



# Nadnarwianka bez porażki w meczach IV ligi!

– STR. 29

**Chrzest  
Ani** – STR. 28

TYGODNIK LOKALNY



2,80 zł  
W TYM 5% VAT

NR 34

INDEKS 342424  
ISSN 1429-6837

20 SIERPNIA 2019

www.pultuszcak.pl

T Y G O D N I K

# Pultuski

C O T Y D Z I E Ń O D 4 G R U D N I A 1 9 9 7 R O K U

REKLAMA



Filia Pułtusk  
ul. Wojska Polskiego 52  
tel.: 23 691 92 40  
fax.: 23 691 92 41

INTERCARS.COM.PL

## Cena wody nie zależy już od gminy

Z Włodzimierzem Kaczmarczykiem  
o naszej wodzie, ściekach i tym, że  
musimy oszczędzać

CZYTAJ NA STRONIE 4

## Wszystko krąży wokół pieniędzy

Wywiad z prezesem GKS Pokrzywnica  
Arturem Sikorskim

– STR. 29

## Chaszcze na Tysiąclecia, „wychodek” przy pasażu Klenczona

– STR. 2

To nas boli

## Rusza przebudowa w Trzcińcu

– STR. 3

## Most na Niestępówce i droga w Kacicach

– STR. 3

## Wspomnienia na jubileusz

Lidia Chodorowska

– STR. 2

## Niezwykli goście z Izraela

– STR. 28

REKLAMA

## KOLEJNY ETAP OSIEDLA KLIMATY

• osiedle ogrodzone • plac zabaw • piwnica i miejsce postojowe

wygodny parking



www.isbud.pl



Biuro sprzedaży w Pułtusk przy ul. Białowiejskiej 17 C, tel. 23 692 09 75, 601 770 940

Poszukujemy lokalu do możliwości sprawowania kultu religijnego o powierzchni 150-200 metrów od 1 listopada 2019 r. za rozsądną cenę. Oferty prosimy przesyłać na adres email: [pastor@koscioldlapultuska.pl](mailto:pastor@koscioldlapultuska.pl) lub na stronie Kościół dla Pułtuska na Facebooku.



## Dla niepełnosprawnych

8 sierpnia 2019 r. Starosta Pułtusk Jan Zalewski i Wicestarosta Beata Józwiak podpisali umowy na dofinansowanie z Państwowego Funduszu Osób Niepełnosprawnych dotyczące realizacji niżej wymienionych projektów w ramach: „Programu wyrównywania różnic między regionami III” obszar B i D:1. Projekt pn. Likwidacja barier transportowych (zakup dziewięciomiejscowego samochodu typu mikrobus przystosowanego do przewozu osób niepełnosprawnych, w tym dwóch na wózkach inwalidzkich” dla SOSW im. A. Karłowicz w Pułtusk – szacunkowy łączny koszt zakupu ok. 200 000,00 zł, w tym dofinansowanie w wysokości 80 000,00 zł; 2. Projekt pn. „Likwidacja barier transportowych na terenie powiatu pułtuskiego – zakup autobusu 10-cio i więcej miejscowego dostosowanego do przewozu osób niepełnosprawnych” dla ŚDS w Pułtusk – szacunkowy łączny koszt zakupu ok. 300 000,00 zł, w tym dofinansowanie w wysokości 203 806,00 zł; 3. Projekt pn. „Likwidacja barier w urzędach, placówkach edukacyjnych (zakup schodofaza dla osób niepełnosprawnych w Szkole Podstawowej w Strzegocinie)” – szacunkowy łączny koszt zakupu ok. 16 000,00 zł, w tym dofinansowanie w wysokości 7 250,00 zł; 4. Projekt pn. „Likwidacja barier transportowych na terenie Gminy Obryte poprzez zakup mikrobusu do przewozu osób niepełnosprawnych” dla Zespołu Placówek Oświatowych w Obrytem – szacunkowy łączny koszt zakupu ok. 120 000,00 zł, w tym dofinansowanie w wysokości 80 000,00 zł; 5. Projekt pn. „Likwidacja barier transportowych. Zakup samochodu typu mikrobus przystosowanego do przewozu osób niepełnosprawnych w tym na wózkach inwalidzkich” dla Stowarzyszenia Wsparcia społecznego Jan-Pol – szacunkowy łączny koszt zakupu ok. 155 000,00 zł, w tym dofinansowanie w wysokości 80 000,00 zł;  
źródło: **powiat pułtusk**

## Czy mamy przewodnik?

**Tak jednym zdaniem można streścić interpelację radnego miejskiego Łukasza Skarżyńskiego**

Radnemu chodziło o przewodnik turystyczny pokazujący walory naszej gminy, historię, zabytki, trasy piesze i rowerowe, atrakcje, mapy. Chciał się też dowiedzieć, czy gmina zleciła wykonanie takiej publikacji lokalnym podmiotom, by zminimalizować koszty.

Urząd odpowiada, że mamy informatory miejskie wydane w ostatnich latach, albumy o Pułtusk z mapami. W trakcie opracowania jest natomiast publikacja pod tytułem „Ekoturystyka – podróż i wypoczynek zgodnie z naturą”, która zostanie wydana na zlecenie Gminy Pułtusk, w ramach realizowanego projektu. Kto wykona to zadanie? Na to pytanie radny nie uzyskał odpowiedzi.

**ED**

### TYGODNIK PUŁTUSKI



**Redaktor naczelny:** Ewa Dąbek tel. 23 691 90 22, [edabek@pultuszczak.pl](mailto:edabek@pultuszczak.pl)  
**Redakcja:** tel. 23 691 90 20, [redakcja@pultuszczak.pl](mailto:redakcja@pultuszczak.pl)  
**Kultura/ Społeczeństwo:** Grażyna Maria Dzierżanowska, tel. 661 923 317; [graza@atessa.pl](mailto:graza@atessa.pl)  
**Zdjęcia:** Henryk Mazurek, tel. 793 233 433; [hen.maz@wp.pl](mailto:hen.maz@wp.pl)  
**Biuro reklam i ogłoszeń:** Anna Plochocka 23 692 86 45, GG 9361183, [aplochocka@pultuszczak.pl](mailto:aplochocka@pultuszczak.pl). Ogłoszenia i reklamy nie stanowią materiału pochodzącego od wydawcy  
**Kolportaż:** Kazimierz Dzierżanowski tel. 601 614 487, GG 5180458  
**Adres:** 06-100 Pułtusk, ul. Rynek 16, e-mail: [pultusk@pultuszczak.pl](mailto:pultusk@pultuszczak.pl); skype: tygpul; [www.facebook.com/pultuski](http://www.facebook.com/pultuski)  
fax 23 691 90 28. Czynne: poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00  
**Prenumerata:** realizowana przez RUCH SA, zamówienia składać na stronie [www.prenumerata.ruch.com.pl](http://www.prenumerata.ruch.com.pl), pytania na e-mail: [prenumerata@ruch.com.pl](mailto:prenumerata@ruch.com.pl) lub telefonicznie pod numerem 801 800 803 lub 22 717 59 59, w godz. 7:00 – 18:00 (koszt połączenia wg. taryfy operatora).  
Redakcja nie zwraca tekstów nie zamówionych oraz zastrzega sobie prawo ich redagowania i skracania. Nie odpowiadamy za treść zamieszczonych reklam i ogłoszeń.  
**Druk:** GRUPA WM SP. Z O.O. Olsztyn tel. 89 539 74 21.  
**Nakład:** poniżej 15 000



**Wydawca:** Agencja TIO  
e-mail: [agencja@tio.com.pl](mailto:agencja@tio.com.pl)  
Legionowo, ul. Rynek 2

Stowarzyszenie  
Gazet  
Lokalnych

# Wspomnienia ma jubileusz

**Wspominają pracownicy Domu Polonii, którzy są tu od początku, od 30 lat. Tym razem Lidia Chodorowska**

*Witam serdecznie wszystkich czytelników Tygodnika Pułtuskiego.*

*Nazywam się Lidia Chodorowska. Od 30 lat pracuję w Domu Polonii w Pułtusk na stanowisku recepcjonista - kasjer hotelowy. Zostałam zatrudniona przez ówczesnego dyrektora Ryszarda Kruka.*

*Jakie były początki mojej pracy? Czułam się wyróżniona, że będę pracować w wyjątkowym miejscu, w Zamku. Zaczęłam pracę jeszcze przed oficjalnym otwarciem Domu Polonii. Wtedy recepcja nie wyglądała jeszcze tak jak teraz. To było tylko jedno wielkie, puste pomieszczenie, nie było nawet lady recepcyjnej. Sami musieliśmy przygotować swoje miejsce pracy. Urządzaliśmy ją od podstaw, zaczynając od mycia podłóg, a skończywszy na ustawianiu mebli i sprzętu. Dlatego z dużym sentymentem wspominam te czasy. Ludzie, którzy zaczynają gdzieś pracę, przeważnie wchodzą już w ustabilizowaną strukturę o określonych procedurach i ramach działania, a my dosłownie współtworzyliśmy Dom Polonii. Wszyscy byliśmy młodzi, dla nas energicznych i kreatywnych ludzi nie było rzeczy niemożliwych, nie było problemów, były tylko wyzwania. Powiem tak, nam się po prostu „chciało chcieć”. Zespoły ludzi, z którymi pracowałam, były niesamowicie „zgrane”. Atmosfera była wręcz rodzinna. Gdy zaczynałam pracę w Domu Polonii*



*było około 200 pracowników, ze „starej” ekipy, do dziś pracuje tylko 21 osób.*

*Dom Polonii całych czas wzbogaca swoją ofertę. Obecny dyrektor Michał Kisiel dba o to, aby pułtusk Zamek nie był tylko miejscem, gdzie można dobrze zjeść i przenocować, ale także żeby był ośrodkiem działań kulturalnych i historycznych. Mieszkańcy Pułtuska mogą brać udział w licznych imprezach i wydarzeniach, które organizujemy. Potocznie mówiąc: Dom Polonii stał się „otwarty na ludzi”.*

*Jubileusz otwarcia Domu Polonii jest okazją do*

*wspomnień. Trudno bowiem być obojętnym wobec miejsca, w którym zostawiło się większość swojego życia. To jest moja pierwsza praca i nigdy nie chciałam przenieść się do innej, chociaż miałam takie propozycje. Znalazłam w niej miejsce wśród wspaniałych ludzi. Na następne dziesięciolecie życzę wszystkim moim koleżankom i kolegom dużo i tylko sympatycznych gości, wysokich premii co miesiąc, a tak od serca, to życzę, żeby chciało się im do tego miejsca wracać każdego dnia.*

*Pozdrawiam serdecznie,  
Lidia Chodorowska*

# Na Tysiąclecie i nie tylko

**Z rozbuchaną miejską zielenią, szczególnie przy głównych ulicach naszego miasta, walczymy słowem praktycznie w każdym wydaniu Tygodnika. Często się udaje i po kilku dniach chaszcze znikają. Mamy nadzieję, że będzie tak i tym razem**

Mamy więc obrazek z Tysiąclecia, tuż za skrzyżowaniem z aleją Wojska Polskiego. Po raz kolejny powtarzamy, że jak się coś raz zrobi, to trzeba jeszcze o to dbać, systematycznie. Tymczasem mamy tu takie kwiatki, a raczej chwasty. Z Tysiąclecia jest jeszcze jeden odwieczny problem, o wiele bardziej niebezpieczny niż zarośnięte pobocza. Chodzi o uliczne latarnie, które wciąż wysiadają, a na naprawę trzeba czekać tygodniami. Takie informacje przekazała nam jedna z mieszanek przypominając, że na tej ulicy już zdarzyły się tragiczne wypadki, a gdy przyjdą jesienne słoty i zmrok będzie zapadał wcześniej, nieświeczące lampy staną się naprawdę niebezpiecznym zjawiskiem. Apelujemy więc do służb odpowiedzialnych, by nie traktowały tej ulicy tak po macoszemu. W końcu niedawno prowadzono tam inwestycję, powstały nowe chodniki i ścieżki rowerowe, więc warto by to wszystko jakoś wyglądało no i było bezpiecznie.

**ED**

Przy tej okazji też kolejny apel do pułtuszczan. O odrobinę dbałości o tak zwane dobro wspólne i zwykłą kulturę osobistą! Nie rozrzucajmy papierów, skór po bananach i innych śmieci wprost pod nogi na ulicę, nawet jeśli obok nie ma kosza. Można to przecież chwilę przetrzymać i zostawić w miejscach do tego przeznaczonych. Uwaga numer dwa, też wynikająca z sygnału od czytelnika. Chodzi o załatwianie swoich potrzeb fizjologicznych na pasażu Klenzczona, w krzaczkach obok domu pogrzebowego. Wbrew pozorom nie robią tego tylko miłośnicy mocniejszych trunków, których potrzeba przypili wieczorową porą, ale także starsze eleganckie panie, w biały dzień! W konsekwencji zrobiła się tu miejska toaleta z zapachem wykręcającym nos. A przecież tuż obok jest przychodnia, w której można z toalety skorzystać. Ludzie, włączcie myślenie! Trochę szacunku dla innych!



**DOM POGRZEBOWY**  
**Kraszewski**  
Pułtusk ul. Świętojańska 12  
[www.kraszewski.info](http://www.kraszewski.info)  
23 692 2000

10.06.2019 roku,  
w wieku 92 lat zmarł  
ukochany Tata, Dziadek,  
Pradziadek  
i Prapradziadek  
**Ś.P. TADEUSZ  
MIESZKOWSKI**

10.06.2019 roku,  
w wieku 69 lat zmarła  
**Ś.P. KRYSZYNA  
GROTOWSKA**

12.06.2019 roku,  
w wieku 63 lat zmarła  
ukochana Mama i Babcia  
**Ś.P. HENRYKA  
ELŻBIETA  
CISZEWSKA**

15.06.2019 roku,  
w wieku 80 lat zmarł  
ukochany Tata, Dziadek,  
Pradziadek i Brat  
**Ś.P. MIROSŁAW  
WŁODZIMIERZ  
BANIA**

**DOM POGRZEBOWY**  
**KĘSY**  
[www.kesy.pl](http://www.kesy.pl)  
23 692 2001 604 470 616  
Pułtusk, ul. Traugutta 2a

28.07.2019 roku,  
w wieku 84 lat zmarł  
ukochany Mąż, Tatuś,  
Dziadek i Brat  
**Ś.P. KAZIMIERZ  
CIESIELSKI**

**REDAKCJA**

**661 923 317**



## Tylko nie na drzewach!

**Zbliża się okres przedwyborczy, a więc czas rozwieszania gdzie popadnie plakatów i banerów. Reklamowanie kandydatów na posłów i senatorów to rzecz naturalna, ważne jednak by nie „zdobili” jeszcze przez wiele miesięcy po wyborach przydrożnych drzew, przystanków autobusowych i innych zupełnie nie przeznaczonych do tego miejsc**

Najbardziej rażącą praktyką, która powinna być w końcu karana srogimi mandatami jest obklejanie wyborczymi reklamami przydrożnych drzew, słupów elektrycznych itp. Najczęściej mocuje się je kilkoma warstwami taśmy klejącej, więc strzępy wraz z tą taśmą utrzymują się w takich miejscach jeszcze przez długi czas. Dlatego właśnie lokalne władze powinny ściśle określić zasady wywieszania ogłoszeń wyborczych. Zrobił to już w wydanym zarządzeniu wójt gminy Świercze. Urzędowe obwieszczenia wyborcze i plakaty wszystkich komitetów bezpłatnie w tej gminie można wywieszać: na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy, na słupach ogłoszeniowych w Świerczach i Strzegocinie, natomiast same plakaty dodatkowo na sołeckich tablicach ogłoszeniowych. Jeżeli chodzi o inne miejsca, należy to ustalać z właścicielem nieruchomości. Reklamy wyborcze muszą być umieszczane w taki sposób, by ich usunięcie nie czyniło żadnych szkód. Mają zniknąć w terminie do 30 dni po dniu wyborów.

ED

## Wyremontują żłobek

**Gmina Pułtusk szuka wykonawcy adaptacji pomieszczeń żłobka na Krajewskiego, w celu zwiększenia liczby miejsc dla dzieci do lat 3**

Przedmiot zamówienia obejmuje wykonanie robót budowlanych polegających na remoncie pomieszczeń Żłobka Miejskiego przy ul. Rafała Krajewskiego 3B w Pułtusku, zgodnie z udostępnioną dokumentacją projektową. Przedmiot zamówienia w szczególności obejmuje adaptację sal zabaw i łazienek na parterze budynku pod kątem dostosowania obiektu, a także remont - odtworzenie stanu pierwotnego przy użyciu wyrobów budowlanych innych niż użyto wcześniej - pomieszczeń komunikacyjnych, korytarzy parteru, wc dzieci, kuchni, zmywalni oraz magazynu, pomieszczenia socjalnego dla personelu oraz pomieszczeń dla administracji. Zamówienie obejmuje również wykonanie robót zewnętrznych w zakresie zagospodarowania terenu. Prace mają się zakończyć w połowie listopada tego roku.

ED

## LUDZIE LISTY PISZĄ...

Pani Grażo, wczoraj wróciłam do domu późno, z bólącą od rana głową i po wykonaniu specjalistycznych ćwiczeń daleko od miejsca zamieszkania, ale jak zobaczyłam „Tygodnik Pułtusk”, od razu zaczęłam czytać. Kiedy jestem u mamy, też od razu kieruje się do miejsca, gdzie „TP” leży :).

„Płociuszek” jest świetny, „Pułtusk widzę” przeczytałam jednym tchem (przypomniały mi się Pani wspomnienia z dzieciństwa spędzonego w Pułtusku i studniówek). „Chabry i Osty” też sprawdzam.

„Zagadane” czytam :).

Oczywiście inne artykuły również. Jak nie miałam wersji papierowej, systematycznie odwiedzałam portal „TP”.

Gratuluję „Tygodnika”!

Dziękuję za systematyczne, rewelacyjnie podane, wszelkie informacje o tym, co słychać w Pułtusku (chciałam napisać newsy, ale mi ręka zawiązała nad klawiaturą :)) i wspomnienia Pułtusa oczami dziecka i nastolatki – czyli Pani (moi rodzice nie mają możliwości mieć takich wspomnień).

Pozdrawiam ciepło Luiza



# Radni w sprawie ulic

**Radnych wybieramy po to, by dbali o dobro gmin, reprezentowali nasze interesy i zabiegali o poprawę warunków życia codziennego. Jednym z ważnych problemów, wszeobecnym nie tylko w naszym powiecie, jest zły stan dróg i ulic. Stąd też, wiele interpelacji składanych przez radnych dotyczy tej właśnie dziedziny**

Dziś pułtuscy radni Michał Górecki i Ryszard Rutkowski. Michał Górecki pytał o możliwości remontu i przebudowy pułtuskich ulic Flisackiej i Sportowej. W czasie obfitych opadów deszczu, mieszkańcy ulicy Sportowej borykają się z problemem zalewania przez wody opadowe piwnic i garaży położonych niżej niż poziom ulicy. Remont, na który czekają od lat, obiecano im już w poprzedniej kadencji. Stan ulic i chodników jest opłakany. Radny chciał się więc dowiedzieć, kiedy mieszkańcy mogą liczyć na poprawę warunków komunikacyjnych w swojej okolicy i czy choćby wykonano prace projektowe dotyczące

remontu wymienionych ulic.

Burmistrz Wojciech Grogoryczuk odpowiada, że obecnie nie są prowadzone żadne prace przygotowawcze związane z tym rejonem miasta. Na tak poważne przedsięwzięcia potrzeba środków zewnętrznych, a do tej pory nie zostały one ujęte ani w budżecie, ani w wieloletniej prognozie finansowej.

Jeżeli chodzi o wody opadowe, to w przypadku ulicy Sportowej są one odprowadzane do kanalizacji deszczowej, oczywiście tylko te z drogi, a nie okolicznych posesji. Burmistrz obiecał więc prace konserwacyjne kanalizacji, udrożnienie studzienek. Dodał

jednak, że za zalewanie na prywatnych posesjach odpowiadają ich właściciele, ponieważ każda taka nieruchomość powinna być podłączona do kanalizacji odprowadzającej wodę, posiadać drenaż lub zbiornik retencyjny.

W planach jest natomiast budowa nowej drogi łączącej ulicę Sukienniczą z Wyszowską, a wymienione w interpelacji muszą poczekać na swoją kolej. Ciekawe tylko jak długo jeszcze...

Radny Ryszard Rutkowski poprosił z kolei o poprawę warunków drogowych na ulicy Świerkowej na Popławach. Tu w grę wchodziło utwardzenie i wyrównanie ubytków, bo

nawierzchnia była uciążliwa zarówno w trakcie suszy (pył, kurz), jak i deszczowej pogody (błoto, kałuże). W związku z tym, za pośrednictwem radnego, mieszkańcy zwracali się z prośbą o położenie kostki lub innego kruszywa. Tu mamy lepsze informacje. Tak jak obiecano w odpowiedzi na interpelację, wykonano już utwardzenie drogi destruktem. Jak mówi radny Rutkowski, po wielu latach wyczekiwania na jakąkolwiek poprawę warunków drogowych, mieszkańcy Świerkowej są zadowoleni, ale jak wiadomo apetyt rośnie w miarę jedzenia. Chcieliby się więc doczekać jeszcze kostki czy asfaltu. To w dzisiejszych czasach żaden luksus, wiemy jednak, że w naszym powiecie jest jeszcze wiele dróg, jak to się mówi, zapomnianych przez Boga i ludzi. Dlatego, drodzy radni wszystkich gmin i powiatu, interpelujcie, męczcie i wymagajcie. Po to Was wybraлиśmy!

ED

## Most i droga

**12 sierpnia została podpisana umowa pomiędzy Powiatem Pułtuskim, a Przedsiębiorstwem Budowy i Utrzymania Dróg Sp. z o.o. z Ostrowi Mazowieckiej, wyłonionym w drodze przetargu na budowę mostu przez rzekę Niestępowkę w m. Koziegłowy wraz z przebudową drogi powiatowej Kacice - Pokrzywnica - Smogorzewo - Krzyczki Pieniążki - Krzyczki Szumne, na odcinku Kacice - Nowe Niestępowo**

W ramach zadania zostanie wykonana budowa obiektu mostowego w m. Koziegłowy (w miejscu likwidowanego przepustu pod drogą), budowa nowej



jezdni z poszerzeniem do 5,5 m na odcinku 1 km, w tym budowa jednostronnego chodnika wraz z zatokami autobusowymi, budowa nowych poboczy

i renowacja istniejących rowów odwadniających. Wartość prac to 2.337.706,71 zł brutto. Zadanie dofinansowane jest ze środków rezerwy subwencji ogólnej

i budżetu państwa w wysokości 1.244.521,00 zł. Planowany termin realizacji prac – III-IV kwartał 2019.

