W programie m.in.:  
G.B. Pergolesi, G.F. Handel, W.A. Mozart,  
S. Rachmaninov, F. Lehair

### 17 lipca, godz. 19.00

dziedziniec kościoła Najświętszego Ciała i Krwi Chrystusa  
Legionowo, ul. Piłsudskiego 47

PARAFIANCIKLEGIONOWO.PL

WSPARCIE:

PIŁKA NOŻNA. Rozkład na jesień

# Nowi w Legionovii

Tydzień przygotowań do rozpoczynającego się 7 sierpnia br. sezonu 2022/2023 mają za sobą trzecioligowi piłkarze Legionovii Legionowo. Znany jest „rozkład jazdy” rundy jesiennej III ligi (grupa 1), w której rywalizować będzie nasz zespół, a władze klubu zdążyły już podpisać umowy z pięcioma nowymi piłkarzami, którzy będą reprezentować legionowskie barwy w zbliżającym się sezonie

W ostatnią sobotę trener Michał Piros zarządził pierwszą grę wewnętrzną czyli „przeгляд wojska”, które będzie miał do dyspozycji w rywalizacji o ligowe punkty. Trenująca kadra zespołu podzielona została na trzy drużyny. Wyniki tego wewnętrznego sprawdzianu są mniej istotne, ważniejsze wydają się słowa szkoleniowca, który miał powiedzieć na temat nowej piątki pozyskanych piłkarzy - *dokonałmy właściwego wyboru.*

**Powrót Daniela Chorośa**  
Nowymi zawodnikami Legionovii zostali: **Marcin Bawolik, Daniel Choroś, Kamil Kumoch, Michał Suchanek i Szymon Wiejak.** Cała piątka związana się z Legionovią umowami obowiązującymi do 30 czerwca 2023 roku (z opcją przedłużenia o kolejny rok).

**Marcin Bawolik** to niespełna 22-letni piłkarz, wychowanek Kosy Konstancin, występujący najczęściej na pozycji lewego atakującego. Ostatnie

2 sezony spędził w Olimpii Elbląg, w barwach której zagrał w 61 spotkaniach w rozgrywkach II ligi i Pucharu Polski.

Dla 24-letniego środkowego **Daniela Chorośa** z kolei to powrót na Parkową po rocznej przerwie. W minionym sezonie reprezentował barwy drugoligowej Pogoni Grodzisk Mazowiecki, zaliczając 20 meczów M. Choroś reprezentował legionowskie barwy w latach 2018-2021, zaliczając 90 występów.

21-letni **Kamil Kumoch** w sezonie 2021/22 był pomocnikiem Broni Radom. Wychodził na murawę ponad 30 razy. Wcześniej 3 lata reprezentował barwy Motoru Lublin, a jest wychowankiem Oronki Orońsko (pod Radomiem).

**Michał Suchanek i Szymon Wiejak** (oba 26 l.) przybyli do Legionowa z IV-ligowego MKS-u Piaseczno. Stanowili o sile zespołu, który był o włos od awansu do III ligi. M. Suchanek, wychowanek warszawskiej Legii to prawy atakujący. Z kolei obdarzony dobrymi warunkami fizycznymi (186 cm wzrostu) Sz. Wiejak występuje na pozycji napastnika. W ostatnim sezonie został królem strzelców II grupy IV ligi mazowieckiej, trafiając do siatki aż 28 razy.

## Intensywny tydzień

Póki co trenująca kadra Legionovii jest dość szeroka. Doszła wspomniana piątka nowych piłkarzy, zostało większość składu zespołu z poprzedniego sezonu. W legionowskich barwach nie zobaczymy już, o czym informowaliśmy przed tygodniem Michała Bajdura (transfer do



Nowi w Legionovii. Od lewej: Kamil Kumoch, Marcin Bawolik, Daniel Choroś, Michał Suchanek, Szymon Wiejak  
Fot. strona klubowa KS Legionovia

warszawskiej Polonii), także Dobrogosta, Smugi, Budka, Pocięchy, a także prawdopodobnie Piotra Bujaka. Przedłużono natomiast umowy z Bartoszem Mroczkiem, Karolem Barańskim, Mikołajem Gibasem. Zostają na kolejny sezon Kacper Kaczorowski, Adam Waszkiewicz, Grzegorz Wojdyga, Piotr Sonnenberg, Dawid Papazjan, piłkarzami Legionovii są oczywiście także nadal Patryk Koziała, Konrad Zaklika, Bartosz Rynek, Artur Balicki, intensywnie rehabilituje się po kontuzji Dariusz Zjawiński. Trenuje też

z zespołem kilku zawodników drugiej drużyny Legionovii, oraz na prośbę ich klubu, kilku młodzieżowych zawodników Varsovii.