ED

## Rusza przebudowa w Trzcińcu

**Ponad 313 tys. zł będzie kosztowała przebudowa drogi gminnej w miejscowości Trzciniec. Zgodnie z podpisaną umową, nową drogę będzie można użytkować od 15 października tego roku**

Realizacja zadania jest możliwa dzięki pozyskanej dotacji z budżetu Województwa Mazowieckiego na budowę i modernizację dróg dojazdowych do gruntów rolnych w wysokości 215 tys.



zł. Wartość robót opiewa na kwotę 313 313,00 zł. Wykonawcą wyłonionym w drodze przetargu jest firma z Drogi i Mosty Jana Kaczmarczyka z Kacic. W ramach inwestycji

zostanie wykonana jezdnia bitumiczna z obustronnym poboczem z kruszywa o szerokości 0,75 m. Odcinek przeznaczony do przebudowy ma długość 330 m.

Nawierzchnia zjazdów na posesje zabudowane będzie wykonana z kostki betonowej, a nawierzchnia zjazdów na pola z kruszywa.

źródło: pultusk.pl

REKLAMA

**DYWANY · WYKŁADZINY · CHODNIKI**

**Kacice 11a, tel. 23 692 58 49 Pon.-Pt.: 9-17, Sob.: 9-14**

- DYWANY · CHODNIKI
- WYKŁADZINY DYWANOWE I PCV
- LISTWY
- WYCIERACZKI
- POŚCIEL · RĘCZNIKI · OBRUSY
- BIEŻNIKI · NARZUTY · KOCE
- KOMPLETY ŁAZIENKOWE

**KONSULTACJE ORTOPEDYCZNE**

**dr Maciej Makowski**  
specjalista ortopeda-traumatolog  
starszy asystent Kliniki Chirurgii Urazowej  
Narządu Ruchu i Ortopedii CMKP w Otwocku

**Zakres konsultacji:**  
Terapia osoczem bogatopłtkowym (PRP) zmian zwyrodnieniowych stawów, tendinopatii (łokieć tenisisty, ostroga piętowa), zmian przeciążeniowych

terminy konsultacji: **poniedziałek, 2 września**  
g. 16-19, Pułtusk, ul. Staszica 11  
zapisy: **500 111 129** lub **509 146 703**

# NASZA WODA NADAJE SIĘ DO PICIA

Z Włodzimierzem Kaczmarczykiem, prezesem PWiK, rozmawia Grażyna Maria Dzierżanowska

Jak często badany jest skład wody z sieci wodociągowej. Czy w laboratorium na miejscu?

Zgodnie z obowiązującym prawem wyróżnia się dwa rodzaje monitoringu - kontrolny i przeglądowy. Monitoring przeglądowy polega na oznaczeniu około stu wskaźników fizykochemicznych oraz wskaźników mikrobiologicznych, czyli liczby kolonii bakterii różnych grup w próbce wody w objętości 100 ml.

Minimalna częstotliwość badań dla naszego wodociągu to 16 próbek monitoringu kontrolnego i 2 próbki monitoringu przeglądowego w ciągu roku. Badania wykonuje się w akredytowanym laboratorium. Probki pobierane są zarówno na stacji uzdatniania wody, jak również w różnych punktach, czasami odległych od stacji sieci wodociągowej. Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji w Pułtusk regularnie bada próbki wody opuszczającej stację uzdatniania. Badania wykonuje się raz w tygodniu (badania fizyko - chemiczne) i 3 razy w tygodniu (badania mikrobiologiczne).

Jaki jest skład mineralny naszej wody?

Wodociągi są zobowiązane, by woda dostarczana do mieszkańców miała nie tylko odpowiednią czystość, ale także zawierała niezbędne minerały. Pułtuska woda czerpana jest ze studni czwartorzędowych, bogatych w związki mineralne. Nasza woda jest dobrej jakości, jest systematycznie badana, jej skład chemiczny często jest lepszy od wód butelkowych.

Czy możemy ją pić bezpośrednio z kranu?

Tak, nasza woda nadaje się do picia. Wymagania stawiane wodzie przeznaczonej do spożycia przez ludzi określa rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 7 grudnia 2017 roku. Wymogi obowiązujące w Polsce są tak samo szczegółowe

jak w Unii Europejskiej, a normy dotyczące niektórych wskaźników są u nas surowsze, niż w innych krajach.

Należy jednak pamiętać, że Przedsiębiorstwo nie może zagwarantować zadowalającego stanu instalacji sanitarnych nienależących do naszej sieci, a eksploatowanych przez odbiorcę wody. Teoretycznie możliwe jest występowanie w wodzie zwiększonej liczby bakterii rozwijających się w starych lub od dawna nieużywanych instalacjach przez odbiorców. Jest to jednak zjawisko rzadko spotykane i problem ten prawdopodobnie nie dotyczy konsumentów regularnie korzystających z dostępu do wody.

Najczęstsze awarie pułtuskiego wodociągu?

Awarie sieci wodociągowej są niechcianym, ale nieuniknionym problemem w jej eksploatacji. Najczęstszą przyczyną są awarie stopniowe, które powstają powoli na skutek nieodwracalnych zmian właściwości pierwotnych materiału w wyniku zużycia technicznego, zmęczenia bądź starzenia. Pracujące sieci wodociągowe są układami hydraulicznymi i dynamicznymi o ciągle zmieniających się parametrach ciśnienia i napięciach przepływu. Powoduje to zmęczenie materiału rur i armatury, a także obniżenie lub utratę jego wytrzymałości. Nie każda awaria powstała w sieci wodociągowej powoduje przerwę w ciągłości dostaw wody do odbiorców, co również utrudnia jej zlokalizowanie. W 2018 roku zmierzaliśmy się z sytuacją poważnej awarii wodociągowej, gdzie uszkodzeniu uległa główna nitka wodociągu przy ul. Kościuszki.

Na okres kilkunastu godzin wody zostało pozbawionych ponad 80% odbiorców. Dzięki zaangażowaniu pracowników PWiK i sprawnemu zarządzaniu sytuacją kryzysową dostawy wody zostały przywrócone

po 17. godzinach od wystąpienia zdarzenia

Ile wody zużywa nasze miasto? Czy zarazem powiat? Czy to odrębne wodociągi? Duże zużycie czy w normie?

W 2018 r. PWiK zaopatrywało w wodę mieszkańców Pułtusa oraz wsie: Jeżewo, Kacice, Lipniki, Płocochowo, Grabówiec. Obsługujemy również wodociąg w Trzcińcu, z którego zaopatrywanych jest 14 wsi należących do naszej gminy. Produkcja wody to ok. 3500 m<sup>3</sup>/d, co w przeliczeniu na 1 mieszkańca daje nam „średnią krajową”.

Na co użytkujemy wodę w naszym mieście? To można zbadać?

Pułtusk to miasto bez dużego przemysłu. Woda, która płynie do konsumentów jest wykorzystywana głównie do celów gospodarczych - bytowych, świadczy o tym jakość dopływających do oczyszczalni ścieków. Ścieki te mają parametry charakterystyczne dla ścieków gospodarczych - bytowych.

Gorące lato - walka o wodę?

Polska to kraj o jednym z najniższych zasobów wodnych w Europie. Załedwie 2,5% światowych zasobów wody to woda słodka, a mniej niż 0,01% stanowi woda pitna odnawialna dzięki odpadom.

Oszczędzać wodę należy również w Pułtusk. W ciągu roku produkcja wody PWiK to ok. 3500 m<sup>3</sup>/d. Włeciej jednak to zużycie jest znacznie większe. Dochodzi nawet do ok. 6000 m<sup>3</sup>/d. Przy długotrwałych upałach stacja uzdatniania osiąga blisko 100% wydajności.

Wodę należy oszczędzać na wiele sposobów. Przede wszystkim warto przeanalizować, ile wody zużywamy w łazience, kuchni, pralni oraz na zewnątrz.

Ścieki. Skąd one płyną do oczyszczalni? Czy gospodarce, może przemysłowe?

Dużo ich w stosunku do użytkowników?

Ścieki dopływają do oczyszczalni ze skanalizowanej części Pułtusa kolektorem sanitarnym. PWiK obecnie realizuje projekt, który służy zwiększeniu stopnia skanalizowania. W ramach projektu „Inwestycja Sieci Kanalizacyjnej i Obróbki Osadu w Mieście Pułtusk” zostanie wybudowane około 10 km sieci kanalizacyjnej.

Dopływające ścieki mają typowy charakter ścieków gospodarczych - bytowych. Ścieki przemysłowe stanowią załedwie 5,2% wszystkich dopływających ścieków.

Czy były kiedykolwiek odstępstwa od normy w naszej wodzie?

Surowa woda pochodząca z naszego pułtuskiego ujęcia zawiera duże ilości związków żelaza i manganu. Występowanie tych związków w wodach głębinowych jest naturalnym zjawiskiem. Przed uruchomieniem SUW przy ul. Kościuszki, oraz w początkowym okresie jej funkcjonowania, zawartość manganu w wodzie była zbyt wysoka. W procesie uzdatniania wody związki manganu usuwane są na drodze filtracji przez złoża kwarcowe. Od kiedy złoża naszej stacji osiągnęły pełną sprawność, czyli od 1989 r., nie było przypadku stwierdzenia niezdatności wody do spożycia.

Zapachy wokół PWiK?

Problemem może być nieprzyjemny zapach, który czasami występuje wokół oczyszczalni. Uciążliwość zapachowa wiąże się z gospodarką osadową. Podejmowane są jednak codzienne działania w celu ograniczenia nieprzyjemnych zapachów, polegające na spryskiwaniu osadów ściekowych preparatem antyodorowym. Realizujemy również program ograniczenia powstających osadów. W tym celu przy współfinansowaniu ze środków Unii Europejskiej



Nasza kranówka nadaje się do picia

w ramach Programu Operacyjnego Infrastruktura i Środowisko zaplanowana jest modernizacja węzła odwadniania osadów ściekowych.

I czy nasza woda jest droga?

Woda jest tak naprawdę bezcennym surowcem, bez którego życie na naszej planecie byłoby niemożliwe. Woda, która jest dostarczana do naszych domów, musi mieć jednak jakąś cenę. Nowe regulacje prawne odebrały samorządom możliwość ustalenia taryf za wodę i ścieki. Powołano nową instytucję rządową, która zatwierdza wnioski taryfowe w całej Polsce. Tą instytucją jest Państwowe Gospodarstwo Wodne „Wody Polskie”. Od 1 czerwca 2019 r. do 31 maja 2020 r. cena za 1 m<sup>3</sup> zimnej wody to 3,21 zł/m<sup>3</sup>.

Czy PWiK podejmuje jakieś akcje podkreślające wpływ wody na ludzkie zdrowie? Akcje związane ze świadomością ekologiczną odnośnie wody... Uczniowie, seniorzy?

Przedsiębiorstwo chętnie i często podejmuje akcje podkreślające wpływ wody na ludzkie zdrowie. Uczciliśmy Światowy Dzień Wody - odbyła się prelekcja w Specjalnym Ośrodku Szkolno - Wychowawczym, jak również zachęcaliśmy do picia wody rozdzając butelki z wodą w szkołach i instytucjach publicznych. Braliśmy udział w tegorocznym pikniku ekologicznym, podczas którego szczególnie dzieciom przybliżyliśmy temat roli wody w życiu człowieka.

Czy goście państwa wycieczki szkolne, inne?

PWiK jest bardzo gościnną instytucją i otwartą dla wszystkich wycieczek. Bywają u nas zarówno wycieczki z przedszkola, jak również studenci wyższych uczelni, odbywający u nas praktyki zawodowe. Swoją wiedzę i doświadczeniem dzielimy się również ze stypendystami pułtuskich szkół, pomagając im w programach stypendialnych.

No to hop, szklanka wody!

GMD

## A TU JEST ŁADNIE

Wszędzie pięknie nie jest, ale spacerując przez Pułtusk, znajdziesz miejsca, o których możesz powiedzieć: TU JEST ŁADNIE

Warczące place budowy dają realną nadzieję na to, że tych ŁADNYCH miejsc będzie coraz więcej, tymczasem podkreślmy urodę fontanny i przy niej dobrze utrzymanych zieleńców pełnych kwiatów,

zerknijmy na Świętojańską, przy której mieści się BAR KROKIEC, dbający o wystroju okna wystawowego i tego co przed nim, a zarazem ulicy, zauważmy ciekawy „słupek” ogłoszeniowy przy MCKiS,

no i spójrzmy na bujne, ciekawie zestawione kwiaty na mostku ŚWIĘTOJĄNSKIM, i na dwu pozostałych.

Wspomnijmy jeszcze o budynku, w którym niegdyś mieścił się szpital, gdzie

galeria zdjęć - Pułtusk historycznie i współcześnie, oraz na przyszpitalną basztę - też ładną.

O innych miejscach wartych uwagi za tydzień.

GMD



## PŁOCIUSZEK

Pani Ania Kmiołek – Giza-  
ra, do niedawna nauczycielka  
w ZS im. Bolesława Prusa,  
od września będzie rządzić  
RUSZKOWSKIM. PŁOCIU-  
SZEK ubolewa nad tą dyrek-  
turą!!! Pani Ania to wspinała  
nauczycielka gastronomii, au-  
torka książek gastronomicz-  
nych, także wielu ciekawych  
projektów z dziedziny kuchni,  
spirytus movens gastrono-  
micznego PRUSA powinna  
dostać KATEDRĘ GASTRO-  
NOMII w swojej szkole, a nie  
ze swoją wiedzą udawać się  
na obczyzną pedagogiczną do  
techników!!! Tak myślimy, my  
PŁOCIUSZEK.

Jeden z naszych szczególnie  
ulubionych wójtów, wójt GMI-  
NY Pokrzywnica - pan Adam  
Dariusz Rachuba został od-  
znaczony medalem Za zasługi  
dla obronności kraju. No to  
gratulujemy. I oczekujcie nas,  
WÓJCIE.

Ewa W., którą lubimy (ale  
miała dizajn zeszłej soboty

– czarne szpile, czarne szor-  
ty, czarne wdzianko, czarne  
włosy, no, seksowna babeczka  
w czarnej barwie), powiedzia-  
ła nam tam, gdzie się spoty-  
kamy: „Nie jestem w pracy!  
Nie jestem w pracy!!!”. „Ewa  
– zakrzyknęliśmy – toż dziś  
sobota!”

Na Widok, gdzie powstaje  
zielona oaza rekreacyjna (ale  
końca nie widać) maszyny  
warczały do późnych godzin  
popołudniowych. A była  
sobota.

Cicho było na Traugutta,  
gdzie też powstaje zielona oza  
rekreacyjna. Mamy takie  
podejrzanie, że jak brygada  
jest na Widok, to nie ma jej  
na Traugutta, także na spa-  
cerniaku przy Trzeciaku i nad  
kanałkami, niestety. Robota  
jest więc taka rwana, ale po-  
mału idzie do przodu. Oby do-  
człapała do grudnia bieżącego  
roku. Bo już, jak to się mówi,  
my pułtuszczenie przebiegamy  
nogami z ciekawości, co się  
nam ukaże.

W związku z przebieganiem  
nogami... A chodzi o WC.

Rzadko przebiegamy będąc na  
mieście, właściwie drugi raz  
w życiu przebiegaliśmy. Raz  
w UM i było miło. A niedawno  
udaliśmy się do ZUS Inspek-  
torat Daszyńskiego 4. Pozdro-  
wiliśmy petentów i pracow-  
ników, a najuprzejmiej pana sie-  
dzącego wygodnie za szybą,  
już chcieliśmy skierować się  
do toalety, kiedy usłyszeliśmy:  
„Obowiązuje numer”. „Do  
toalety?” – zdziwiliśmy się  
niepomniernie. Usłyszeliśmy:  
„To nie jest toaleta publiczna”.  
To wiedzieliśmy na mur (ale  
i to, że byli szczęśliwcy zasia-  
dający na tamtejszym sedesie),  
ale mężczyzna za szybą nie  
wiedział, że kultura, a i empa-  
tia, niekiedy bierze górę nad  
„To nie jest toaleta publiczna”.  
No i facet nie znał powiedze-  
nia – no, prawie złotej myśli  
– że śmierć i g... to nie czeka.  
Co jeszcze w tej sprawie? Do  
domu doszliśmy spokojnym  
krokiem, ale z myślą do ewen-  
tualnie przebiegających no-  
gami: „Tam nie chodźcie, nie  
chodźcie tą ulicą...”.

Nasza wieża ratuszowa,

piękna, smukła dama z XVI  
wieku, przejdzie lifting. Od  
19 sierpnia do końca paździer-  
nika będzie remontowana.  
Koszt? 488 280, 53 zł brutto.  
Renowacji i konserwacji pod-  
dane będą: ściany zewnętrzne,  
stolarka okienna, zadaszenie,  
narożniki i parapety.

A do siedliska LELUJA  
w GMINIE Obryte właście-  
cielka pięknej posiadłości, pa-  
ni Monika Anna, zaprasza na  
niedzielne obiady pod chmur-  
ką. Zupa? Z domowych ogór-  
ków kiszonych – 15 zł. Danie  
główne? De volaille z bezami  
ziemniaczanymi – 25 zł. Chru-  
piące placki z cukinii w sosie  
pieczarkowym – 25 zł. Deser?  
Racuchy z jabłkami i śmietaną  
– 15 zł. Tak, jest i przystawka.  
A wszystko, że palce lizać.  
Teraz gabaryty. Przypomina-  
my, że gabaryty odbierane są  
(TBS) jedynie dwa razy do  
roku – w kwietniu i paździer-  
niku. Poza terminem przed-  
mioty gabarytowe wywozimy  
na własny koszt i we własnym  
zakresie.

GMD



## PUŁTUSK WIDZĘ

## ... JAKIE MŁODZIEŻY CHOWANIE

Macie w pamięci senten-  
cję Jana Zamoyskiego „Takie  
będą Rzeczypospolite, jakie  
młodzieży chowanie?”. Jasne,  
że pamiętacie, niektórzy. Nie-  
którzy też mając z tyłu głowy  
ową złotą myśl, nie wcielają jej  
w życie, w domowe życie, a to  
związane jest przecież z wy-  
chowaniem i swoich dzieci,  
i swoich wnuków. Tych naj-  
bliższych dzieci.

WYCHOWANIE TO  
SZTUKA NAD SZTUKI.  
Tak wielka, że niektórzy nie  
decydują się na dzieci, twier-  
dząc, że nie poradzą sobie i z  
ich wychowaniem, i z lękiem  
o to, co je czeka we współ-  
czesnym świecie aż kipią-  
cym od agresji i nienawiści.  
Niepewności.

No, człowiek człowiekowi  
wciąż wilkiem. WILKIEM!  
Najpierw jest wilczkiem, nie-  
dorostkiem, który pomału, nie  
niepokojony przez dorosłych

osobników, pozostawiony bez  
nadzoru, ROZPATRUJE TE-  
REN i staje się... wilkiem.

My przyjrzyjmy się obraz-  
kom z wilkami i wilczkami.  
Oto pierwszy pułtusk obrazek.  
Mówi Ewa. – Stoję w jed-  
nym z banków w naszym mie-  
ście. Sporo ludzi. Wśród nich  
dwaj chłopcy, bracia, gdzieś 8  
i 10 lat. W rękach mają pisto-  
lety, machają nimi, biegają, są  
głośni. W pewnej chwili mie-  
rzą z BRONI do pracownicy  
bankowej, do kasjerki. Ewa  
zwraca chłopcom uwagę, ale  
mama nie reaguje, chłopcy też.  
Kolejkowicze kierują do siebie  
porozumiewawcze spojrzenia,  
które można odczytać jako  
wezwanie o pomoc do nieba,  
bo ZIEMIA nie reaguje.

Czy ktoś mamie mówił, że  
nie można celować do ludzi?  
I czy mama wie, że w miej-  
scach publicznych zachowu-  
jemy się cicho i z kulturą?

Pewnie nie, bo mama nie  
przekazała tych nauk swoim  
synom.

Oto drugi pułtusk obrazek.  
Parking przed Lidlem. Ze średniej klasy samochodu,  
całkiem nietaniego, wycho-  
dzą rodzice z synkiem, może  
siedmioletnim. Nie wyglądają  
na prostaków, ale już wiemy  
– pozory mylą. Chłopczyk  
podskakuje na chodniku –  
w niczym przechodniom nie  
przeszkadza. Radosny taki...  
Na to tata: - Bartek uważaj, bo  
się wyje...esz!!

Oto trzeci pułtusk obrazek.  
Piękne miejsce na pułtuskiej  
mapie – fontanna koło Magda-  
lenki, długi i piękny pas kwia-  
tów, zielony trawnik wokół  
wodotrysku. Niedaleko wypo-  
życzalnia quadów. Dzieci jeź-  
dzą więc wokół fontanny i po  
trawie. Rozjeżdżają ją, wpa-  
dają na siebie i na przechod-  
niów. Wrzeszczą, a na ławkach

przysiedli starsi ludzie, którzy  
chcą porozmawiać, poczy-  
tać... Rodzice rajdowiczów  
nie reagują i nie interweniują.  
Mało którzy kierują dziecko  
z quadem na wały, gdzie bez-  
pieczniej i dla dziecka, i dla  
przechodniów.

Oto czwarty pułtusk obrazek  
z warszawiakami w tle. Pozytywny obrazek. Na obóz  
tenisowy w zamku, w odwie-  
dziny do syna i córki, przyjeź-  
dza znany warszawski dzien-  
nikarz z żoną. Zasiadają przy  
kawie w towarzystwie tren-  
era. W pewnym momencie do  
stolika podchodzi syn, czeka.  
Przerwa w rozmowie doro-  
słych. Dziennikarz podnosi  
oczy na syna. Syn, wypowia-  
dając jedno z czarodziejskich  
słów – przepraszam - zwraca  
się do ojca z pytaniem.

Oto piąty pułtusk obrazek.  
Babcia prowadzi dwoje wnu-  
cząt. Jedno z nich, chłopczyk,

marudzi, ociąga się. Kobie-  
ta łapie go za rękę i ciągnie.  
Dziecko wyrwa się, babcia  
wali go dłonią w twarz. „Nie  
będę ci mówić tysiąc razy, że-  
byś szedł szybciej!” – krzyczy  
kobieta.

Oto szósty pułtusk obrazek.  
Osiedlem TYŚCIĄCE-  
CIA przemieszczają się dzie-  
ci, trzymając się kolorowego  
WĘŻA. Na jego początku  
idzie CIOCIA, na końcu też.  
W środku węża, z trudem,  
człapie chłopczyk pociągając  
nogą - ma rozwiązane sznu-  
rowadło. „Ciociu, ciociu!” –  
wola. Obie ciotce rozmawiają  
przez telefony.

Starczy, chociaż OBRAZ-  
KÓW u nas pod dostatkiem.  
Obrazków pod wspólnym  
hasłem: NACZYŃIA PO-  
ŁĄCZONE albo rzecz  
o wychowaniu.

Wnioski? Nauki? Tylko  
jedno – złota myśl: Czym

skorupka za młodu nasiąk-  
nie, tym na starość traci. Ba,  
ale zanim dotrwa do starości,  
dając się we znaki, całe doro-  
słe życie będzie TRĄCIŁA,  
utrudniając życie bliskim  
i społeczeństwu.

A potem się dziwimy, że  
uczeń nauczycielowi założył  
kosz na śmieci na głowę, że  
wnuk posługiwał się przemo-  
cą w stosunku do babci, wy-  
muszając od niej pieniądze na  
alkohol i narkotyki, że nieletni  
– w Płocku – podczas MAR-  
SZU RÓWNOŚCI używali  
wyrazów ogólnie uznanych za  
obraźliwe.

A tak już na KONIEC po-  
wiedzmy jasno. Rodzice pra-  
gną, żeby dzieci nauczyły się  
odróżnić dobro od zła. Ale jak,  
kiedy często sami, robią dziec-  
ku to, przed czym je przestrze-  
gają. Drą się na dzieci, żeby  
„nauczyć”, aby nie krzycz-  
ały, szarpia je i popychają, aby  
„nauczyć”, że nie wolno  
nikogo bić, stosują przemoc  
ciągnąc za uszy i okładając  
po głowie, żeby pociechy  
tej przemocy nie stosowały,  
wyzywają je, aby „nauczyć”  
dzieci, że nie można wyzywać  
i obrażać.

GRAŻA

## A TO CIEKAWE...

## JUŻ SIĘ CIESZĘ, CZYLI PORTRETY PRZYJECHAŁY



Historyczne sceny zamkowe

- Zaczęliśmy od  
namalowania  
dziesięciu portretów  
najznamienitszych  
biskupów, związanych  
z budową zamku w  
Pułtusku – wprowadza  
mnie w temat dyrektor  
Domu Polonii Michał Kisiel

Portrety powstały już  
w ubiegłym roku, na razie  
wiszą w hotelowej recepcji.  
Wszystkie opatrzone stosow-  
nymi informacjami. Z cieka-  
wieni są nimi i turyści, i mie-  
szkańcy Pułtusa. Biskupi...  
Więcej o sportretowanych,  
zasłużonych dla pułtuskiego  
zamku znajdziemy w „Zary-  
sie dziejów zamku pułtuskie-  
go” autorstwa ks. dra Dariu-  
sza Kisiele. Tymczasem słu-  
cham dyrektora Kisiele:

– Jeden z biskupów bu-  
dował, drugi rozbudowy-  
wał, trzeci dobudował most,  
czwarty coś jeszcze i tak

przez wieki znacząco wsła-  
wiło się dziewięciu bisku-  
pów. A było ich wszystkich  
około 50. od czasu, kiedy to  
gród i ogromny obszar wokół  
dzisiejszego Pułtusa Konrad  
Mazowiecki przekazał  
biskupom płockim, tytułu-  
jącym się potem książętami  
pułtuskimi.

Tu jako pierwsze pada na-  
zwisko biskupa Pawła Giżyc-  
kiego, tego, który ufundował  
bazylikę kolegiacką Zwiasto-  
wania NMP i wybudował za-  
mek. – W tym roku obchodzi-  
my 590-lecie budowy nasze-  
go zamku – podaje M. Kisiel,  
który postanowił uwiecznić  
również tych, którzy w prze-  
szłości bywali na zamkowych  
komnatkach. A było ich, że ho-  
ho. – Przez 600 lat do tego  
zamku przyjeżdżali i królo-  
wie, i carowie Rosji, i wielu  
możnych tamtego świata. Po-  
stanowiłem wszystkie te po-  
staci historyczne uwiecznić.  
I tak powstały 22 portrety

postaci historycznych – od  
Wazów, którzy tu bywali, po  
osoby powszechnie znane jak  
Napoleon czy Kochanowski.  
To jeszcze nie są wszystkie  
portrety... A wykonali je na-  
si rodacy z Grodna, artyści  
malarze, ludzie po studiach  
malarskich na Wschodzie.

Portrety już niedługo znaj-  
dą swoje miejsce w sieni głównej  
zamku. To już tylko kwestia do-  
pasowania portretów do ram...  
- Już się cieszę, żeby obejrzeć  
te obrazy, właśnie przyjechały  
na zamek... - informuje dyrek-  
tor Kisiel. A mamy 13 sierpnia  
2019 roku.

Kisiel cieszy się nieustannie,  
wciąż doznaje radości z pomy-  
słów i wcielania ich w życie.  
Mówi, że to wynika z miłości  
do miasta, które wciąż zaska-  
kuje i wciąż odkrywa swój  
skarby - a to malowidła pod  
chołem bazyliki, a to moneta  
wykopana z ziemi, a to pieczę-  
cie cechowe...

GMD



Od lewej stoją: szef działu prawnego niemieckiego MSZ Friedrich Gauss, niemiecki minister spraw zagranicznych Joachim von Ribbentrop, Józef Stalin oraz minister spraw zagranicznych ZSRS Wiaczesław Mołotow.

**80.** rocznica IV rozbioru Polski

# Koktajl Ribbentropa i Mołotowa

23 sierpnia 1939 r. w Moskwie przy okazji podpisania „Paktu o nieagresji pomiędzy Rzeszą Niemiecką i Związkiem Socjalistycznych Republik Rad”, pełnomocnicy Niemiec i ZSRR - Joachim Ribebbentrop, minister spraw zagranicznych III Rzeszy, oraz Wiaczesław Michajłowicz Mołotow - Przewodniczący Rady Komisarzy Sowieckich, podpisali pakt o nieagresji. Jednocześnie podpisano tajny protokół dodatkowy, który oznaczał dla Polski ponowne rozbiory



Uścisk dłoni oficerów Wehrmachtu i Armii Czerwonej w Lublinie 1939

Podpisane dokumenty były de facto decyzją obu totalitaryzmów o rozpoczęciu II wojny światowej. Hitler zyskał oto sojusznika (i czas!) i nie musiał się obawiać porozumienia Zachodu z ZSRS. Mógł w miarę bez ryzyka zrealizować plan ataku na Polskę, który został opracowany już w kwietniu. Stalin natomiast zyskiwał przyczółek do planowanego ataku na Europę. Mógł także stworzyć na polskich ziemiach organizacje prokomunistyczne legitymujące jego poczynania oraz doprowadzić do zagłady Polski, która była istotną przeszkodą w komunistycznym podboju imperialistycznej Europy.

## Gra Stalina

Stalin wyjaśnił przyczyny podjęcia takiej decyzji na posiedzeniu Biura Politycznego WKP w dniu 19 sierpnia:

Jeżeli zawrzemy układ o wzajemnej pomocy z Francją i Wielką Brytanią, Niemcy zrezygnują z Polski i zaczną szukać modus vivendi z państwami zachodnimi. Wojnie się zapobiegnie, ale w przyszłości wydarzenia mogą

przyjąć obrót niebezpieczny dla ZSRR. Jeżeli przyjmiemy propozycję Niemiec i zawrzemy z nimi pakt o nieagresji, Niemcy, oczywiście, napadną na Polskę, a wtedy przystąpienie do tej wojny Francji i Anglii będzie nieuniknione. Europę Zachodnią ogarną poważne niepokoje i zamieszki. W tych warunkach będziemy mieli duże szanse pozostania na uboczu konfliktu i przystąpienia do wojny w dogodnym dla nas momencie (...).

Towarzysze! W interesie ZSRS - Ojczyzny Mas Pracujących, jest, by wojna wybuchła pomiędzy Rzeszą i kapitalistycznym blokiem angielsko-francuskim. Należy





zrobić wszystko, żeby ta wojna ciągnęła się jak najdłużej, po to, by obie strony nawzajem się wyniszczyły. Właśnie dlatego powinniśmy się zgodzić na zawarcie zaproponowanego przez Niemcy paktu, i pracować nad tym, by ta wojna, gdy już zostanie wypowiedziana, trwała jak tylko można najdłużej.

#### Wiarołomni sojusznicy

II Rzeczpospolita miała podpisane umowy sojusznicze z Wielką Brytanią oraz Francją. Już 27 sierpnia kopia tajnego protokołu do paktu była znana ministrowi spraw zagranicznych Wielkiej Brytanii Edwardowi Woodlordowi. Brytyjczycy otrzymali go od Amerykanów. Ambasador USA w ZSRR Charles Bohlen otrzymał go od niemieckiego antyfaszysty Heinricha Herwartha von Bittenfelda - sekretarza ambasadora niemieckiego w Moskwie. Dzień później o protokole byli poinformowani już Francuzi, ale nikt nie przekazał jego kopii Polakom! Co więcej Brytyjczycy oraz Francuzi w przededniu wojny przekonywali Polaków, aby ci opóźnili mobilizację i przyjęli warunki Niemców, wprowadzając dezorganizację i chaos w przygotowaniach do odparcia ataku. Te działania, oraz zatajenie treści tajnego protokołu do paktu, przyczyniły się do szybszej klęski militarnej Polski oraz do załamania się znaczenia polskiej dyplomacji na arenie międzynarodowej.

Już wcześniej sojusznicy Polski spisali ją na straty.

#### IV rozbiór Polski

Choć zmieniły się ustroje w Rosji i państwach niemieckich, to myślenie o geografii politycznej pozostało to samo. IV rozbiór Polski, sporządzony na papierze 23 sierpnia 1939 r., a skonsumowany przez Niemcy i Austrię (teraz wspólnie jako III Rzesza) 1 września, a przez Rosję (teraz już sowiecką, a nie carską) 17 września. Przypieczętowaniem tego rozbioru była wspólna Parada zwycięstwa Wehrmachtu i Armii Czerwonej w Brześciu Litewskim, która odbyła się już 22 września, mimo że

w Polsce nadal trwały walki. 23 sierpnia obchodzony jest Dzień Pamięci Ofiar Reżimów Totalitarnych w Europie, znany również jako Międzynarodowy Dzień Czarnej Wstążki. Święto ustanowione zostało w 2009 r. przez Radę Europy.



**Robert Szydlik**

Autor jest dziennikarzem, heraldykiem i samorządowcem. W swoim dorobku ma herby, flagi, sztandary i pieczęcie dla kilkudziesięciu jednostek samorządowych w Polsce. Projektował też medale (m.in. Krzyż Zachodni, medal Pro Bono Poloniae). Członek Komisji Heraldycznej przy MSWiA i Rady ds. Numizmatycznych NBP. Współpracownik Senatora RP prof. Jana Żaryna. Blisko związany z naszą redakcją od 1996 r.



**Frontowe spotkanie sojuszników. Niech żyje wieczna(?) przyjaźń niemiecko-sowiecka!**

## Pakt o nieagresji między Niemcami a ZSRR

**Rząd ZSRR i Rząd Niemiecki kierując się pragnieniem utrwalenia sprawy pokoju między ZSRR a Niemcami oraz wychodząc z podstawowych założeń paktu o neutralności, zawartego między ZSRR a Niemcami w kwietniu 1926 r., wyraziły zgodę na następujące porozumienie.**

**Art. I.** Obie umawiające się Strony zobowiązują się do powstrzymania się od wszelkiej przemocy, od wszelkich aktów agresji i wszelkich napaści we wzajemnych stosunkach zarówno oddzielnie, jak i łącznie z innymi państwami.

**Art. II.** W przypadku gdy jedna z umawiających się Stron stanie się obiektem działań wojennych ze strony państwa trzeciego, druga umawiająca się Strona nie okaże temu państwu poparcia w żadnej formie.

**Art. III.** Rządy obydwu umawiających się Stron pozostają w przyszłości we wzajemnym kontakcie dla konsultacji w celu wzajemnego informowania się w kwestiach, dotyczących ich wspólnych interesów.

**Art. IV.** Żadna z umawiających się Stron nie weźmie udziału w jakimkolwiek ugrupowaniu państw, które bezpośrednio lub pośrednio jest skierowane przeciwko drugiej Stronie.

**Art. V.** W razie powstania sporów lub konfliktów między umawiającymi się Stronami w sprawach tego lub innego rodzaju obie Strony będą rozstrzygać te spory lub konflikty wyłącznie przez przyjazną wymianę poglądów albo w razie potrzeby przez ustanowienie komisji dla uregulowania konfliktu.

**Art. VI.** Pakt niniejszy zostaje zawarty na lat dziesięć, z tym, że o ile jedna z umawiających się Stron nie wypowie go na rok przed upływem terminu, termin mocy obowiązującej tego paktu uważać się będzie za przedłużony automatycznie na następne pięć lat.

**Art. VII.** Pakt niniejszy podlega ratyfikacji w możliwie najkrótszym terminie. Wymiana dokumentów ratyfikacyjnych powinna nastąpić w Berlinie. Pakt wchodzi w życie niezwłocznie po jego podpisaniu.

**Sporządzony w dwóch oryginałach w języku rosyjskim i niemieckim, w Moskwie, 23 sierpnia 1939 r.**

**Podpisali: Z upoważnienia Rządu ZSRS W. Mołotow  
W imieniu Rządu Rzeszy Niemieckiej J. Ribbentrop**

## Tajny protokół dodatkowy

1. W wypadku nastąpienia terytorialnych lub politycznych zmian na terenach należących do państw bałtyckich (Finlandia, Estonia, Łotwa i Litwa) północna granica Litwy stanowić będzie granicę pomiędzy strefami interesów Niemiec i ZSRR. W związku z tym obie strony uznają interesy Litwy w rejonie Wilna.

2. W razie zmian terytorialnych i politycznych na obszarach należących do państwa polskiego, strefy interesów Niemiec i ZSRR będą rozgraniczone mniej więcej wzdłuż linii rzek Narwi, Wisły i Sanu. Zagadnienie, czy interesy obu stron czynią pożądanym utrzymanie odrębnego państwa polskiego i jakie mają być granice tego państwa, może być ostatecznie rozstrzygnięte dopiero w toku wydarzeń politycznych. W każdym razie oba rządy rozważą tę sprawę w drodze przyjaznego porozumienia.

3. Jeżeli idzie o Europę południowo-wschodnią to strona radziecka podkreśla swoje zainteresowanie Besarabią. Ze strony niemieckiej stwierdza się zupełne desinteressement odnośnie tego terytorium.

4. Protokół niniejszy traktowany będzie przez obie strony jako ściśle tajny.

**Za rząd Rzeszy Niemieckiej J.J. Ribbentrop  
Za rząd ZSRS W. Mołotow**

REKLAMA

**Nowa  
inwestycja.  
Domy  
Wieliszew.**



**od 4158 zł/m<sup>2</sup>**

**osiedlepixel.pl**

**506 444 100**

# „Tour Bitwy Warszawskiej 1920” widziany obiektywem



Dawnych kolarskich wspomnień czar. Mimo upływu lat Jarosław „Panczen” Chojnacki (z lewej) i Lechosław Michalak dalej na rowerach, „dotrzymują koła” znacznie młodszemu cyklistom. Pan Leszek (rocznik 1956) to m.in. reprezentant Polski na Wyścigach Pokoju, mistrz kraju w kolarstwie szosowym z roku 1984, i zwycięzca Tor de Pologne z roku 1977.

Fot. foto



Dzisiejsze ściganie to także sztuka pokonywania w wysokim tempie zakrętów

Fot. fotoMiD



Adrian Banaszek wygrał wyścig główny „Tour Bitwa Warszawska 1920”, z Radzymina do Płocka (215 km), był najszybszy także na Torze Modlinie. Do kolarskiego hat-tricka zabrakło

Fot. fotoMiD



D010 – Tryptykowi kolarstwu „Tour Bitwy warszawskiej 1920” towarzyszyły wyścigi dla najmłodszych adeptów tej dyscypliny sportu. Oni też byli dekorowani m.in. w Radzyminie, Modlinie, Legionowie....

Fot. fotoMiD





fot. Ewa Gruszka



fot. Ewa Gruszka



Pomysłodawca i dyrektor imprezy oddającej hołd bohaterom Bitwy Warszawskiej z 1920 roku, Dariusz Banaszek zamieniał się momentami w spikera imprezy. N/Z w rozmowie z Lechosławem Michalakiem

Fot. fotoMiD



Są kolarze, są kibice, są rozmowy

Fot. fotoMiD



Czołowa trójka legionowskiego kryterium

Fot. fotoMiD

BURMISTRZ NOWEGO DWORU MAZOWIECKIEGO ZAPRASZA

# 80. ROCZNICA BOHATERSKIEJ OBRONY MODLINA Z WRZEŚNIA 1939 ROKU

14-15 WRZEŚNIA 2019 ROKU, TWIERDZA MODLIN



**14 WRZEŚNIA  
2019 ROKU (SOBOTA)**  
« POGRZEB 18 OBROŃCÓW MODLINA  
POLEGŁYCH WE WRZEŚNIU 1939 ROKU »

**15 WRZEŚNIA  
2019 ROKU (NIEDZIELA)**  
« PIKNIK HISTORYCZNY  
- OBRONA MODLINA WE WRZEŚNIU 1939 ROKU »

» GODZ. 12.00 – KOŚCIÓŁ PARAFII P.W. ŚW. BARBARY W MODLINIE TWIERDZY (UL. SZPITALNA 69)  
UROCZYSTY POGRZEB 18 ŻOŁNIERZY WOJSKA WPOLSKIEGO, POLEGŁYCH WE WRZEŚNIU  
1939 ROKU, ODNALEZIONYCH NA TERENIE STOCZNI MODLIN – MSZA ŚWIĘTA.

» GODZ. 13.15 – PRZEMARSZ Z KOŚCIOŁA PARAFII P.W. ŚW. BARBARY  
NA CMENTARZ WOJENNY W MODLINIE TWIERDZY.

» GODZ. 13.30 – POCHÓWEK POLEGŁYCH ŻOŁNIERZY NA CMENTARZU WOJENNYM  
W MODLINIE TWIERDZY (UL. SZPITALNA 69).

» GODZ. 10.00 – UROCZYSTOŚCI UPAMIĘTNIAJĄCE SAMOZATOPIENIE FLOTYLLI WIŚLANEJ  
(TABLICA PAMIĄTKOWA I PORTU MARYNARKI WOJENNEJ,  
UL. KSIĘSTWA WARSZAWSKIEGO, GARNIZON MODLIN – WJAZD C)

» GODZ. 12.00 – PIKNIK HISTORYCZNY „80. ROCZNICA OBRONY MODLINA Z WRZEŚNIA 1939 ROKU”  
– STANOWISKA REKONSTRUKTORÓW, OBÓZ WOJSK POLSKICH Z 1939 ROKU, STREFA NIEMIECKA,  
STOISKA PROMOCYJNE JEDNOSTEK WOJSKOWYCH, STOISKA GASTRONOMICZNE I HANDLOWE  
(BRAMA PÓŁNOCY, UL. GEN. J. BEMA 200C, RAWELIN, GARNIZON MODLIN – WJAZD A)

» GODZ. 15.00 – REKONSTRUKCJA HISTORYCZNA – OBRONA MODLINA W 1939 ROKU  
(BRAMA PÓŁNOCY, UL. GEN. J. BEMA 200C, RAWELIN, GARNIZON MODLIN – WJAZD A)

ORGANIZATORZY:



INSTITUT  
PAMIĘCI  
NARODOWEJ



6 Mazowiecka  
Brygada Obrony  
Terytorialnej



PARTNER STRATEGICZNY:



PATRONI MEDIALNI:



LATO 2019

# ZDROWIE I URODA

Skóra każdej i każdego z nas wymaga niewątpliwie indywidualnego podejścia. Co więcej, o cerę warto dbać niezależnie od pory roku czy warunków atmosferycznych, której panują za oknem. Jednak to w okresie letnim najczęściej spotykamy się z wieloma zaleceniami, dotyczącymi prawidłowej pielęgnacji skóry. A wynika to oczywiście z mocnego działania promieni słonecznych, które mają negatywny wpływ na naszą cerę.

## Odpowiedzialne dbanie o urodę w okresie letnim – czyli jakie?

CZYTAJ NA STRONIE B/12



**Maria Gudyka-Piórkowska**  
Dr. n.med. pediatra - neonatolog  
Legionowo, Sienkiewicza 30  
601 593 502, 22 784 14 18



LEGIONOWO  
UL. JAGIELLOŃSKA 8A  
[www.semelle.pl](http://www.semelle.pl)

- pedicure leczniczy
- pękające stopy i dłonie
- wrastające paznokcie
- usuwanie odcisków i brodawek wirusowych
- protetyka paznokci
- modzele
- rogowiec

WIZYTY DOMOWE  
DARMOWE KONSULTACJE

**509 727 060**



**KARDIOLOG**  
specjalista chorób wewnętrznych  
**JOLANTA GAWRZYŃSKA**  
porady, recepty refundowane,  
EKG, Holter, ECHO, wizyty domowe  
Zapisy **22 774 05 00, 604 056 114**  
**Legionowo, Kolejowa 104 A**  
[www.kardiologwlegionowie.pl](http://www.kardiologwlegionowie.pl)

**Dr n.med ROBERT PIÓRKOWSKI**  
Gabinet ginekologiczny  
Legionowo ul. Husarska 9, blok 107  
**22 784 14 18, 601 391 910**



**medycyna estetyczna**  
**makijaż permanentny – microblading**  
**mezoterapia igłowa**  
**karboksyterapia**  
ul. Sobieskiego 27, Legionowo  
kom. 605 407 908



**MICHAŁÓW REGINÓW**  
UL. NOWODWORSKA 20  
05-119 LEGIONOWO  
tel. 22 77 22 777  
[biuro@perlasport.pl](mailto:biuro@perlasport.pl)

MODNE MIEJSCA  
**2009**  
STYLE SPOTS

LAUREAT  
KONKURSU  
MODNE MIEJSCA 2009  
W KATEGORII  
SPORT I RELAKS



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

# Odpowiedzialne dbanie o urodę w okresie letnim – czyli jakie?

Skóra każdej i każdego z nas wymaga niewątpliwie indywidualnego podejścia. Co więcej, o cerę warto dbać niezależnie od pory roku czy warunków atmosferycznych, której panują za oknem. Jednak to w okresie letnim najczęściej spotykamy się z wieloma zaleceniami, dotyczącymi prawidłowej pielęgnacji skóry. A wynika to oczywiście z mocnego działania promieni słonecznych, które mają negatywny wpływ na naszą cerę.