Ta szeroka kadra zespołu ma znaczenie, bo przed Legionovią bardzo intensywny w zajęcia, a zwłaszcza w spotkania treningowe tydzień. Już w środę przed naszą drużyną sparing z czołowym zespołem ligi ukraińskiej Zorią Ługańsk, która w Polsce przygotowuje się do udziału w Pucharze Konfederacji. W czwartek kolejny sparing z piątym zespołem ekstraklasy ukraińskiej,

z Worskłą Połtawa. Natomiast w sobotę, prawdopodobnie w Rembertowie „sparring” z warszawskim Hutnikiem.

## Zaczynają z Piłką Białobrzegi

Znany jest już terminarz rundy jesiennej sezonu 2022/2023. Legionovia walkę o trzecioligowe punkt zacznie od wyjazdowego spotkania z Piłką Białobrzegi. Poniżej przedstawiamy cały układ par 1. kolejki, i „rozkład jazdy” naszego zespołu w pierwszej rundzie.

(jb)



Daniel Choroś ponownie w legionowskich barwach

Fot. fotoMID

## Kolejka 1.(6/7 sierpnia)

Piłka Białobrzegi – Legionovia Legionowo, Ursus Warszawa – Błonia Błonie, Broń Radom – Sokół Ostróda, Świt Nowy Dwór Maz. – Lechia Tomaszów Maz., Mławianka Mława – Pelikan Łowicz, Legia II Warszawa – Pogoń Grodzisk Maz., Warta Sieradz – Jagiellonia II Białystok, Olimpia Zambrów – Unia Skierniewice, Concordia Elbląg – ŁKS II Łódź.

## Kolejka 2 (13/14 sierpnia)

Legionovia – Olimpia Zambrów

## Kolejka 3 (17 sierpnia)

Concordia Elbląg – Legionovia

## Kolejka 4(20/21 sierpnia)

Legionovia – ŁKS II Łódź

## Kolejka 5 (27/28 sierpnia)

Unia Skierniewice – Legionovia

## Kolejka 6 (3/4 września)

Błonia Błonie- Legionovia

## Kolejka 7 (10/11 września)

Legionovia – Jagiellonia II Białystok

## Kolejka 8 (17/18 września)

Pogoń Grodzisk Maz. – Legionovia

## Kolejka 9 (24/25 września)

Legionovia – Pelikan Łowicz

## Kolejka 10 (1/2 października)

Lechia Tomaszów Maz. – Legionovia

## Kolejka 11(8/9 października)

Legionovia – Sokół Ostróda

## Kolejka 12 (15/16 października)

Ursus Warszawa – Legionovia

## Kolejka 13( 22/23 października)

Legionovia – Broń Radom

## Kolejka 14(29/30 października)

Świt Nowy Dwór Maz. – Legionovia

## Kolejka 15(5/6 listopada)

Legionovia – Mławianka Mława

## Kolejka 16 (12/13 listopada)

Legia II Warszawa – Legionovia

## Kolejka 17(19/20 listopada)

Legionovia – Warta Sieradz.

## BIEGI. Zaproszenie Ultramaraton Powstańca

Gmina Wieliszew serdecznie zaprasza do udziału w 8. Ultramaratonie Powstańca. 31 lipca 2022r, w 78. rocznicę wybuchu Powstania Warszawskiego, na wymagającej trasie o długości 63 km indywidualnie lub w sztafetach (od 2 do 7 osób) zawodnicy będą musieli przebyć szlak „kuriera powstańczego” i zaliczyć kolejne punkty kontrolne i punkty zmian, związane z historycznym szlakiem Polski Walczącej. Na każdym z nich uczestnicy zbierają specjalne oznaczenia.

ZAPISY: [www.czasomierzyk.pl](http://www.czasomierzyk.pl)