Co roku w okresie letnim wiele osób, które są związane zawodowo z dbaniem o urodę, apeluje o to, aby nie ekspozować zbyt często skóry na silne działanie promieni słonecznych. A już zwłaszcza bez wcześniejszego użycia preparatów z filtrami UV. Kosmetolodzy, dermatolodzy i lekarze medycyny estetycznej przestrzegają również, żeby w czasie silnego nasłonecznienia nie decydować się na intensywne kuracje gabinetowe. Ich wykonywanie może bowiem doprowadzić do pogłębienia problemów skórnych, a nie do ich zniwelowania. W ramach odpowiedzialnego dbania o urodę w okresie letnim warto postawić na delikatniejsze metody – zarówno profesjonalne, jak i domowe.

## Których kuracji gabinetowych unikać latem?

Wbrew pozorom, na liście zabiegów kosmetycznych, z których trzeba zrezygnować latem, nie znajdują się wyłącznie mniej lub bardziej inwazyjne metody. W czasie silnego nasłonecznienia należy unikać m.in. wykonywania depilacji laserowej, czyli bardzo popularnego sposobu usuwania zbędnego owłosienia. Sam

w sobie, wspomniany zabieg ma całkowicie bezinwazyjny przebieg. Niemniej, po jego wykonaniu skóra w obszarze poddawanej kuracji jest znacznie bardziej podatna na podrażnienia. Przeprowadzenie depilacji laserowej w okresie letnim grozi wystąpieniem nieestetycznych przebarwień czy nawet poparzeń.

Jeżeli więc chcemy usunąć zbędne owłosienie i skoryzować akurat z tej metody, powinniśmy to zrobić albo w okresie jesienno-zimowym, albo wcześnie wiosną. Podobnie będzie w przypadku innych zabiegów, w których stosuje się działanie lasera: redukcji trądziku, usuwania przebarwień, zamykania naczynek czy fotoodmładzania. We wszystkich tych terapiach do istotnych przeciwwskazań zalicza się m.in. świeżą opaleniznę oraz duże nasłonecznienie.

Ciepłe, letnie miesiące nie są również dobrym czasem na wykonywanie intensywnych zabiegów złuszczeniowych. Dotyczy to np. mikrodermabrazji diamentowej, czyli peelingu, który w sposób mechaniczny usuwa m.in. martwe komórki naskórki, zanieczyszczenia, zrogowaciałości, zaskórniki i nadmiar łojotoku. Przeprowadzenie takiej terapii na

świeżo opalonej skórze może sprawić, że zostaniemy pozbawieni naturalnej ochrony przed działaniem słońca. I nie pomoże tutaj nawet regularne stosowanie preparatów z filtrami UV. Nasza skóra będzie znacznie bardziej narażona na wystąpienie niepożądanych zmian, np. przebarwień.

## Jakie zabiegi są dobre na cieplejsze dni?

W czasie cieplejszych dni, kiedy słońce potrafi dać się nam we znaki, nie warto ograniczać się wyłącznie do ochrony skóry przed niekorzystnym promieniowaniem UV. Takie działania powinny oczywiście stanowić podstawę codziennej pielęgnacji domowej. Wśród zabiegów oferowanych przez kliniki urody znajdziemy jednak wiele kuracji kosmetycznych, które są idealną propozycją na lato. I nie chodzi tu jedynie o terapie wyszczuplające, modelujące i ujędrniające sylwetkę.

W okresie letnim świetnie sprawdzą się delikatne kuracje pielęgnacyjne i oczyszczające twarzy, m.in. oxybrazja, infuzja tlenowa oraz peeling kawitacyjny. Nieco większe nasłonecznienie nie stanowi również przeciwwskazania do terapii z użyciem toksyny botulinowej (botoksu). Co więcej, w ostatnich latach dużym zainteresowaniem cieszą się zabiegi wodorowe, które można nawet z powodzeniem łączyć z innymi metodami kosmetycznymi.

Nic więc nie stoi na przeszkodzie, aby również w czasie cieplejszych dni postawić na profesjonalne dbanie o urodę. Trzeba to po prostu robić z głową i najlepiej po wcześniejszej konsultacji z kosmologiem, dermatologiem lub lekarzem medycyny estetycznej, czyli osobą, która będzie wykonywała zabiegi w danym gabinecie.

Źródło: Qclinique.pl



USŁUGI KOSMETYCZNE WELLNESS  
**Podolog**  
Izabela Nowakowska

- usuwanie odcisków, modeli, nagniotków, brodawek
- kłamry na wrastające paznokcie
- rekonstrukcja paznokci
- leczenie stopy cukrzycowej
- leczenie stanów zapalnych
- pedicure specjalistyczny
- badania laboratoryjne

Pułtusk  
ul. Kościuszki 134b  
**517 704 405**



**KONSULTACJE ORTOPEDYCZNE**  
**dr Maciej Makowski**  
specjalista ortopeda-traumatolog  
starszy asystent Kliniki Chirurgii Urazowej  
Narządu Ruchu i Ortopedii CMKP w Otwocku

**Zakres konsultacji:**  
Terapia osoczem bogatopłtkowym (PRP) zmian zwyrodnieniowych stawów, tendinopatii (łokieć tenisisty, ostroga piętowa), zmian przeciężeniowych

terminy konsultacji: **poniedziałek, 2 września g. 16-19, Pułtusk, ul. Staszica 11**  
zapisy: **500 111 129 lub 509 146 703**

**GABINET ENDOKRYNOLOGICZNO GINEKOLOGICZNY**  
**22 784 81 98**  
**602 272 345**

L-wo ul. Zegrzyńska 11 A  
pon.- pt - całodobowo  
leczenie trądziku

**dr nauk med. Tadeusz Podsiadłowski**

# KERN

## SKLEP FRYZJERSKO - KOSMETYCZNY

### Chroń swoje włosy teraz i latem

#### ABC ochrony przeciwsłonecznej

Lato jest już z nami, a wraz z latem słońce. Czas zabezpieczyć się przed promieniami słonecznymi które mają szkodliwy wpływ na nasze włosy i skórę głowy.

**PAMIĘTAJ!**

**Wychodząc na zewnątrz zachowaj właściwą ochronę przeciwsłoneczną.**

Zmiany temperatury, różny skład wody i chlor nie są obojętne dla kondycji włosów i skóry głowy. Dodatkowo im bliżej lata tym częściej nasze włosy są wystawione na działanie promieni słonecznych.

Dlatego pronujemy wam najnowsze kosmetyki z linii **SUN LOVIN** włoskiej marki MAXIMA.

#### Szampon SUN LOVIN

To podstawowy kosmetyk, który powinien znaleźć się na półce w naszej łazience, doskonale oczyszcza włosy z soli morskiej i chloru. Dzięki witaminie E

zapewnia włosom ochronę na cały dzień.

Właściwości:

- regeneruje i odżywia włosy,
  - wzmacnia włókna włosów,
  - nadaje włosom przyjemny zapach,
  - nie obciąża włosów.
- Kosmetyk może być stosowany do ciała
- przedłuża opaleniznę.

#### Maska SUN LOVIN

Została specjalnie opracowana w celu utrzymania twoich włosów w dobrej kondycji dzięki zastosowaniu ekstraktów z jagody goji, aloesu i oleju słonecznikowego. Wysoka zawartość witaminy E i substancji czynnych intensywnie regeneruje i nawilża nasze włosy.

Dodatkowo filtry UV chronią je przed ponownym wysuszeniem zapewniając im połysk i delikatność.

#### Spray SUN LOVIN

To dwufazowy kosmetyk, który przyda ci się przed wyjściem na plażę jak i w trakcie pobytu na niej. Jak sama nazwa wskazuje odrzywka posiada dwie fazy:

- pierwsza chroni włosy przed promieniami UV,
- druga dzięki zawartym ekstraktom i witaminom intensywnie nawilża włosy.

Dzięki lekkiej formule ułatwia rozczesywanie włosów pozostawiając je błyszczącymi i miętymi w dotyku.



## Produkty do ochrony włosów

**MAXIMA**  
PROFESSIONAL

#### Szampon do mycia włosów i ciała

**35,00 zł**  
250 ml

Delikatnie myje skórę i włosy po pobycie na słońcu, usuwa sól i chlor. Nawilża i przywraca delikatność skórze i włosom

Zawiera ekstrakt z jagody goji, aloesu oraz oleju słonecznikowego, wzbogacony w witaminę E i filtry UV



#### Spray dwufazowy do włosów

**42,00 zł**  
200 ml

Zachowuje włosy miękkie i błyszczące. Tworzy barierę chroniącą przed silnym promieniowaniem słonecznym, solą, chlorem i wiatrem.

Zawiera ekstrakt z jagody goji, aloesu oraz oleju słonecznikowego, wzbogacony w witaminę E i filtry UV



#### Maska regenerująca do włosów

**36,00 zł**  
250 ml

Nawilża i regeneruje włosy przesuszone słońcem, wiatrem i wodą morską. Ułatwia rozczesywanie i dodaje blasku

Zawiera ekstrakt z jagody goji, aloesu oraz oleju słonecznikowego, wzbogacony w witaminę E i filtry UV



\*do wyczerpania zapasów



**NOWOŚĆ!**

Chronią włosy i ciało przed szkodliwym działaniem promieni słonecznych, soli, chloru i wiatru.

**99,90 zł**

## SUN LOVIN

**LETNI zestaw kosmetyków z ekstraktami z jagody goji, aloesu i oleju ze słonecznika. Z witaminą E i filtrami UV.**

- Szampon do mycia włosów i ciała 250 ml
- Maska regenerująca włosy 250 ml
- Spray dwufazowy do włosów 200 ml
- Torba na plażę Maxima\*
- Kapelusz\*

Kosmetyki dostępne w sklepach stacjonarnych **KERN** i w sklepie internetowym **www.kern.net.pl**

**ZAPRASZAMY**  
DO NASZYCH SKLEPÓW  
STACJONARNYCH

ORAZ DO SKLEPU  
INTERNETOWEGO  
[www.kern.net.pl](http://www.kern.net.pl)



**SKLEP**  
FRYZJERSKO - KOSMETYCZNY

#### CIECHANÓW

ul. Zielona Ścieżka 7  
tel. 608 060 716

#### LEGIONOWO

ul. Jagiellońska 16b  
tel. 796 988 800

Sprawdź nasze inne lokalizacje na [www.kern.net.pl](http://www.kern.net.pl)



## METALLIC

Najnowsze **METALLICZNE**  
odcienie farb do włosów



FARBA METALLIC 100 ml/ 20,90 zł

## Ziemniak tylko z wody? – czy Polacy potrafią wykorzystać potencjał kulinarny kartofli?

Jak wynika z badania przeprowadzonego na potrzeby kampanii „Ziemniaki czy kartofle? Wybierz, smakuj i jedz”, blisko 40% respondentów sięga po ziemniaki kilka razy w tygodniu, a u niemal 80% z nich są one nieodłącznym dodatkiem do obiadu. Z kolei prawie 20% młodych ludzi (15-39 lat) deklaruje gotowość do wyeliminowania kartofli ze swojego codziennego menu. Co więcej, ponad 85% ankietowanych wskazało, iż spożywa ziemniaki przede wszystkim w formie tradycyjnej – z wody. Czy Polakom brakuje więc pomysłów na ich przygotowanie?



– Ziemniak lub kartofel – ile sekretów i możliwości kulinarnych skrywa w sobie to warzywo? Polacy znają głównie jeden sposób ich wykorzystania w kuchni – gotowane ziemniaki serwowane w formie dodatku do obiadu. Tymczasem kartofle są wdzięcznym produktem, z którego można przygotować wiele zdrowych przekąsek oraz smacznych dań zarówno na spotkanie ze znajomymi, jak i lunch do pracy czy szkoły. Niestety, głównie w grupie ludzi młodych, można zauważyć tendencję do ograniczania spożycia tych warzyw, a nawet całkowite wyłączenie ich z diety lub sięganie po kartofle, ale jedynie w formie mocno przetworzonej – jak np. chipsy – mówi Aneta Łańcuchowska, dietetyk, ekspert II edycji kampanii „Ziemniaki czy kartofle”. – Ziemniaki to tradycyjnie polski produkt, który warto przywrócić do jadłospisu. Eliminowanie ich z naszego menu to duży błąd, ponieważ droga do zdrowego odżywiania wiedzie przez wzbogacenie codziennej diety, w miejsce wykluczania poszczególnych produktów. Ziemniaki, ze względu na bogactwo składników odżywczych i witamin, są odpowiednie dla osób młodych, starszych, a także tych, którzy dbają o formę i są aktywni fizycznie – dodaje dietetyczka.

### Na zdrowie!

Ziemniaki powinny pozostać nieodłącznym elementem codziennej diety – nie tylko z uwagi na walory smakowe, ale przede wszystkim na właściwości odżywcze i zdrowotne. Są świetnym źródłem potasu regulującego prawidłową pracę układu sercowo-naczyniowego oraz błonnika dającego uczucie sytości i wpływającego na procesy trawienne. W swoim składzie zawierają także wysokiej jakości białko oraz witamin z grupy B, które wpływają na dobrą kondycję układu nerwowego.

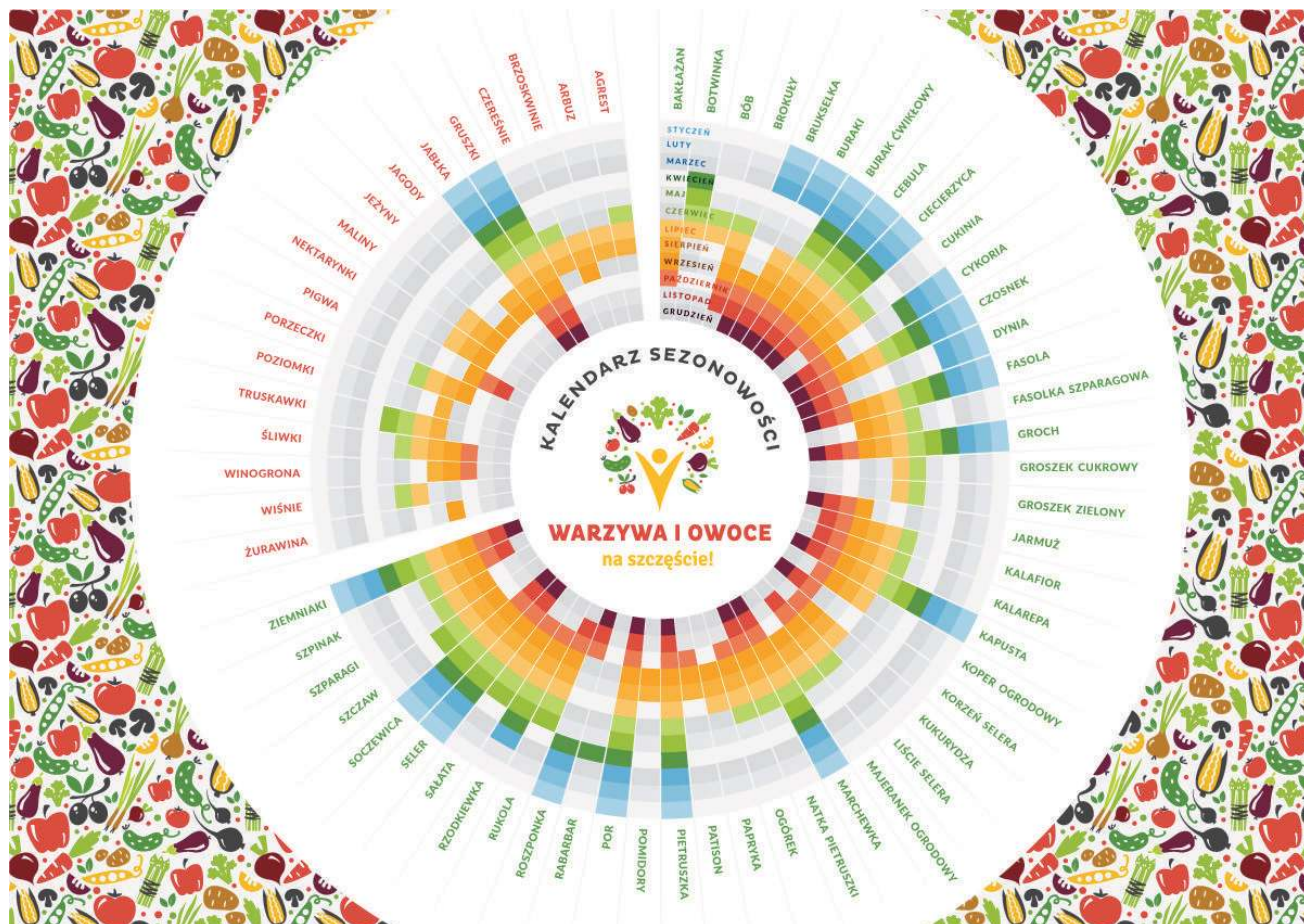
Kolejna edycja kampanii to nowe przepisy, zaskakujące smaki czyli ziemniaki, jakich jeszcze nie było

– W pierwszej edycji kampanii „Ziemniaki czy kartofle? Wybierz, smakuj, jedz” odwołaliśmy się przede wszystkim do tradycji spożywania ziemniaków w Polsce i ich wartości odżywczych oraz smakowych, wykorzystując motyw rywalizacji pomiędzy zwolennikami ziemniaków oraz kartofli. W tym roku, opierając się na badaniu zrealizowanym na potrzeby I edycji, chcemy dotrzeć zwłaszcza do ludzi młodych, którzy najczęściej rezygnują z kartofli, oraz osób dbających o formę, pokazując im, jakie korzyści dla zdrowia i masy ciała płyną z włączenia ziemniaków do codziennego jadłospisu. Mamy nadzieję, że poprzez konkretne propozycje kulinarne pokażemy Polakom, że kartofle mają wiele smaków, a ich odkrywanie to czysta uczta dla zmysłów – ważne, jaką technikę kulinarną wybierzemy oraz z jakimi dodatkami je połączymy – przekonuje Agnieszka Falba-Galkowska, Dyrektor Biura Federacji Branżowych Związków Producentów Rolnych, organizatora kampanii.

Ogólnopolska kampania informacyjno-edukacyjna „Ziemniaki czy kartofle? Wybierz, smakuj i jedz” sfinansowana jest ze środków Funduszu Promocji Owoców i Warzyw. Organizatorem kampanii jest Federacja Branżowych Związków Producentów Rolnych.



Więcej informacji o kampanii znajduje się na: stronie internetowej: [www.ziemniakicykartofle.com.pl](http://www.ziemniakicykartofle.com.pl) profilu na Facebooku: [www.facebook.com/ziemniakicykartofle](https://www.facebook.com/ziemniakicykartofle)



**Odpowiednio zbilansowana dieta oparta na produktach, jakie oferuje nam dana pora roku, może mieć znaczący wpływ na nasz dobrostan – zarówno fizyczny, jak i psychiczny. Sezonowe, świeże oraz lokalne warzywa i owoce zawierają najwięcej witamin, składników mineralnych oraz mają najwyższą wartość odżywczą. Dodatkowo ich doskonały smak, soczystość i aromat są prawdziwą ucztą dla podniebienia.**

Sezonowe warzywa i owoce to te, które dojrzewały w naturalnym czasie wegetacji, bez dodatkowej ingerencji człowieka. Dzięki temu zachowują wszystkie najcenniejsze mikroelementy, jak np.: witaminę C, witaminy z grupy B, karotenoidy, potas czy żelazo. Wyróżnia je także niższa cena w porównaniu do produktów, które wymagały transportu z zagranicy.

– Smakiem sezonowych owoców i warzyw można cieszyć się przez cały rok – przygotowując mrożonki, dżemy, konfitury czy kompoty, lub smacząc niektóre produkty. Jednak to teraz jest ten czas, kiedy są one świeże, aromatyczne, a tym samym pełne

# Sezonowo ZNACZY ZDROWO

niezbędnych witamin, składników mineralnych i ważnego w diecie błonnika pokarmowego – zapewnia Agnieszka Piskala-Topczewska, specjalista ds. żywienia i ekspert kampanii „Warzywa i owoce – na szczęście!”.

### Owocowa porcja zdrowia

Świeże, polskie owoce powinny stanowić element codziennego jadłospisu. Zalecane jest spożywanie co najmniej dwóch porcji, co oznacza dziennie np. jeden owoc średniej wielkości typu gruszka czy jabłko oraz np. jedną szklankę owoców, takich jak maliny, jagody lub truskawki.

– Z moich obserwacji wynika, że niestety wciąż jesteśmy mało otwarci na wiele typowo polskich smaków. I choć dobrane znamy te tradycyjne, jak truskawki, maliny czy jagody, to jednak brakuje nam pomysłu, jak wykorzystać agrest, trzy kolory porzeczek, wartościową aronię czy „większą siostrę jagody” – borówkę amerykańską – mówi Agnieszka Piskala-Topczewska.

### Kolor ma znaczenie

Owoce sezonowe cechują się intensywną barwą – im jest ciemniejsza, tym zawierają więcej barwników korzystnych dla zdrowia.

– Antocyjany, bo o nich tu mowa, nadają owocom barwę

od czerwonej poprzez fioletową, aż do niebieskiej, i cechują się dużą aktywnością biologiczną. Posiadają właściwości antyoksydacyjne, dzięki czemu usuwają z organizmu szkodliwe wolne rodniki. Badania nad właściwościami zdrowotnymi tych barwników wskazują, że mogą chronić przed wieloma schorzeniami, a przede wszystkim chorobami układu krążenia, gdyż dodatkowo wzmacniają naczynia krwionośne oraz przeciwdziałają agregacji płytek krwi – przekonuje specjalistka ds. żywienia.

### Grunt to świeżość

Świeże owoce cechują się wyższą wartością odżywczą niż przetwory z nich zrobione, ponieważ każda forma obróbki kulinarnej wiąże się z pewną stratą cennych składników w nich zawartych.

– Należy pamiętać, że wybrany rodzaj przetwarzania owoców ma znaczenie – najmniejsze straty obserwuje się w przypadku liofilizacji i mrożenia tych produktów. Owoce liofilizowane znajdują się np. w płatkach typu musli. Z kolei wybierając mrożonki, sięgamy po te, w których możemy wyczuć w torebce pojedyncze owoce, a nie zbitą bryłę, co świadczy o ich ponownym zamrożeniu – dodaje ekspertka kampanii.

### Lato na talerzu

W czasie letnich upałów nie powinniśmy dodatkowo obciążać przewodu pokarmowego, dlatego warto włączyć do jadłospisu sezonowe, lekkie sałatki na bazie owoców lub warzyw.

– Kiedy jest gorąco, niechętnie sięgamy po ciężkostrawny obiad. Doskonałym rozwiązaniem jest wtedy przyrządzenie lekkiej sałatki skomponowanej ze świeżych owoców lub warzyw – jest sycąca, zdrowa, dostarcza energii, a przygotowanie jej nie zajmuje wiele czasu – zachęca Agnieszka Piskala-Topczewska.

Ogólnopolska kampania informacyjno-edukacyjna „Warzywa i owoce – na szczęście!” sfinansowana jest ze środków Funduszu Promocji Owoców i Warzyw. Organizatorem kampanii jest Federacja Branżowych Związków Producentów Rolnych.

Więcej informacji o kampanii znajduje się na stronie internetowej oraz na profilu na Facebooku: [www.warzywaiowocenaszczescie.pl](http://www.warzywaiowocenaszczescie.pl) [www.facebook.com/warzywaiowocenaszczescie](https://www.facebook.com/warzywaiowocenaszczescie)





# AKADEMIA HUMANISTYCZNA im. Aleksandra Gieysztora

# GRUPA UCZELNI VISTULA

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

## Kierunki studiów

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

[www.ah.edu.pl](http://www.ah.edu.pl)

Informacje i zapisy:

ul. Mickiewicza 36B, pokój nr 8, 06-100 Pułtusk  
tel. 605 211 244, e-mail: [rekrutacja@ah.edu.pl](mailto:rekrutacja@ah.edu.pl)



środa

21 sierpnia

| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>05:10 <b>Natura w Jedyńce</b><br/>- Stjepan i Malena - stary człowiek i bocian<br/>- film dokumentalny</p> <p>06:15 <b>Wieczna miłość</b> - serial, prod. Turcja, 2015</p> <p>07:05 <b>Elif</b> - serial, prod. Turcja, 2014</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>Zakochaj się w Polsce</b><br/>- Zamek Moszna</p> <p>09:10 <b>Ranczo</b> - serial obyczajowy TVP</p> <p>10:15 <b>Komisarz Alex</b><br/>- serial kryminalny TVP</p> <p>11:05 <b>Ojciec Mateusz</b><br/>- serial kryminalny TVP</p> <p>12:00 <b>Wiadomości</b></p> <p>12:15 <b>Agrobiznes</b></p> <p>12:35 <b>Agropogoda</b> - magazyn</p> <p>12:40 <b>Rok w ogrodzie Extra</b> - magazyn</p> <p>12:55 <b>Natura w Jedyńce</b><br/>- Australia. Inwazja obcych</p> | <p>06:00 <b>Doktor z alpejskiej wioski</b> - serial</p> <p>06:55 <b>Żydzi z Częstochowy</b> - teleturniej</p> <p>07:20 <b>Familiada</b> - teleturniej</p> <p>07:55 <b>Pytanie na śniadanie</b></p> <p>11:00 <b>Panorama</b></p> <p>11:05 <b>Pogoda</b></p> <p>11:10 <b>Pytanie na śniadanie Extra</b></p> <p>11:25 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy TVP</p> <p>11:55 <b>Na sygnale</b> - serial fabularny TVP</p> <p>12:30 <b>Koło fortuny</b> - teleturniej</p> <p>13:15 <b>Wymarzona miłość</b> - serial obyczajowy</p> <p>14:10 <b>Postaw na milion</b></p> <p>15:10 <b>Serie fabularne</b></p> <p>16:00 <b>Koło fortuny</b></p> <p>16:35 <b>Familiada</b> - teleturniej</p> <p>17:10 <b>Więźni miłości</b> - serial prod. Turcja, 2016</p> <p>18:00 <b>Panorama</b></p> <p>18:25 <b>Pogoda</b></p> <p>18:30 <b>Sport Telegram</b></p> | <p>05:45 <b>Uwaga!</b></p> <p>06:15 <b>Mango</b> - telezakupy</p> <p>07:20 <b>Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarny</p> <p>08:20 <b>Doradca smaku</b> - Sałatka cobb</p> <p>08:30 <b>Dzień Dobry Wakacje</b> - magazyn</p> <p>11:00 <b>Eks-tra zmiana</b> - program lifestyle'owy</p> <p>12:00 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p>13:00 <b>19+</b></p> <p>14:00 <b>SOS Ekipy w akcji</b></p> <p>15:00 <b>Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarno-rozrywkowy</p> <p>16:00 <b>Szkola</b></p> <p>17:00 <b>SOS Ekipy w akcji</b></p> <p>18:00 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p>19:00 <b>Fakty</b></p> <p>19:35 <b>Sport</b></p> <p>19:45 <b>Pogoda</b></p> <p>19:50 <b>Uwaga!</b></p> <p>20:10 <b>Doradca smaku</b></p> | <p>06:00 <b>Nowy dzień z Polsat News</b></p> <p>08:45 <b>Malanowski i Partnerzy</b> - serial kryminalny, prod. Polska</p> <p>09:45 <b>Dzień, który zmienił moje życie</b> - serial obyczajowy, prod. Polska</p> <p>10:45 <b>Dlaczego ja?</b></p> <p>11:45 <b>Gliniarze</b></p> <p>12:45 <b>Trudne sprawy</b></p> <p>13:45 <b>Sekrety rodziny</b></p> <p>14:45 <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 reporterów</p> <p>16:40 <b>Gliniarze</b></p> <p>17:40 <b>Sekrety rodziny</b></p> <p>18:50 <b>Wydarzenia</b></p> <p>19:20 <b>Sport</b></p> <p>19:25 <b>Pogoda</b></p> <p>19:30 <b>Świat według Kiepskich</b> - serial komediowy</p> | <p>08:40 <b>Szlakiem miejsc niezwykłych</b> - Pomniki Historii - Strzegom</p> <p>09:00 <b>Księga Przestępni</b> - Przy ulicach mniejszych miast</p> <p>09:40 <b>Mój Nikifor</b> - dramat, prod. Polska, 2004, reż. Krzysztof Krauze, wyk. Krystyna Feldman, Roman Gancarczyk, Jerzy Gudejko, Jowita Miodlikowska, Lucyna Malec, Katarzyna Paczyńska, Karolina Paczyńska</p> <p>11:30 <b>Polskie drogi</b> - Obywatele GG - serial TVP</p> <p>13:00 <b>Nagroda Literacka Gdynia 2019</b></p> <p>13:05 <b>Czy można się przysiąść</b></p> <p>13:50 <b>Studio Kultura</b></p> <p>14:05 <b>Nagroda Literacka Gdynia 2019</b></p> <p>14:15 <b>Galeria</b> - Piosenki Jacka Kaczmarskiego</p> | <p>06:00 <b>JAG - Wojskowe Biuro Śledcze</b></p> <p>07:00 <b>Górka Dolna</b></p> <p>08:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p>09:00 <b>JAG - Wojskowe Biuro Śledcze</b></p> <p>10:00 <b>Nash Bridges</b> - Serial sensacyjny opowiadający o walce z przestępczością na ulicach San Francisco. Głównym bohaterem jest sprytny policjant Nash Bridges (Don Johnson), który w raz ze swoim partnerem Joe Dominguez (Cheech Marin) walczy z przestępczością w mieście.</p> <p>12:00 <b>Kobra - oddział specjalny</b> - fabularny</p> <p>14:00 <b>Łowcy skarbów</b></p> <p>15:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial</p> | <p>05:10 <b>Szkola</b></p> <p>06:10 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p>07:10 <b>Sąd rodzinny</b> - program sądowy</p> <p>08:10 <b>Szpital</b> - program obyczajowy</p> <p>09:10 <b>Sędzia Anna Maria Wesołowska</b> - program sądowy</p> <p>10:15 <b>Mango telezakupy</b></p> <p>11:55 <b>Ukryta prawda</b> - magazyn obyczajowy</p> <p>12:55 <b>Sąd rodzinny</b> - program sądowy</p> <p>13:55 <b>Sędzia Anna Maria Wesołowska</b> - program sądowy</p> <p>14:55 <b>Szpital</b> - program obyczajowy</p> <p>15:55 <b>Kości</b> - serial, USA</p> <p>16:55 <b>Dr House</b> - serial obyczajowy, USA</p> <p>17:55 <b>Kryminalni</b> - serial kryminalny, Polska</p> <p>19:00 <b>Ukryta prawda</b></p> | <p>06:00 <b>Buffy, postrach wampirów</b></p> <p>07:05 <b>Przygody Kota w butach</b></p> <p>07:35 <b>Dragon Ball Super</b></p> <p>08:00 <b>Nasz Nowy Dom</b></p> <p>09:00 <b>Septagon</b></p> <p>10:00 <b>Anatomia głupoty według Richarda Hammonda</b></p> <p>11:00 <b>Sekrety Sąsiadów</b></p> <p>12:00 <b>Galileo</b></p> <p>13:00 <b>Detektywi w akcji</b> - serial kryminalny, prod. Polska</p> <p>14:00 <b>STOP Drogówka</b></p> <p>15:00 <b>Policjanci i Policjanci</b> - serial obyczajowy</p> <p>16:00 <b>Przekłeta</b></p> <p>17:00 <b>Bumerang</b></p> <p>17:30 <b>Miłość na Zakręcie</b></p> <p>18:00 <b>Septagon</b></p> <p>19:00 <b>Policjanci i Policjanci</b> - serial obyczajowy, prod. Polska</p> <p>20:00 <b>Miłość na Zakręcie</b></p> |
| SERIAL OBYCZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | SERIAL OBYCZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | SERIAL OBYCZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KOMEDIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | FILM OBYCZAJOWY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | SERIAL FABULARNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | FILM SENSACYJNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | SERIAL KRYMINALNY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>14:00 <b>Elif</b> - serial, prod. Turcja, 2014</p> <p>15:00 <b>Wiadomości</b></p> <p>15:10 <b>Pogoda</b></p> <p>15:15 <b>Alarm!</b> - magazyn</p> <p>15:35 <b>Okrasa tamie przepisy</b></p> <p>16:05 <b>Wieczna miłość</b> - serial</p> <p>17:00 <b>Teleexpress</b></p> <p>17:30 <b>Jaka to melodia?</b></p> <p>18:25 <b>Jeden z dziesięciu</b></p> <p>19:30 <b>Wiadomości</b></p> <p>20:10 <b>Alarm!</b> - magazyn</p> <p>20:35 <b>Zniewolona</b> - serial</p> <p>21:35 <b>To był rok!</b></p> <p>22:50 <b>Golebiarki</b> - serial dokumentalny, prod. USA</p> <p>23:50 <b>Eugeniusz Kwiatkowski. Mąż stanu</b> - film dokumentalny</p> <p>00:50 <b>Wojsko - polskie.pl</b></p> <p>01:15 <b>Terytoriali</b></p>                                                                                                       | <p>18:35 <b>Na dobre i na złe</b> - serial TVP</p> <p>19:35 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy TVP</p> <p>20:10 <b>Kino relaks</b></p> <p>20:15 <b>Elizabethtown</b> - komedia, prod. USA, 2005, reż. Cameron Crowe, wyk. Orlando Bloom, Kirsten Dunst, Susan Sarandon, Alec Baldwin</p> <p>22:20 <b>Mocne Kino</b> - film fabularny, prod. USA, 1991</p> <p>00:05 <b>Uwikłanie</b> - film kryminalny, prod. Polska</p> <p>02:20 <b>Trzynaście lat</b> - serial dokumentalny</p> <p>03:25 <b>Świat bez tajemnic</b> - Miasto duchów. Rakka</p> <p>05:00 <b>Zakończenie dnia</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                         | <p>20:15 <b>Na Wspólnej</b> - serial obyczajowy, Polska</p> <p>20:55 <b>Milionerzy</b></p> <p>21:30 <b>Fokus</b> - film sensacyjny, USA, 2015, reż. Glenn Ficarra, John Requa, wyk. Will Smith, Margot Robbie, Adrian Martinez, Gerald McRaney, Rodrigo Santoro</p> <p>22:45 <b>Wpadka</b> - film komedia, USA, 2007, reż. Judd Apatow, wyk. Katherine Heigl, Seth Rogen, Paul Rudd, Leslie Mann, Jason Segel</p> <p>02:20 <b>Z archiwum X</b> - serial, Kanada</p> <p>03:20 <b>Uwaga!</b> - magazyn</p> <p>03:45 <b>Noc Magii</b></p>                                                                                                                                                                                                                    | <p>20:10 <b>Bad Boys</b> - komedia sensacyjna Detektyw Mike Lowrey z policyjnego wydziału antynarkotykowego w Miami mają 3 dni na odnalezienie heroiny wartęj sto milionów dolarów, która została skradziona z ich posterunku. Jedyną osobą, która może im pomóc, jest piękna Julie Matt, która potrafi zidentyfikować szefa gangu.</p> <p>22:45 <b>Rok pierwszy</b> - magazyn prod. Polska</p> <p>00:50 <b>Nasz Nowy Dom</b> - serial, Polska</p> <p>02:50 <b>Tajemnice losu</b></p> <p>04:55 <b>Disco Gramy</b></p> <p>05:40 <b>Telezakupy TV Okazje</b></p>                                                                                                                                                           | <p>15:25 <b>Krótki dzień pracy</b> - film TVP, prod. Polska</p> <p>16:50 <b>Ostatnie uderzenie miotem</b> - dramat, prod. Francja, 2014, reż. Alix Delaporte, wyk. Romain Paul</p> <p>18:20 <b>Wakacje z duchami</b> - serial TVP</p> <p>19:25 <b>Trzeci punkt widzenia</b></p> <p>20:00 <b>Informacje kulturalne</b></p> <p>20:20 <b>Geniusz: Picasso</b> - serial, prod. USA, 2018</p> <p>21:20 <b>W trzy miesiące dookoła świata</b> - Chevalier</p> <p>23:15 <b>Dokument w podróży</b> - Chińskie Van Goghi - film dokumentalny</p> <p>00:50 <b>Lekkie obyczaje</b> - Wszyscy mają się dobrze - dramat</p>                                                                          | <p>16:00 <b>Kobra - oddział specjalny</b> - fabularny</p> <p>18:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p>20:00 <b>Gwiezdne wojny: część I - Mroczne widmo</b> Dwaj rycerze Jedi wyruszają z misją ocalenia planety Naboo przed inwazją wojsk Federacji Handlowej.</p> <p>22:50 <b>Spirit: duch miasta</b></p> <p>00:55 <b>Bez Litości</b></p> <p>02:45 <b>Tajemnice medyczne</b> - film akcji</p> <p>03:45 <b>Taki jest świat</b> - program informacyjny prod. Polska</p> <p>04:20 <b>Dyżur</b></p>                                                                                                                         | <p>20:00 <b>Rzeka tajemnic</b> - film sensacyjny, prod. USA, 2003, reż. Clint Eastwood, wyk. Sean Penn, Tim Robbins, Kevin Bacon, Laurence Fishburne</p> <p>Adaptacja powieści Denisa Lehane'a. Życie trzech przyjaciół zmienia się, gdy jeden z nich wsiada do niewłaściwego samochodu. Po 25 latach ich drogi znowu się krzyżują.</p> <p>22:55 <b>W czym kłopot?</b> - film komedia, USA, 2014, reż. Jake Szymanski, wyk. Christopher Meloni</p> <p>01:45 <b>Zagubieni</b> - serial, USA</p> <p>02:45 <b>Noc Magii</b></p>                                                                                                                                                                                       | <p>20:30 <b>Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny</b> - serial kryminalny prod. Polska</p> <p>21:40 <b>Więźniowie dzielnicy</b> - film sensacyjny</p> <p>W slumsach Waszyngtonu opanowanych przez gangi 14-letni Lucas, który jako dziesięcioletek wciągnięty został w handel narkotykami, próbuje uchronić przed podobnym losem swojego młodszego brata. Jednak wymknąć się z sieć bezwzględnych ludzi rządzących tym interesem jest niezwykle trudno.</p> <p>23:35 <b>Kroniki Strażnika</b></p> <p>01:30 <b>Transakcje za milion dolarów: Nowy Jork</b></p> <p>02:30 <b>Graffiti</b></p>                                                                                                                                                                    |

| czwartek                                                                            |  |                                                                      |  |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 22 sierpnia                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                             |  |                                                                            |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------|--|
| TVP 1                                                                               |  | TVP 2                                                                |  | TVN                                                                                                                                                                           |  | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | TVP Kultura                                                                                                                                                                       |  | TV Puls                                                                                                                                                                                |  | TVN 7                                                                                                                                       |  | TV 4                                                                       |  |
| 05:15 <b>Natura w Jedyńce</b><br>- Australia. Inwazja obcych<br>- film dokumentalny |  | 05:20 <b>Koło fortuny</b><br>- teleturniej                           |  | 05:45 <b>Uwaga!</b>                                                                                                                                                           |  | 06:00 <b>Nowy dzień z Polsat News</b>                                                                                                                                                                                                                                                        |  | 08:25 <b>Informacje kulturalne</b>                                                                                                                                                |  | 06:00 <b>JAG - Wojskowe Biuro Śledcze</b><br>Harmon Rabb, były pilot marynarki wojennej Stanów Zjednoczonych, zostaje przeniesiony do JAG, gdzie prowadzi kolejne sprawy jako adwokat. |  | 05:10 <b>Szkoła</b>                                                                                                                         |  | 06:00 <b>Buffy, postrach wampirów</b>                                      |  |
| 06:15 <b>Wieczna miłość</b> - serial, prod. Turcja, 2015                            |  | 05:55 <b>Doktor z alpejskiej wioski</b> - serial, prod. Niemcy, 2008 |  | 06:15 <b>Mango</b> - telezakupy                                                                                                                                               |  | 08:45 <b>Malanowski i Partnerzy</b><br>- serial kryminalny, prod. Polska                                                                                                                                                                                                                     |  | 08:40 <b>Szlakiem miejsc niezwykłych</b> - Pomniki Historii - Krzeszów                                                                                                            |  | 07:00 <b>Górka Dolna</b>                                                                                                                                                               |  | 06:10 <b>Ukryta prawda</b><br>- program obyczajowy                                                                                          |  | 07:05 <b>Przygody Kota w butach</b>                                        |  |
| 07:05 <b>Elif</b> - serial, prod. Turcja                                            |  | 06:50 <b>Operacja Zdrowie! Bezsensność</b> - magazyn medyczny        |  | 07:20 <b>Kuchenne rewolucje</b><br>- program kulinarny                                                                                                                        |  | 09:45 <b>Dzień, który zmienił moje życie</b> - serial obyczajowy, prod. Polska                                                                                                                                                                                                               |  | 09:00 <b>Vistuliada</b>                                                                                                                                                           |  | 08:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial                                                                                                                                        |  | 07:10 <b>Sąd rodzinny</b><br>- program sądowy                                                                                               |  | 07:35 <b>Dragon Ball Super</b>                                             |  |
| 08:00 <b>Wiadomości</b>                                                             |  | 07:20 <b>Familiada</b> - teleturniej                                 |  | 08:20 <b>Doradca smaku</b> - Poled-wica w sosie sojowym                                                                                                                       |  | 10:45 <b>Dlaczego ja?</b>                                                                                                                                                                                                                                                                    |  | 09:30 <b>Zagraj ze mną</b><br>- film krótkometrażowy, prod. Polska, 2016, reż. Milena Dutkowska, wyk. Marek Nędza, Patryk Szwichtenberg, Anna Makowska - Kowalczyk, Jaśmina Polak |  | 09:00 <b>JAG - Wojskowe Biuro Śledcze</b><br>- program sądowy                                                                                                                          |  | 08:10 <b>Szpital</b> - program obyczajowy                                                                                                   |  | 08:00 <b>Nasz Nowy Dom</b>                                                 |  |
| 08:10 <b>Pogoda poranna</b>                                                         |  | 07:45 <b>Pytanie na śniadanie</b>                                    |  | 08:30 <b>Dzień Dobry Wakacje</b><br>- magazyn                                                                                                                                 |  | 11:45 <b>Gliniarze</b>                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | 10:00 <b>Nash Bridges</b><br>- program sądowy                                                                                                                                     |  | 10:15 <b>Mango telezakupy</b>                                                                                                                                                          |  | 09:10 <b>Sędzia Anna Maria Wesołowska</b><br>- program sądowy                                                                               |  | 10:00 <b>Anatomia głupoty według Richarda Hammonda</b>                     |  |
| 08:15 <b>Kwadrans polityczny</b>                                                    |  | 07:55 <b>Pytanie na śniadanie</b>                                    |  | 11:00 <b>Eks-tra zmiana</b><br>- program lifestyle'owy                                                                                                                        |  | 12:45 <b>Trudne sprawy</b>                                                                                                                                                                                                                                                                   |  | 11:30 <b>Polskie drogi</b> - Najspokojniejsze miejsca na świecie - serial TVP                                                                                                     |  | 12:00 <b>Kobra - oddział specjalny</b><br>- fabularny                                                                                                                                  |  | 10:55 <b>Ukryta prawda</b><br>- magazyn obyczajowy                                                                                          |  | 11:00 <b>Sekrety Sąsiadów</b>                                              |  |
| 08:40 <b>Zakochaj się w Polsce</b><br>- magazyn                                     |  | 11:00 <b>Panorama</b>                                                |  | 14:00 <b>SOS Ekipy w akcji</b>                                                                                                                                                |  | 17:40 <b>Sekrety rodziny</b>                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | 13:05 <b>W domu</b> - film TVP                                                                                                                                                    |  | 14:00 <b>Łowcy skarbów</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                      |  | 12:55 <b>Sąd rodzinny</b><br>- program sądowy                                                                                               |  | 12:00 <b>Najdziwniejsze zwierzęta świata: Farmy</b>                        |  |
| 09:15 <b>Ranczo</b> - serial obyczajowy TVP                                         |  | 11:05 <b>Pogoda</b>                                                  |  | 15:00 <b>Kuchenne rewolucje</b><br>- program kulinarno-rozrywkowy                                                                                                             |  | 18:50 <b>Wydarzenia</b>                                                                                                                                                                                                                                                                      |  | 14:00 <b>Studio Kultura</b>                                                                                                                                                       |  | 15:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                          |  | 13:55 <b>Sędzia Anna Maria Wesołowska</b><br>- program sądowy                                                                               |  | 13:00 <b>Detektywi w akcji</b><br>- serial kryminalny, prod. Polska        |  |
| 10:15 <b>Komisarz Alex</b><br>- serial kryminalny TVP                               |  | 11:10 <b>Pytanie na śniadanie Extra</b>                              |  | 16:00 <b>Szkoła</b>                                                                                                                                                           |  | 19:20 <b>Sport</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           |  | 14:05 <b>Tasmy Kultury</b>                                                                                                                                                        |  | 16:00 <b>Kobra - oddział specjalny</b> - fabularny                                                                                                                                     |  | 14:55 <b>Szpital</b> - program obyczajowy                                                                                                   |  | 14:00 <b>STOP Drogówka</b>                                                 |  |
| 11:05 <b>Ojciec Mateusz</b><br>- serial kryminalny TVP                              |  | 11:25 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy TVP                      |  | 17:00 <b>SOS Ekipy w akcji</b>                                                                                                                                                |  | 19:30 <b>Świat według Kiepskich</b><br>- serial komediowy, prod. Polska                                                                                                                                                                                                                      |  | 13:05 <b>W domu</b> - film TVP                                                                                                                                                    |  | 18:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial                                                                                                                                        |  | 15:55 <b>Kości</b> - serial, USA                                                                                                            |  | 15:00 <b>Policjantki i Policjanci</b><br>- serial obyczajowy, prod. Polska |  |
| 12:00 <b>Wiadomości</b>                                                             |  | 11:55 <b>Na sygnale</b> - serial fabularny                           |  | 18:00 <b>Ukryta prawda</b><br>- program obyczajowy                                                                                                                            |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 13:50 <b>Studio Kultura</b>                                                                                                                                                       |  | 16:00 <b>Kobra - oddział specjalny</b> - fabularny                                                                                                                                     |  | 16:55 <b>Dr House</b> - serial obyczajowy, USA                                                                                              |  | 16:00 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 12:15 <b>Agrobiznes</b>                                                             |  | 12:30 <b>Koło fortuny</b>                                            |  | 19:00 <b>Fakty</b>                                                                                                                                                            |  | KOMEDIA                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  | FILM OBYCZAJOWY                                                                                                                                                                   |  | KOMEDIA                                                                                                                                                                                |  | 17:55 <b>Kryminalni</b> - serial kryminalny, Polska                                                                                         |  | 17:00 <b>Bumerang</b>                                                      |  |
| 12:35 <b>Agropogoda</b> - magazyn                                                   |  | 13:15 <b>Wymarzona miłość</b><br>- serial obyczajowy                 |  | 19:35 <b>Sport</b>                                                                                                                                                            |  | 22:15 <b>To tylko seks</b><br>- komedia romantyczna                                                                                                                                                                                                                                          |  | 14:40 <b>Mała Apokalipsa</b><br>- film obyczajowy                                                                                                                                 |  | 20:00 <b>Straszny film 4</b><br>- komedia                                                                                                                                              |  | 15:55 <b>Kości</b> - serial, USA                                                                                                            |  | 17:30 <b>Miłość na Zakręcie</b>                                            |  |
| 12:40 <b>Tro się oplaca</b> - magazyn                                               |  | 14:10 <b>Postaw na milion</b>                                        |  | 19:45 <b>Pogoda</b>                                                                                                                                                           |  | - Jamie to młoda, żyjąca pełnią życia specjalistka od rekrutacji. Dzięki swojej pracy poznaje Dylana, dyrektora artystycznego z Los Angeles i namawia go na zmianę pracy i przeprowadzkę do Nowego Jorku, gdzie sama mieszka. Przy okazji oboje odkrywają, że „nadają na tych samych falach” |  | 16:40 <b>Jańcio Wodnik</b><br>- film obyczajowy, prod. Polska                                                                                                                     |  | 21:30 <b>Wielki Stach</b>                                                                                                                                                              |  | 16:55 <b>Dr House</b> - serial obyczajowy, USA                                                                                              |  | 18:00 <b>Septagon</b>                                                      |  |
| 12:55 <b>Natura w Jedyńce</b><br>- Bagna są dobre!                                  |  | 15:10 <b>Serial fabularny</b>                                        |  | 19:50 <b>Uwaga!</b>                                                                                                                                                           |  | 00:40 <b>Chirurgzy</b>                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | 18:30 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial TVP                                                                                                                                    |  | 23:40 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                          |  | 17:55 <b>Kryminalni</b> - serial kryminalny, Polska                                                                                         |  | 19:00 <b>Policjantki i Policjanci</b><br>- serial obyczajowy, prod. Polska |  |
| 14:00 <b>Elif</b> - serial, prod. Turcja                                            |  | 16:00 <b>Koło fortuny</b>                                            |  | PROGRAM KULINARNY                                                                                                                                                             |  | 00:45 <b>Disco Gramy</b><br>- program rozrywkowy, prod. Polska                                                                                                                                                                                                                               |  | 19:40 <b>Świat według Kiepskich</b><br>- serial komediowy, prod. Polska                                                                                                           |  | 23:55 <b>Stacja 112</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                         |  | 18:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial                                                                                             |  | 20:00 <b>Miłość na Zakręcie</b>                                            |  |
| 15:00 <b>Wiadomości</b>                                                             |  | 16:35 <b>Familiada</b> - teleturniej                                 |  | 20:10 <b>Doradca smaku</b><br>- program kulinarny                                                                                                                             |  | 05:40 <b>Telezakupy TV Okazje</b>                                                                                                                                                                                                                                                            |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 00:35 <b>Portrety</b> - Raghu Rai, portret niepozwany                                                                                                                                  |  | 19:00 <b>Ukryta prawda</b><br>- program obyczajowy                                                                                          |  | 20:00 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 15:15 <b>Alarm!</b> - magazyn                                                       |  | SERIAL OBYCZAJOWY                                                    |  | 20:15 <b>Na Wspólnej</b><br>- serial obyczajowy, Polska                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 01:00 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 20:00 <b>Straszny film 4</b><br>- komedia                                                                                                   |  | 21:00 <b>Policjantki i Policjanci</b><br>- serial obyczajowy, prod. Polska |  |
| PROGRAM KULINARNY                                                                   |  | 17:10 <b>Więzień miłości</b><br>- serial obyczajowy                  |  | 20:55 <b>Milionerzy</b>                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 01:05 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 21:30 <b>Wielki Stach</b>                                                                                                                   |  | 21:00 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
|     |  | 18:00 <b>Panorama</b>                                                |  | 21:30 <b>Kuchenne rewolucje</b><br>- program kulinarno-rozrywkowy                                                                                                             |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 01:10 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 23:40 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b><br>- serial obyczajowy                                                                               |  | 21:30 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 15:35 <b>Okrasa łamie przepisy</b> - Prosto i elegancko w Mortęgach                 |  | 18:25 <b>Pogoda</b>                                                  |  | 22:30 <b>Szefowie-wrogowie</b><br>- film komedia, USA, 2011, reż. Seth Gordon, wyk. Jason Bateman, Charlie Day, Jason Sudeikis, Jennifer Aniston, Colin Farrell, Kevin Spacey |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 01:15 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 23:55 <b>Stacja 112</b><br>- serial obyczajowy                                                                                              |  | 21:45 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 16:05 <b>Wieczna miłość</b> - serial                                                |  | 19:35 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy TVP                      |  | 00:35 <b>Top Model</b> - program rozrywkowy                                                                                                                                   |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 01:20 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 00:05 <b>Scott Pilgrim kontra reszta świata</b><br>- film komedia, USA, 2010, reż. Edgar Wright, wyk. Michael Cera, Mary Elizabeth Winstead |  | 22:00 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 17:00 <b>Teleexpress</b>                                                            |  | 20:10 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy TVP                      |  | 01:40 <b>Bez tabu</b>                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 01:25 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 00:20 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 22:15 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 17:20 <b>Pogoda</b>                                                                 |  | 22:05 <b>U Pana Boga za miedzą</b> - komedia, prod. Polska, 2009     |  | 02:40 <b>Uwaga!</b>                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 01:30 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 00:25 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 22:30 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 17:30 <b>Jaka to melodia?</b>                                                       |  | 00:10 <b>Elizabethtown</b><br>- komedia, prod. USA, 2005             |  | 03:00 <b>Noc Magii</b>                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 01:35 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 00:30 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 22:45 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 18:25 <b>Jeden z dziesięciu</b>                                                     |  | 02:20 <b>O mnie się nie martw</b><br>- serial komediowy TVP          |  |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 01:40 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 00:35 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 23:00 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 19:30 <b>Wiadomości</b>                                                             |  | 03:20 <b>Art Noc</b> - Festiwal Kultury Żydowskiej w Krakowie 2019   |  |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 01:45 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 00:40 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 23:15 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 20:10 <b>Alarm!</b><br>- magazyn                                                    |  |                                                                      |  |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 01:50 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 00:45 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 23:30 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 20:35 <b>Ojciec Mateusz</b> - serial                                                |  |                                                                      |  |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 01:55 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 00:50 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 23:45 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 21:30 <b>Sprawa dla reportera</b>                                                   |  |                                                                      |  |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 02:00 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 01:00 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 23:55 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 22:25 <b>Sekundy, które zmieniły życie</b>                                          |  |                                                                      |  |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 02:05 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 01:05 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 24:00 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 22:50 <b>Ocaleni</b> - reality show                                                 |  |                                                                      |  |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 02:10 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 01:10 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 24:15 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 23:55 <b>Magazyn kryminalny 997</b> - magazyn                                       |  |                                                                      |  |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 02:15 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 01:15 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 24:30 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 00:45 <b>Mroczna przyjaźń</b><br>- thriller                                         |  |                                                                      |  |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 02:20 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 01:20 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 24:45 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |
| 02:30 <b>Okupowani</b><br>- Listopad - serial                                       |  |                                                                      |  |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | 20:05 <b>Słaba pieć?</b>                                                                                                                                                          |  | 02:25 <b>Wakacje z duchami</b><br>- serial obyczajowy                                                                                                                                  |  | 01:25 <b>Zagubieni</b><br>- serial, USA                                                                                                     |  | 24:55 <b>Przekłeta</b>                                                     |  |

dodatek

TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

| piątek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | 23 sierpnia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |
| <p>05:15 <b>Natura w Jedyńce</b> - Bagna są dobre! - film dokumentalny</p> <p>06:15 <b>Wieczna miłość</b> - serial, prod. Turcja, 2015</p> <p>07:05 <b>Elif</b> - serial, prod. Turcja</p> <p>08:00 <b>Wiadomości</b></p> <p>08:10 <b>Pogoda poranna</b></p> <p>08:15 <b>Wkwadrans polityczny</b></p> <p>08:40 <b>Zakochaj się w Polsce</b></p> <p>09:10 <b>Ranczo</b> - serial obyczajowy TVP</p> <p>10:15 <b>Komisarz Alex</b> - serial kryminalny TVP</p> <p>11:05 <b>Ojciec Mateusz</b> - serial kryminalny TVP</p> <p>12:00 <b>Wiadomości</b></p> <p>12:15 <b>Agrobiznes</b></p> <p>12:30 <b>Agropogoda</b> - magazyn</p> <p>12:35 <b>Magazyn Rolniczy</b></p> <p>12:45 <b>Kalendarium Powstania Warszawskiego</b> - felieton</p> <p>12:50 <b>Natura w Jedyńce</b> - Bielik zwyczajny - król mórz - dokumentalny</p> |  | <p>05:20 <b>Koło fortuny</b> - teleturniej</p> <p>05:55 <b>Doktor z alpejskiej wioski</b> - serial</p> <p>06:50 <b>Mistrzowie</b> - Władysław Kozakiewicz</p> <p>07:20 <b>Familiada</b> - teleturniej</p> <p>07:55 <b>Pytanie na śniadanie</b></p> <p>11:00 <b>Panorama</b></p> <p>11:05 <b>Pogoda</b></p> <p>11:10 <b>Pytanie na śniadanie Extra</b></p> <p>11:25 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy TVP</p> <p>11:55 <b>Na sygnale</b> - serial fabularny TVP</p> <p>12:30 <b>Koło fortuny</b> - teleturniej</p> <p>13:15 <b>Wymarzona miłość</b> - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2018</p> <p>14:05 <b>Coś dla Ciebie</b> - magazyn</p> <p>14:30 <b>Operacja Zdrowie!</b> - felieton</p> <p>15:10 <b>Doktor z alpejskiej wioski</b> - serial</p> |  | <p>05:45 <b>Uwaga!</b> - magazyn</p> <p>06:15 <b>Mango</b> - telezakupy</p> <p>07:20 <b>Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarno-rozrywkowy</p> <p>08:20 <b>Doradca smaku</b> - Barszcz ukraiński</p> <p>08:30 <b>Dzień Dobry Wakacje</b> - magazyn</p> <p>11:00 <b>Ekstra zmiana</b> - program lifestylowy</p> <p>12:00 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p>13:00 <b>19 +</b></p> <p>14:00 <b>SOS Ekipy w akcji</b></p> <p>15:00 <b>Kuchenne rewolucje</b> - program kulinarno-rozrywkowy</p> <p>16:00 <b>Szkola</b></p> <p>17:00 <b>SOS Ekipy w akcji</b></p> <p>18:00 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> <p>19:00 <b>Fakty</b></p> <p>19:35 <b>Sport</b></p> <p>19:45 <b>Pogoda</b></p> <p>19:50 <b>Uwaga!</b> - magazyn</p> |  | <p>06:00 <b>Nowy dzień z Polsat News</b></p> <p>08:45 <b>SuperPies</b></p> <p>09:15 <b>Malanowski i Partnerzy</b> - serial kryminalny, prod. Polska</p> <p>09:45 <b>Dzień, który zmienił moje życie</b> - serial obyczajowy, prod. Polska</p> <p>10:45 <b>Dlaczego ja?</b></p> <p>11:45 <b>Gliniarze</b></p> <p>12:45 <b>Trudne sprawy</b></p> <p>13:45 <b>Sekrety rodziny</b></p> <p>14:45 <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 reporterów</p> <p>16:40 <b>Gliniarze</b></p> <p>17:40 <b>Sekrety rodziny</b></p> <p>18:50 <b>Wydarzenia</b></p> <p>19:20 <b>Sport</b></p> <p>19:25 <b>Pogoda</b></p> <p>19:30 <b>Świat według Kiepskich</b> - serial komediowy</p> |  | <p>08:40 <b>Szlakiem miejsc niezwykłych</b> - Pomniki Historii</p> <p>09:00 <b>Dzika muzyka</b> - Suwalszczyzna</p> <p>09:35 <b>Jańcio Wodnik</b> - film obyczajowy, prod. Polska, 1993</p> <p>11:30 <b>Polskie drogi</b> - Na tropie serial TVP</p> <p>12:55 <b>Ogłoszenie matrymonialne</b> - film obyczajowy, prod. Polska, 1972, reż. Zbigniew Chmielewski, wyk. Tadeusz Borowski</p> <p>14:00 <b>Studio Kultura</b> - Rozmowy - Jacek Kowalski</p> <p>14:15 <b>Nagroda Literacka Gdynia 2019</b> - Adam Kaczanowski</p> <p>14:20 <b>Chopin i jego Europa 2017</b> - recital Charles Richard - Hamelin</p> <p>15:55 <b>Kobiela na plaży</b> - film</p> |  | <p>06:00 <b>JAG - Wojskowe Biuro Śledcze</b></p> <p>07:00 <b>Górka Dolna</b></p> <p>08:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p>09:00 <b>JAG - Wojskowe Biuro Śledcze</b> Harmon Rabb, były pilot marynarki wojennej Stanów Zjednoczonych, zostaje przeniesiony do JAG, gdzie prowadzi kolejne sprawy jako adwokat.</p> <p>10:00 <b>Nash Bridges</b></p> <p>12:00 <b>Kobra - oddział specjalny</b> - fabularny</p> <p>14:00 <b>Agenci NCIS: Los Angeles</b> - fabularny</p> <p>15:05 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</p> <p>16:00 <b>Kobra - oddział specjalny</b> - fabularny</p> |  | <p>05:10 <b>Szkola</b></p> <p>06:10 <b>Ukryta prawda</b></p> <p>07:10 <b>Sąd rodzinny</b> - program sądowy</p> <p>08:10 <b>Szpital</b> - program obyczajowy</p> <p>09:10 <b>Sędzia Anna Maria Wesołowska</b> - program sądowy</p> <p>10:15 <b>Mango telezakupy</b></p> <p>11:55 <b>Ukryta prawda</b> - magazyn obyczajowy</p> <p>12:55 <b>Sąd rodzinny</b> - program sądowy</p> <p>13:55 <b>Sędzia Anna Maria Wesołowska</b> - program sądowy</p> <p>14:55 <b>Szpital</b> - program obyczajowy</p> <p>15:55 <b>Kości</b> - serial, USA</p> <p>16:55 <b>Dr House</b> - serial obyczajowy, USA</p> <p>17:55 <b>Kryminalni</b> - serial kryminalny, Polska</p> <p>19:00 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</p> |  | <p>06:00 <b>Buffy, postrach wampirów</b></p> <p>07:05 <b>Przygody Kota w butach</b></p> <p>07:35 <b>Dragon Ball Super</b></p> <p>08:00 <b>Nasz Nowy Dom</b></p> <p>09:00 <b>Septagon</b></p> <p>10:00 <b>Anatomia głupoty według Richarda Hammonda</b></p> <p>11:00 <b>Sekrety Sąsiadów</b></p> <p>12:00 <b>Najdziwniejsze zwierzęta świata</b></p> <p>13:00 <b>Mieszkańcy wód</b></p> <p>13:00 <b>Detektywi w akcji</b> - serial kryminalny, prod. Polska</p> <p>14:00 <b>STOP Drogówka</b></p> <p>15:00 <b>Policjantki i Policjanci</b> - serial obyczajowy</p> <p>16:00 <b>Przekłeta</b></p> <p>17:00 <b>Miodowe Lata</b></p> <p>18:00 <b>Septagon</b></p> <p>19:00 <b>Policjantki i Policjanci</b> - serial obyczajowy</p> <p>20:00 <b>Gwiazdy Kabaretu</b></p> |  |
| <p><b>SERIAL OBYCZAJOWY</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  | <p><b>TELETURNIJ</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | <p><b>FILM PRZYGODOWY</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | <p><b>WIDOWISKO S-F</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | <p><b>FILM OBYCZAJOWY</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  | <p><b>SERIAL OBYCZAJOWY</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | <p><b>KOMEDIA</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  | <p><b>SERIAL KRYMINALNY</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |
| <p>14:00 <b>Elif</b> - serial, prod. Turcja, 2014</p> <p>15:00 <b>Wiadomości</b></p> <p>15:10 <b>Pogoda</b></p> <p>15:15 <b>Alarm!</b> - magazyn</p> <p>15:35 <b>Okrasza łamie przepisy</b> - Brytyjska jagnięcina z pieca i grilla - magazyn</p> <p>16:05 <b>Wieczna miłość</b> - serial</p> <p>17:00 <b>Teleexpress</b></p> <p>17:20 <b>Pogoda</b></p> <p>17:30 <b>Jaka to melodia?</b> - teleturniej muzyczny</p> <p>18:25 <b>Jeden z dziesięciu</b></p> <p>19:30 <b>Wiadomości</b></p> <p>20:10 <b>Alarm!</b> - magazyn</p> <p>20:35 <b>Zniewolona</b> - serial kostiumowy</p> <p>21:35 <b>Program rozrywkowy</b></p> <p>22:35 <b>Echo serca</b> - serial TVP</p> <p>23:35 <b>Raz w życiu</b> - dramat</p>                                                                                                            |  | <p>16:00 <b>Koło fortuny</b> - teleturniej</p> <p>16:35 <b>Familiada</b> - teleturniej</p> <p>17:10 <b>Więzień miłości</b></p> <p>18:00 <b>Panorama</b></p> <p>18:30 <b>Sport Telegram</b></p> <p>18:35 <b>Verva Street Racing Gdynia 2019: kronika</b></p> <p>18:40 <b>Na dobre i na złe</b> - serial TVP</p> <p>19:35 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy TVP</p> <p>20:10 <b>Siatkówka kobiet</b> - Mistrzostwa Europy: Polska - Słowenia</p> <p>22:45 <b>Lato, muzyka, zabawa</b></p> <p>00:50 <b>Mystyfikacja</b> - film fabularny</p> <p>02:35 <b>Tatuś</b> - film obyczajowy</p>                                                                                                                                                                |  | <p>20:00 <b>Harry Potter i więzień Azkabanu</b> - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2004, reż. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, David Thewlis, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Gary Oldman</p> <p>22:55 <b>Zakładnik</b> - film sensacyjny, USA, 2004, reż. Michael Mann, wyk. Tom Cruise, Jamie Foxx, Jada Pinkett Smith, Mark Ruffalo, Peter Berg</p> <p>01:25 <b>Kuba Wojewódzki</b> - talk show</p> <p>02:30 <b>Uwaga!</b> - magazyn</p> <p>02:50 <b>Noc Magii</b></p>                                                                                                                                                                                                                                  |  | <p>20:10 <b>X-Men: Ostatni bastion</b> - widowisko sci-fi Wynalezienie lekarstwa odwracającego proces mutowania prowadzi do odwrócenia biegu historii. Po raz pierwszy mutanci stają przed wyborem: zachować swą unikalność, co oznacza skazanie się na wieczną izolację i alienację, czy też wyrzec się pozyskanej w wyniku mutacji mocy.</p> <p>22:35 <b>Inwazja: Bitwa o Los Angeles</b></p> <p>01:00 <b>Kolacja dla palantów</b> - komedia</p> <p>03:35 <b>Tajemnice losu</b></p> <p>04:55 <b>Disco Gramy</b></p> <p>05:40 <b>Telezakupy TV Okazje</b></p>                                                                                                                                                                                         |  | <p>16:40 <b>Mur</b> - film obyczajowy, prod. Polska, 2013</p> <p>18:10 <b>Wakacje z duchami</b> - Strachy na lachy - serial</p> <p>18:45 <b>Panna z mokrą głową</b> - Grunt to rodzinka - serial TVP, prod. Polska, 1994</p> <p>19:20 <b>Kronos</b> - magazyn kulturalno-społeczny</p> <p>20:00 <b>Informacje kulturalne</b></p> <p>20:20 <b>Komediowe lato</b> - Wpływ księżycy - film fabularny, prod. USA</p> <p>22:10 <b>Ikony muzyki</b> - John Lennon - cykl dokumentalny</p> <p>23:10 <b>Polska w akcji</b> - Bez litości - film sensacyjny</p> <p>01:10 <b>Nagroda Literacka Gdynia 2019</b></p>                                                   |  | <p>18:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne.</p> <p>20:00 <b>Tokarev: zabójca z przeszłości</b></p> <p>21:55 <b>Uniwersalny żołnierz: Powrót</b></p> <p>23:30 <b>Ty będziesz następna</b></p> <p>01:30 <b>Tajemnice medyczne</b> - film akcji</p> <p>02:45 <b>Dyzur</b></p> <p>03:45 <b>Menu na miarę</b> - fabularny</p> <p>04:20 <b>Z archiwum policji</b> - fabularny</p> <p>05:00 <b>Dyzur</b></p>                                                                                                           |  | <p>20:00 <b>Akademia policyjna VI: Operacja Chaos</b> - film komedia, USA, 1989, reż. Peter Bonerz, wyk. Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Leslie Easterbrook, Marion Ramsey, George Gaynes</p> <p>21:50 <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>23:50 <b>Zagubieni</b> - serial, USA</p> <p>00:50 <b>Druga strona medalu</b> - talk show</p> <p>03:00 <b>Noc Magii</b> - program ezoteryczny</p>                                                                                                                                                                                 |  | <p>21:00 <b>Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny</b> - serial kryminalny</p> <p>23:15 <b>Autostopowicz</b> - Wyścig o przetrwanie Nękany dramatycznymi wspomnieniami Jim Halsey powraca by stawić czoła nękającym go demonom przeszłości. Wraz ze swoją dziewczyną znów znajduje się na odludnej drodze w Teksasie, gdzie przed laty rozegrał się prześladowany go do dziś koszmarny.</p> <p>01:00 <b>Najdziwniejsze zwierzęta świata</b></p> <p>02:05 <b>Interwencja</b></p> <p>02:30 <b>Graffiti</b></p> <p>02:40 <b>Disco Polo Life</b></p> <p>03:40 <b>Top 10 lista przebojów</b></p>                                                                                                                                                                              |  |

sobota24 sierpnia

| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>05:35 Klan - telenowela TVP</p> <p>06:25 Sprawa dla reportera</p> <p>07:20 Rok w ogrodzie</p> <p>07:45 Rok w ogrodzie Extra</p> <p>08:00 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych</p> <p>08:25 Wojsko - polskie.pl</p> <p>08:50 Studio Raban</p> <p>09:20 Rodzinny ekspres - magazyn</p> <p>09:50 Sekundy, które zmieniły życie</p> <p>10:40 Droga na Kilimandżaro - film fabularny, prod. Niemcy, 2017</p> <p>12:15 Kalendarium Powstania Warszawskiego - felieton</p> <p>12:25 Fascynujący świat - Nasz świat w 2050</p> <p>13:20 Z pamięci - Hugo Steinhaus cz. 1 - felieton</p> <p>13:35 Okrasa łamie przepisy</p> <p>14:05 Przyrodnik na tropie</p> <p>14:35 Jak to działa</p> <p>SERIAL OBYCZAJOWY</p>  | <p>05:30 Koło fortuny - teleturniej</p> <p>06:05 Piosenka Grace - film obyczajowy, prod. USA, 2013</p> <p>07:55 Pytanie na śniadanie</p> <p>11:05 Pytanie na śniadanie Extra</p> <p>11:35 To je Borowicz. Podróże ze smakiem - magazyn kulinarny</p> <p>12:10 Gwiazdy w południe - O jeden modramat wojenny, film prod. USA, 1977, reż. Richard Attenborough, wyk. Dirk Bogarde, James Caan, Michael Caine</p> <p>13:40 Verva Street Racing</p> <p>14:00 Familiada - teleturniej</p> <p>14:35 Koło fortuny - teleturniej</p> <p>15:10 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP</p> <p>15:45 Kabaretowe Łato Dwójki</p> <p>16:45 Verva Street Racing</p> <p>SERIAL KOMEDIOWY</p>  | <p>05:15 Uwaga! - magazyn</p> <p>05:40 Mango - telezakupy</p> <p>07:55 Kobieta na krańcu świata</p> <p>08:30 Dzień Dobry Wakacje - magazyn</p> <p>11:00 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska</p> <p>13:15 Bliźniacy - film komedia, USA, 1988, reż. Ivan Reitman, wyk. Arnold Schwarzenegger, Danny DeVito, Kelly Preston, Chloe Webb, Bonnie Bartlett, Trey Wilson</p> <p>15:30 Top Model - program rozrywkowy</p> <p>16:30 Efekt Domina</p> <p>17:00 Domowe rewolucje</p> <p>18:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy</p> <p>19:00 Fakty</p> <p>19:45 Uwaga! - magazyn</p> <p>KOMEDIA</p>  | <p>06:00 Nowy dzień z Polsat News</p> <p>08:45 Scooby Doo: Epoka Pantozaura</p> <p>10:20 Ewa gotuje</p> <p>10:50 Fałszywa dwunastka Tom Baker razem z żoną i dwunastką dzieci mieszka w małym miasteczku na amerykańskiej prowincji. Gdy otrzymuje pracę swoich marzeń - posadę trenera drużyny futbolowej na uniwersytecie w Chicago - postanawia wraz z rodziną przeprowadzić się do metropolii, ku wyrażnemu niezadowoleniu swych dzieci. Tymczasem Kate dowiaduje się, że jeden z wydawców chce opublikować jej wspomnienia.</p> <p>13:00 Sekrety rodziny</p> <p>14:10 Świat według Kiepskich - serial</p> <p>KOMEDIA</p>  | <p>08:00 Serialowa nostalgia - Przygody psa Cywila - serial TVP</p> <p>09:20 55 kapeluszy Pani Hanki. Benefis Hanki Bielickiej</p> <p>10:40 Animama - Czerwony papierowy stateczek - film krótkometrażowy, prod. Niemcy, Polska</p> <p>10:50 Animama - Słoń - film dokumentalny</p> <p>11:05 Dokument tygodnia - Arcydzieła bez tajemnic: Hieronim Bosch - cykl dokumentalny, prod. Włochy, 2013</p> <p>11:40 Czy ktoś mnie kocha w tym domu? - film obyczajowy, prod. Polska, 1992, reż. Stanisław Jędryka, wyk. Małgorzata Pieczyńska, Jan Frycz, Tadeusz Huk, Marek Kondrat, Anna Frankowska, Anna Gornostaj, Ewa Sałacka</p> <p>KOMEDIA</p>  | <p>06:00 Szalone fabryki polskiej muzyki!</p> <p>07:00 Taki jest świat - program informacyjny</p> <p>07:50 Czynne całą dobę</p> <p>09:00 13 Posterunek 2</p> <p>Losy grupy policjantów, którzy pełnią służbę na trzynastym posterunku.</p> <p>10:15 Lombard. Życie pod zastaw - serial 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>15:00 Rodzinny interes</p> <p>19:00 Wielka Zabawa TV Puls w Mrągowie</p> <p>20:00 Sabotaż</p> <p>FILM AKCJI</p>  | <p>05:50 Ukryta prawda - program obyczajowy</p> <p>06:50 Mango - telezakupy</p> <p>08:55 Ukryta prawda - magazyn obyczajowy</p> <p>09:55 Zakochani po uszy - serial, Polska</p> <p>12:00 Kangur Jack - film komedia, USA, Australia, 2003, reż. David McNally, wyk. Jerry O'Connell, Anthony Anderson, Estella Warren, Christopher Walken, Mar-ton Csokas, Dyan Cannon</p> <p>13:50 Troje do tangaa - film komedia, USA, Australia, 1999, reż. Damon Santostefano, wyk. Matthew Perry, Neve Campbell, Dylan McDermott, Oliver Platt, John C. McGinley</p> <p>15:55 Ta podstępna miłość - film komedia, USA, 1997, reż. Carl Reiner, wyk. Bette Midler</p> <p>FILM KATASTROFICZNY</p>  | <p>06:00 Przygody Kota w butach</p> <p>07:05 Kacze opowieści</p> <p>08:00 Dzielna Mysz</p> <p>08:25 Kosmaty zawodnik</p> <p>Jack jest trzyletnim szympansem, którego amerykański uczone dr Kendall uczy języka migowego. Kiedy zniechęcony sponsor obci-na fundusze, Jack trafia do Kanady. Szczęśliwie spotyka tam Tare, głuchoniemą dziewczynkę, która potrafi się z nim porozumieć.</p> <p>10:10 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy, prod. Polska</p> <p>13:10 Rój - film katastroficzny</p> <p>Brad z niepokojem obserwuje coraz liczniej pojawiające się na południu Stanów Zjednoczonych jadłowite pszczoły.</p> <p>KOMEDIA</p>  |
| <p>15:15 Dziewczyny ze Lwowa - serial obyczajowy TVP</p> <p>17:00 Teleexpress</p> <p>17:20 Pogoda</p> <p>17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny</p> <p>18:30 Tu jest Polska - film dokumentalny</p> <p>19:25 Sport</p> <p>19:30 Wiadomości</p> <p>20:05 Pogoda</p> <p>20:10 Alarm! - magazyn</p> <p>20:35 Zniewolona - serial kostiumowy, prod. Ukraina</p> <p>21:35 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP</p> <p>22:35 Hit na sobotę - Zaginiona dziewczyna - thriller, prod. USA, 2014</p> <p>01:10 Raz w życiu - dramat obyczajowy</p>                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>16:55 U Pana Boga w ogródku - serial komediowy</p> <p>Do Królowego Mostu trafia najgorszy z absolwentów szkoły policyjnej.</p> <p>17:45 Dla niesłyszących - Słowo na niedzielę</p> <p>18:00 Panorama</p> <p>18:30 Verva Street Racing Gdynia 2019: kronika</p> <p>18:35 Postaw na milion</p> <p>19:35 Lajk!</p> <p>20:00 Siatkówka kobiet - Mistrzostwa Europy: Polska - Portugalia</p> <p>22:45 Kabaretowe Łato Dwójki - program rozrywkowy</p> <p>00:40 La La Poland - program rozrywkowy</p>                                                                                                                                                                                                                                                          | <p>20:00 Wpadka - film komedia, USA, 2007, reż. Judd Apatow, wyk. Katherine Heigl, Seth Rogen, Paul Rudd, Leslie Mann, Jason Segel</p> <p>22:35 Daję nam rok - film komedia, Wielka Brytania, Francja, 2013, reż. Dan Mazer, wyk. Rose Byrne, Rafe Spall, Anna Farris, Simon Baker, Minnie Driver</p> <p>00:45 Ninja - film sensacyjny, USA, 2009, reż. Isaac Florentine, wyk. Scott Adkins, Tsuyoshi Ihara, Mika Hijii, Todd Jensen, Togo Igawa</p> <p>02:30 Uwaga! - magazyn</p> <p>02:50 Noc Magii</p>                                                                                                                                                                                       | <p>15:55 Szklanką po łapkach</p> <p>Nieudana misja sprawia, że tajny agent, Dick Steele, wycofuje się ze służby. Jednak po latach wraca znowu do akcji.</p> <p>17:45 Chłopaki do wzięcia</p> <p>18:50 Wydarzenia</p> <p>19:20 Sport</p> <p>19:25 Pogoda</p> <p>19:30 Świat według Kiepskich - serial komediowy, prod. Polska</p> <p>20:05 Festiwal magiczne zakończenie wakacji z telewizją Polsat i RMF FM 2019</p> <p>23:35 Wulkan</p> <p>01:50 Tajemnice losu</p> <p>04:55 Disco Gramy</p> <p>05:40 Telezakupy TV Okazje</p>                                                                                                                                                                                  | <p>12:50 U Pana Boga za miedzą - komedia</p> <p>14:45 Nagroda Literacka Gdynia 2019</p> <p>14:55 Szlakiem Kolberga</p> <p>15:25 Kromer Biecz Festiwal 2019 - reportaż</p> <p>15:45 Nagroda Literacka Gdynia 2019</p> <p>16:00 Literatura na ekranie - Powrót do Howards End - film fabularny</p> <p>18:30 Zastrzeliła mnie pani. Życie i śmierć</p> <p>20:20 Bilet do kina - Igła - film sensacyjny, prod. USA, 1981</p> <p>22:20 Moody Blues na festiwalu w Montreux</p> <p>23:25 Mocne Kino - Róża - dramat</p>                                                                                                                                                                                                                   | <p>22:05 Transporter: Nowa moc</p> <p>Były agent specjalny Frank Martin dostaje zlecenie od tajemniczej kobiety. Okazuje się, że stał się marionetką w rękach przebiegłej femme fatale.</p> <p>00:00 Straszny film 4</p> <p>01:45 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska</p> <p>02:25 Biesiada na cztery pory roku - serial obyczajowy</p> <p>03:55 Menu na miarę - fabularny</p> <p>04:30 Z archiwum policji - fabularny</p> <p>04:55 Dyżur</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>18:10 Naciągano tornado - film katastroficzny, USA, 2014, reż. Steven Quale, wyk. Richard Armitage, Sarah Wayne Callies, Matt WalshMax Deacon</p> <p>20:00 W doborowym towarzystwie - film komedia, USA, 2004, reż. Paul Weitz, wyk. Topher Grace, Scarlett Johansson, Marg Helgenberger</p> <p>22:20 Pitch Perfect - film komedia, USA, 2012, reż. Jason Moore, wyk. Jason Moore, Anna Kendrick</p> <p>00:45 Krucjata Bourne'a - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2004, reż. Paul Greengrass</p> <p>03:00 Noc Magii</p>                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>16:35 Powrót do przyszłości - komedia sci-fi</p> <p>19:00 Galileo</p> <p>20:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy, prod. Polska</p> <p>22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial obyczajowy, prod. Polska</p> <p>00:00 Silent Hill</p> <p>Kit Heather przez całe życie ucieka przed niebezpiecznymi i niewytłumaczalnymi siłami. W dniu swoich osiemnastych urodzin, nawiedzona kolejnymi koszmarami i przerażona zniknięciem ojca, dowiaduje się, że nie jest osobą, za którą się dotychczas uważała.</p>                                                                                                                                                                                                      |

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

niedziela25 sierpnia

| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>06:05 Słownik polsko@polski</p> <p>06:35 Wojsko - polskie.pl</p> <p>07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach</p> <p>08:00 Tydzień</p> <p>08:30 Zakochaj się w Polsce - Chelmino - magazyn</p> <p>09:05 Ziarno - magazyn</p> <p>09:40 Prywatne życie zwierząt - reportaż</p> <p>10:05 Fabryka marzeń - dramat, prod. USA</p> <p>11:55 Między ziemią a niebem - magazyn</p> <p>12:00 Anioł Pański</p> <p>12:15 Między ziemią a niebem - magazyn</p> <p>12:40 Tornister pełen uśmiechów 2019</p> <p>13:00 Z pamięci</p> <p>13:05 Kalendarium Powstania Warszawskiego</p> <p>13:15 BBC w Jedynce - Wielkie koty cz. 1 - film</p> <p>SERIAL KRYMINALNY</p>  | <p>05:55 Dla niesłyszących - Słowo na niedzielę - Odpowiedzi na modlitwę</p> <p>06:05 Penelope - komedia, prod. USA, 2006</p> <p>07:55 Pytanie na śniadanie</p> <p>10:40 Verva Street Racing</p> <p>10:45 Pogoda</p> <p>10:50 Rodzinne oglądanie - Król dinozaurów</p> <p>11:45 Verva Street Racing</p> <p>11:50 Gwiazdy w południe - Człowiek zwany Koniem - western, prod. USA, 1970</p> <p>14:00 Familiada - teleturniej</p> <p>14:35 Koło fortuny</p> <p>16:20 Kocham Cię, Polsko! - zabawa quizowa</p> <p>18:00 Panorama</p> <p>18:20 Pogoda</p> <p>18:25 Sport Telegram</p> <p>18:30 Verva Street Racing Gdynia 2019: kronika</p> <p>TELETURNIJ</p>  | <p>05:15 Uwaga! - magazyn</p> <p>05:40 Mango - telezakupy</p> <p>07:55 Nowa Maja w ogrodzie</p> <p>08:25 Akademia ogrodnika</p> <p>08:30 Dzień Dobry Wakacje - magazyn</p> <p>11:00 Bez tabu</p> <p>12:00 Co za tydzień - magazyn</p> <p>12:30 Polska na patelni</p> <p>13:05 Wakacje Jasia Fasoli - film komedia, Wielka Brytania, Francja, Niemcy, 2007, reż. Steve Bendelack, wyk. Rowan Atkinson, Emma De Caunes, Jean Rochefort, Karl Roden, Max Baldry, Willem Dafoe, Steve Pemberton</p> <p>15:00 Harry Potter i więzień Azkabanu - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2004</p> <p>PROGRAM ROZRYWKOWY</p>  | <p>06:00 Nowy dzień z Polsat News</p> <p>08:45 Tajemnica zielonego kołnista</p> <p>10:55 Hotel Transylwania</p> <p>12:55 X-Men: Ostatni bastion</p> <p>Wynalezienie lekarstwa odwracającego proces mutowania prowadzi do odwrócenia biegu historii. Mutanty stają przed wyborem: zachować swą unikalność, co oznacza skazanie się na wieczną izolację i alienację, czy też wyrzec się pozyskanej w wyniku mutacji mocy.</p> <p>15:15 U Pana Boga w ogródku</p> <p>17:45 Nasz Nowy Dom</p> <p>18:50 Wydarzenia</p> <p>19:30 Świat według Kiepskich - serial</p> <p>20:05 Festiwal magiczne zakończenie wakacji z telewizją Polsat i RMF FM 2019</p> <p>KOMEDIA</p>  | <p>08:00 Serialowa nostalgia - Przygody psa Cywila - serial TVP</p> <p>09:20 Śladami wielkich kompozytorów - Śladami Verdiego - film dokumentalny, prod. Francja, 2012</p> <p>10:20 Animama - Notatnik przyrodniczy</p> <p>10:25 Animama - Notatnik przyrodniczy - Dlaczego cały świat oszczędza każdy wał?</p> <p>10:30 Animama - Notatnik przyrodniczy - Dlaczego z ogniem nie ma żartów?</p> <p>10:40 Pan wyzywał, Miłordzie?</p> <p>11:45 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny</p> <p>12:20 Wyhadzagałka - film TVP, prod. Polska, 1970, reż. Andrzej Kondratiuk, wyk. Roman Kłosowski, Zdzisław Maklakiewicz, Wiesław Michnikowski</p> <p>DRAMAT</p>  | <p>06:00 Tajemnice medyczne - film akcji</p> <p>07:55 Łowcy skarbów</p> <p>09:55 Bibliotekarze</p> <p>Grupa bibliotekarzy poszukuje tajemniczych, starożytnych artefaktów, doświadczając niezwyciężonych przygód.</p> <p>10:50 Następny proszę!</p> <p>11:50 Trzej muszkieterowie - film przygodowy</p> <p>13:55 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Królewska zagadka - film przygodowy</p> <p>15:05 Syn prezydenta</p> <p>17:20 Gwiezdne wojny: część I - Mroczne widmo</p> <p>20:00 Żywiol. Deepwater Horizon</p> <p>Wybuch morskiej platformy wiertniczej doprowadza do największego wycieku ropy w historii USA.</p> <p>DRAMAT</p>  | <p>05:50 Ukryta prawda - program obyczajowy</p> <p>06:50 Mango - telezakupy</p> <p>08:55 Przyjaciele - serial komediowy, USA</p> <p>09:25 Zakochani po uszy - serial, Polska</p> <p>11:30 Pułdaki - film przygodowy, USA, 2014, reż. Graham Annable, Anthony Stacchi, wyk. Ben Kingsley, Isaac Hempstead Wright, Elle Fanning, Tracy Morgan, Toni Collette</p> <p>13:30 Szpiezy tacy jak my - film komedia, USA, 1985, reż. John Landis, wyk. Chevy Chase, Dan Aykroyd, Steve Forrest, Donna Dixon, Bruce Davison, William Prince</p> <p>15:45 Maverick - film western, USA, 1994, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Jodie Foster, James Garner, Graham Greene</p> <p>KOMEDIA</p>  | <p>07:05 Flintstonowie</p> <p>08:05 Buddy, pies na gołe</p> <p>Komedia familijna, kontynuacja opowieści o złotym retrieverze imieniem Bud, który okazuje się być mistrzem w piłce nożnej. Jego opiekun Josh i dziewczynka imieniem Emma, zakładają drużynę piłki nożnej i pokonując niezliczone trudności i uprzedzenia, przy walnej pomocy Buda, zdobywają mistrzostwo stanu...</p> <p>09:50 Galileo</p> <p>11:55 Powrót do przyszłości</p> <p>14:30 Wałęsa. Człowiek z nadziei</p> <p>Film o Lechu Wałęsie - mężu, ojcu, prostym robotniku, ale przede wszystkim o wielkim przywódcy.</p> <p>17:00 Miłość na Zakręcie</p> <p>19:00 Galileo</p> <p>FILM SENSACYJNY</p>  |
| <p>14:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP</p> <p>15:15 Dziewczyny ze Lwowa - serial obyczajowy TVP</p> <p>17:00 Teleexpress</p> <p>17:30 Jaka to melodia?</p> <p>18:30 Opole na bis - koncert</p> <p>19:30 Wiadomości</p> <p>20:05 Pogoda</p> <p>20:15 Zniewolona - serial kostiumowy, prod. Ukraina</p> <p>21:15 Blondynka - serial TVP</p> <p>23:15 Zakochana Jedynka - Miłosne antidotum - komedia romantyczna, prod. Szwecja, 2014, reż. Staffan Lindberg</p> <p>01:05 11 minut</p> <p>02:35 Zaginiona dziewczyna - thriller, prod. USA, 2014, reż. David Fincher</p>                                                                                                                                                                                                    | <p>18:35 Postaw na milion - teleturniej</p> <p>19:30 Na sygnale - serial fabularny prod. TVP</p> <p>20:00 Łato, muzyka, zabawa - program rozrywkowy prod. Polska</p> <p>22:30 Muzyka Wolności - Jarocin 2019</p> <p>23:40 Psy wojny - film fabularny, prod. Wielka Brytania, 1981, reż. John Irvin, wyk. Christopher Walken, Tom Berenger, Colin Blakely, Jean-Francois Stevenin, Hugh Millais</p> <p>01:35 Zawód: Amerykanin - serial, prod. USA, 2013</p> <p>03:25 Zakończenie dnia</p>                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>18:00 Salon sukien ślubnych Goka</p> <p>19:00 Fakty</p> <p>19:25 Sport</p> <p>19:35 Pogoda</p> <p>19:45 Uwaga! - magazyn</p> <p>20:00 John Carter - film przygodowy, USA, 2012, reż. Andrew Stanton, wyk. Taylor Kitsch, Lynn Collins, Samantha Morton, Willem Dafoe</p> <p>22:50 Czerwona planeta - film S-F, USA, Australia, 2000, reż. Antony Hoffman, wyk. Val Kilmer</p> <p>01:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy</p> <p>02:05 Uwaga! - magazyn</p> <p>02:25 Noc Magii</p>                                                                                                                                                                                                     | <p>23:00 Aniołki Charliego: Zawrotna szybkość</p> <p>Komedia sensacyjna</p> <p>Trzy niezwykłe seksowne Aniołki: Natalie Cook, Dylan Sanders i Alex Munday powracają, by stawić czoła Madison Lee, Aniołkowi, który zaprzędał duszę diabłu. Z pomocą zaufanego pomocnika Bosleya trzy piękne dziewczyny gotowe są na wszystko, by odzyskać dwa skradzione pierścienie.</p> <p>01:25 Anioły i demony</p> <p>04:25 Kabarety</p> <p>04:55 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska</p> <p>05:40 Telezakupy TV Okazje</p>                                                                                                                                                                                                                              | <p>13:45 Rain Man - dramat, prod. USA, 1988</p> <p>16:05 Leonard Bernstein</p> <p>Bajonem, Piano Concerto no. 1 in D minor, op. 15 - koncert</p> <p>17:15 Niedziela z... Filipem Bajonem</p> <p>17:55 Nagroda Literacka Gdynia 2019</p> <p>18:05 Niedziela z... Filipem Bajonem - Lepiej być piękną i bogatą</p> <p>19:50 Nagroda Literacka Gdynia 2019</p> <p>20:00 Capote - film biograficzny, prod. USA, 2005</p> <p>22:00 Scena alternatywna</p> <p>22:35 Dokument.pl</p> <p>23:45 Bilet do kina - Igła - film sensacyjny</p>                                                                                                                                                                                                                         | <p>22:00 Dorwać gringo - dramat</p> <p>Przestępca trafia do nie- typowego meksykańskiego więzienia, które funkcjonuje niczym małe miasteczko. Zaprzyjaźnia się z dziesięcioletnim chłopcem, który uczy go zasad życia w zamknięciu.</p> <p>00:00 Uliczny wojownik</p> <p>02:10 Uwikłana</p> <p>03:20 Taki jest świat - program informacyjny</p> <p>03:55 Menu na miarę - fabularny</p> <p>04:30 Z archiwum policji - fabularny</p> <p>04:55 Słodka miłość - telenowela</p>                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>18:20 Akademia policyjna VI: Operacja Chaos - film komedia, USA, 1989, reż. Peter Bonerz, wyk. Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Leslie Easterbrook, Marion Ramsey</p> <p>20:00 Ultimatum Bourne'a - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2007, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Julia Stiles</p> <p>22:25 Tequila Sunrise - film sensacyjny, USA, 1988, reż. Robert Towne, wyk. Mel Gibson, Michelle Pfeiffer, Kurt Russell, Raul Julia, J.T. Walsh, Arliss Howard, Arye Gross</p> <p>00:50 Zagubieni - serial, USA</p>                                                                                                                                                                                                                                          | <p>20:00 Gangi Nowego Jorku</p> <p>Historia wojen gangów, które miały miejsce w Nowym Jorku w połowie XIX wieku. „Ksiądz” Villon - przywódca irlandzkiego gangu „Martwych królików” ginie na oczach swego syna Amsterdama, podczas jednej z ulicznych bitew.</p> <p>23:35 Autostopowicz</p> <p>- Wyscig o przetrwanie</p> <p>Halsey powraca by stawić czoła nekajacym go demonom przeszłości.</p> <p>01:25 Tuż przed tragedią</p> <p>03:30 Graffiti</p> <p>Top 10 lista przebojów</p> <p>- program rozrywkowy prod. Polska</p> <p>05:45 Telezakupy TV Okazje</p>                                                                                                                                                                                              |

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

poniedziałek

26 sierpnia

| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div>05:15 <b>BBC w Jedyńce</b><br/>- Wielkie koty cz. 1<br/>- film dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2018, reż. Nick Easton</div> <div>06:15 <b>Wieczna miłość</b> - serial, prod. Turcja, 2015</div> <div>07:05 <b>Elif</b> - serial, prod. Turcja</div> <div>08:00 <b>Wiadomości</b></div> <div>08:10 <b>Pogoda poranna</b></div> <div>08:15 <b>Kwadrans polityczny</b></div> <div>08:40 <b>Zakochaj się w Polsce</b><br/>- Żywe Muzeum Piernika</div> <div>09:15 <b>Ranczo</b> - serial obyczajowy TVP</div> <div>10:15 <b>Komisarz Alex</b><br/>- serial kryminalny TVP</div> <div>11:05 <b>Ojciec Mateusz</b><br/>- serial kryminalny TVP</div> <div>12:00 <b>Wiadomości</b></div> <div>12:15 <b>Agrobiznes</b></div> <div>12:30 <b>Agropogoda</b> - magazyn</div> <div>12:35 <b>Magazyn Rolniczy</b></div> <div>12:50 <b>Kalendarium Powsta-<br/>nia Warszawskiego</b></div> <div>12:55 <b>Natura w Jedyńce</b></div> <div>SERIAL OBYCZAJOWY</div> <div></div> <div>14:00 <b>Elif</b> - serial, prod. Turcja, 2014</div> <div>15:00 <b>Wiadomości</b></div> <div>15:10 <b>Pogoda</b></div> <div>15:15 <b>Alarm!</b> - magazyn</div> <div>15:35 <b>Okrasa łamie przepisy</b><br/>- W podlaskim ogrodzie ziołowym - magazyn</div> <div>16:05 <b>Wieczna miłość</b> - serial</div> <div>17:00 <b>Teleexpress</b></div> <div>17:30 <b>Jaka to melodia?</b></div> <div>18:25 <b>Jeden z dziesięciu</b> -</div> <div>19:30 <b>Wiadomości</b></div> <div>20:10 <b>Alarm!</b> - magazyn</div> <div>20:35 <b>Zniewolona</b> - serial kostiumowy</div> <div>21:35 <b>To był rok!</b></div> <div>22:45 <b>Ekstradycja</b> - serial TVP</div> <div>23:55 <b>Kulodoporne serce</b></div> <div>02:00 <b>Miłosne antidotum</b><br/>- komedia romantyczna</div> | <div>05:25 <b>Koło fortuny</b> - teleturniej</div> <div>06:00 <b>Doktor z alpejskiej wioski</b> - serial</div> <div>06:55 <b>Coś dla Ciebie</b></div> <div>07:20 <b>Familiada</b> - teleturniej</div> <div>07:55 <b>Pytanie na śniadanie</b></div> <div>11:00 <b>Pogoda</b></div> <div>11:10 <b>Pytanie na śniadanie Extra</b></div> <div>11:25 <b>Rodzinka.pl</b> - serial</div> <div>11:55 <b>Na sygnale</b> - serial</div> <div>12:30 <b>Koło fortuny</b> - teleturniej</div> <div>13:05 <b>Msza Św. Kościoła Starokatolickiego Mariawitów</b> - relacja</div> <div>14:10 <b>Postaw na milion</b></div> <div>15:10 <b>Doktor z alpejskiej wioski</b> - serial</div> <div>16:00 <b>Koło fortuny</b></div> <div>16:35 <b>Familiada</b> - teleturniej</div> <div>17:10 <b>Wieżień miłości</b></div> <div>18:00 <b>Panorama</b></div> <div>18:25 <b>Pogoda</b></div> <div>18:30 <b>Spot</b> Telegram</div> <div>SERIAL OBYCZAJOWY</div> <div></div> <div>18:40 <b>Na dobre i na złe</b> - serial TVP</div> <div>19:35 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy TVP</div> <div>20:10 <b>Siatkówka kobiet</b><br/>- Mistrzostwa Europy: Polska - Ukraina, studio</div> <div>20:20 <b>Siatkówka kobiet</b><br/>- Mistrzostwa Europy: Polska - Ukraina</div> <div>22:50 <b>Fotograf</b> - dramat, reż. Waldemar Krzystek, wyk. Tatiana Arntgolds</div> <div>00:50 <b>Z krwi i kości</b> - dramat, prod. Belgia, Francja</div> <div>02:55 <b>Głina</b> - serial kryminalny TVP</div> <div>03:50 <b>4 Blocks</b> - serial, prod. Niemcy, 2017</div> <div>05:55 <b>Zakończenie</b></div> | <div>06:00 <b>Uwaga!</b> - magazyn</div> <div>06:25 <b>Mango</b><br/>- telezakupy</div> <div>07:30 <b>Kuchenne rewolucje</b><br/>- program kulinarno-roz-rywkowy</div> <div>08:30 <b>Dzień Dobry Wakacje</b> - magazyn</div> <div>11:00 <b>Jestem z Polski</b></div> <div>12:00 <b>Ukryta prawda</b><br/>- program obyczajowy</div> <div>13:00 <b>19 +</b></div> <div>14:00 <b>SOS Ekipy w akcji</b></div> <div>15:00 <b>Kuchenne rewolucje</b><br/>- program kulinarno-roz-rywkowy</div> <div>16:00 <b>Szkoła</b></div> <div>17:00 <b>SOS Ekipy w akcji</b></div> <div>18:00 <b>Ukryta prawda</b><br/>- program obyczajowy</div> <div>19:00 <b>Fakty</b></div> <div>19:35 <b>Sport</b></div> <div>19:45 <b>Pogoda</b></div> <div>19:50 <b>Uwaga!</b> - magazyn</div> <div>20:10 <b>Doradca smaku</b><br/>- Pieczona cielęcina</div> <div>SERIAL OBYCZAJOWY</div> <div></div> <div>20:15 <b>Na Wspólnej</b><br/>- serial obyczajowy, Polska</div> <div>20:55 <b>Milionerzy</b><br/>- program rozrywkowy</div> <div>21:30 <b>Program rozrywkowy</b></div> <div>22:30 <b>Salon sukien ślubnych Goka</b> - program rozrywkowy</div> <div>23:30 <b>Klucz do kosmaru</b><br/>- film horror, USA, 2005, reż. Iain Softley, wyk. Kate Hudson, Gena Rowlands, John Hurt, Peter Sarsgaard, Jory Bryant</div> <div>01:40 <b>Co za tydzień</b> - magazyn</div> <div>02:15 <b>Uwaga!</b> - magazyn</div> <div>02:35 <b>Noc Magii</b></div> | <div>06:00 <b>Nowy dzień z Polsat News</b></div> <div>08:45 <b>Malanowski i Partnerzy</b><br/>- serial kryminalny, prod. Polska</div> <div>09:45 <b>Dzień, który zmienił moje życie</b><br/>- serial obyczajowy, prod. Polska</div> <div>10:45 <b>Dlaczego ja?</b></div> <div>11:45 <b>Gliniarze</b></div> <div>12:45 <b>Trudne sprawy</b></div> <div>13:45 <b>Sekrety rodziny</b></div> <div>14:45 <b>Dlaczego ja?</b></div> <div>15:50 <b>Wydarzenia</b></div> <div>16:10 <b>Pogoda</b></div> <div>16:15 <b>Interwencja</b><br/>- magazyn reporterów</div> <div>16:40 <b>Gliniarze</b></div> <div>17:40 <b>Sekrety rodziny</b></div> <div>18:50 <b>Wydarzenia</b></div> <div>19:20 <b>Sport</b></div> <div>19:25 <b>Pogoda</b></div> <div>19:30 <b>Świat według Kiepskich</b> - serial komediowy</div> <div>FILM SENSACYJNY</div> <div></div> <div>20:05 <b>MEGA HIT - Anioły i demony</b><br/>Robert Langdon, wykładawca na Harvardzie, znawca symboli, zostaje pilnie wezwany do położonego koła Genewy centrum badań jądrowych. Jego zadaniem jest zidentyfikowanie zagadkowego wzoru wypalonego na ciele zamordowanego fizyka.</div> <div>23:00 <b>Zabójczy cel</b><br/>Detektyw Jacob Stilwell specjalizuje się w tropieniu seryjnych zabójców.</div> <div>01:10 <b>Salt</b> - thriller</div> <div>03:30 <b>Tajemnice losu</b></div> <div>04:55 <b>Disco Gramy</b></div> <div>05:40 <b>Telezakupy TV Okazje</b></div> | <div>08:00 <b>Teledyski</b> - muzyka klasyczna</div> <div>08:40 <b>Szlakiem miejsc niezwykłych</b><br/>- Pomniki Historii - Łęknica - reportaż</div> <div>09:00 <b>Nienasyceń</b> - magazyn</div> <div>09:25 <b>Profesor Zazul</b><br/>- film TVP, reż. Marek Nowicki, Jerzy Stawicki</div> <div>09:50 <b>Mur</b> - film obyczajowy, reż. Dariusz Glazer, wyk. Tomasz Schuchardt - Turek, Ewa Telega, Piotr Machalica, Ewa Kolasinś-ka, Rafał Maćkowiak</div> <div>11:30 <b>Polskie drogi</b> - Lekcja geografii - serial TVP</div> <div>12:55 <b>Latarnik</b> - film TVP, reż. Zygmunt Skonieczny, wyk. Józef Pieracki, Józef Ostrowski</div> <div>14:00 <b>Studio Kultura</b> - Rozmowy</div> <div>14:20 <b>Śladami wielkich kompozytorów</b></div> <div>FILM OBYCZAJOWY</div> <div></div> <div>15:25 <b>Dziewczyny do wzięcia</b><br/>- film TVP, reż. Janusz Kondratiuk, wyk. Jan Mateusz Nowakowski, Jan Stawarz, Ewa Szukul-ska, Ewa Pielarz, Regina Regul-ska</div> <div>16:25 <b>Rok spokojnego słońca</b><br/>- dramat, prod. Polska, Niemcy, USA, 1984</div> <div>18:20 <b>Panna z mokrą głową</b> - serial TVP</div> <div>19:30 <b>Aleksandra Jachtoma</b></div> <div>20:00 <b>Informacje kulturalne</b></div> <div>20:20 <b>Panorama kina polskiego</b> - Wszystko co kocham - film</div> <div>22:05 <b>Więcej niż fikcja</b> - Al-fabet - film dokumentalny</div> <div>24:00 <b>Powidoki</b> - program publicystyczny</div> | <div>06:00 <b>JAG - Wojskowe Biuro Śledcze</b></div> <div>08:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</div> <div>09:00 <b>Rodzinny interes</b></div> <div>10:00 <b>Nash Bridges</b></div> <div>12:00 <b>Kobra - oddział specjalny</b> - fabularny</div> <div>14:00 <b>Agenci NCIS: Los Angeles</b> - fabularny Agenci biura NCIS w Los Angeles działają pod przykrywką, by rozwiązywać trudne i często szokujące sprawy.</div> <div>15:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</div> <div>16:00 <b>Rodzinny interes</b></div> <div>18:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</div> <div>20:00 <b>Czasy ostateczne: Pozostawieni</b></div> <div>FILM SENSACYJNY</div> <div></div> <div>22:05 <b>Żywiół. Deepwater Horizon</b><br/>Wybuch morskiej platformy wiertniczej doprowadza do największego wycieku ropy w historii USA.</div> <div>00:05 <b>Uniwersalny żołnierz: Powrót</b><br/>- program informacyjny prod. Polska</div> <div>01:50 <b>Taki jest świat</b><br/>- program informacyjny prod. Polska</div> <div>02:30 <b>Tajemnice medyczne</b> - film akcji</div> <div>03:35 <b>Biesiada na cztery pory roku</b> - serial obyczajowy</div> <div>04:10 <b>Z archiwum policji</b> - fabularny</div> <div>04:50 <b>Słodka miłość</b></div> | <div>05:10 <b>Szkoła</b></div> <div>06:10 <b>Ukryta prawda</b> - pro-gram obyczajowy</div> <div>07:10 <b>Sąd rodzinny</b> - program sądowy</div> <div>08:10 <b>Szpital</b> - program obyczajowy</div> <div>09:10 <b>Sędzia Anna Maria Wesołowska</b><br/>- program sądowy</div> <div>10:15 <b>Mango telezakupy</b></div> <div>11:55 <b>Ukryta prawda</b> - magazyn obyczajowy</div> <div>12:55 <b>Sąd rodzinny</b> - program sądowy</div> <div>13:55 <b>Sędzia Anna Maria Wesołowska</b><br/>- program sądowy</div> <div>14:55 <b>Szpital</b> - program obyczajowy</div> <div>15:55 <b>Kości</b> - serial, USA</div> <div>16:55 <b>Dr House</b> - serial obyczajowy, USA</div> <div>17:55 <b>Kryminalni</b> - serial kryminalny, Polska</div> <div>19:00 <b>Ukryta prawda</b></div> <div>SERIAL KRYMINALNY</div> <div></div> <div>20:00 <b>Odwroćeni. Ojcowie i córki</b><br/>- serial, Polska<br/>Blacha i Sikora nie utrzymują już ze sobą kontaktu. "Pruszkowscy" gangsterzy są na wolności, odsiedzieli swoje wyroki i stali się legalni. Stary "Pruszków" nie istnieje. Ten, który go zlikwidował - komisarz Paweł Sikora - jest emerytowanym policjantem.</div> <div>22:00 <b>Mgła</b> - film horror, USA, 1980, reż. John Carpenter, wyk. John Carpenter, Adrienne Barbeau</div> <div>23:55 <b>Zagubieni</b> - serial, USA</div> <div>01:55 <b>Druga strona medalu</b> - talk show</div> | <div>06:00 <b>Buffy, postrach wampirów</b></div> <div>07:05 <b>Przygody Kota w butach</b></div> <div>07:35 <b>Dragon Ball Super</b></div> <div>08:00 <b>Nasz Nowy Dom</b></div> <div>09:00 <b>Septagon</b></div> <div>10:00 <b>Anatomia głupoty według Richarda Hammonda</b></div> <div>11:00 <b>Sekrety Sąsiadów Galileo</b></div> <div>13:00 <b>Detektywi w akcji</b> - serial kryminalny, prod. Polska</div> <div>14:00 <b>STOP Drogówka</b></div> <div>15:00 <b>Policjantki i Policjanci</b> - serial obyczajowy, prod. Polska</div> <div>16:00 <b>Przekłeta</b></div> <div>17:00 <b>Bumerang</b></div> <div>17:30 <b>Miłość na Zakręcie</b></div> <div>18:00 <b>Septagon</b></div> <div>19:00 <b>Policjantki i Policjanci</b> - serial obyczajowy</div> <div>20:00 <b>Miłość na Zakręcie</b></div> <div>SERIAL KRYMINALNY</div> <div></div> <div>20:30 <b>Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny</b></div> <div>21:30 <b>Gwiazdy Kabaretu</b></div> <div>22:35 <b>Galileo</b></div> <div>23:40 <b>Diabeł</b><br/>Gdy ktoś rzuca się z okna drapacza chmur, na miejsce przybywa Bowden, by przeprowadzić śledztwo. Tymczasem w tym samym budynku zatrzaskuje się winda, którą jedzie pięć obcych sobie osób.</div> <div>01:20 <b>STOP Drogówka</b> - magazyn prod. Polska</div> <div>02:30 <b>Interwencja</b> - magazyn</div> <div>03:05 <b>SuperLudzie</b></div> <div>04:05 <b>Magazyn Atleti Polsat Sport 2019</b></div> <div>04:40 <b>Trans World Sport 2019</b></div> |

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

wtorek

27 sierpnia

| TVP 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | TVP 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | TVN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | POLSAT                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | TVP Kultura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | TV Puls                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | TVN 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | TV 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div>05:15 <b>Natura w Jedyńce</b><br/>- Sekretne życie psów cz. 1 Najlepszy przyjaciel człowieka - film</div> <div>06:15 <b>Wieczna miłość</b> - serial, prod. Turcja, 2015</div> <div>07:10 <b>Elif</b> - serial, prod. Turcja</div> <div>08:00 <b>Wiadomości</b></div> <div>08:10 <b>Pogoda poranna</b></div> <div>08:15 <b>Kwadrans polityczny</b></div> <div>08:40 <b>Zakochaj się w Polsce</b> - Świnoujście - magazyn</div> <div>09:15 <b>Ranczo</b> - serial obyczajowy TVP</div> <div>10:15 <b>Komisarz Alex</b><br/>- serial kryminalny TVP</div> <div>11:05 <b>Ojciec Mateusz</b><br/>- serial kryminalny TVP</div> <div>12:00 <b>Wiadomości</b></div> <div>12:15 <b>Agrobiznes</b></div> <div>12:30 <b>Agropogoda</b> - magazyn</div> <div>12:35 <b>Magazyn Rolniczy</b></div> <div>12:45 <b>Kalendarium Powsta-<br/>nia Warszawskiego</b></div> <div>12:55 <b>Natura w Jedyńce</b><br/>- Sekretne życie psów</div> <div>SERIAL OBYCZAJOWY</div> <div></div> <div>14:00 <b>Elif</b> - serial, prod. Turcja, 2014</div> <div>15:00 <b>Wiadomości</b></div> <div>15:10 <b>Pogoda</b></div> <div>15:15 <b>Alarm!</b> - magazyn</div> <div>15:35 <b>Okrasa łamie przepisy</b></div> <div>16:05 <b>Wieczna miłość</b> - serial</div> <div>17:00 <b>Teleexpress</b></div> <div>17:30 <b>Jaka to melodia?</b></div> <div>18:25 <b>Jeden z dziesięciu</b></div> <div>19:30 <b>Wiadomości</b></div> <div>20:10 <b>Alarm!</b> - magazyn</div> <div>20:35 <b>Zniewolona</b> - serial</div> <div>21:35 <b>To był rok!</b></div> <div>22:45 <b>Okupowani</b> - Grudzień część 1 - serial</div> <div>23:45 <b>Andrzej Kołodziej. Bardzo polska opowieść</b> - film</div> <div>01:15 <b>Sayonara</b> - film obyczajowy, prod. USA</div> | <div>06:00 <b>Doktor z alpejskiej wioski</b> - serial, prod. Niemcy, 2008</div> <div>06:55 <b>Pójdź za mną</b> - reportaż</div> <div>07:20 <b>Familiada</b> - teleturniej</div> <div>07:55 <b>Pytanie na śniadanie</b></div> <div>11:00 <b>Pogoda</b></div> <div>11:10 <b>Pytanie na śniadanie Extra</b></div> <div>11:25 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy TVP</div> <div>11:55 <b>Na sygnale</b> - serial fabularny obyczajowy TVP</div> <div>12:30 <b>Koło fortuny</b> - teleturniej</div> <div>13:15 <b>Wymarzona miłość</b> - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2018</div> <div>14:10 <b>Postaw na milion</b> - teleturniej</div> <div>15:10 <b>Doktor z alpejskiej wioski</b> - serial</div> <div>16:00 <b>Koło fortuny</b> - teleturniej</div> <div>16:35 <b>Familiada</b> - teleturniej</div> <div>SERIAL OBYCZAJOWY</div> <div></div> <div>17:10 <b>Wieżień miłości</b> - serial prod. Turcja, 2016</div> <div>18:00 <b>Panorama</b></div> <div>18:35 <b>Na dobre i na złe</b> - serial TVP</div> <div>19:35 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy TVP</div> <div>20:10 <b>Piłkarski poker</b><br/>- komedia sensacyjna, reż. Janusz Zaorski, wyk. Małgorzata Pieczyńska, Janusz Gajos, Marian Opania, Mariusz Dmochowski, Jan Englert</div> <div>22:05 <b>Rodzinka.pl</b> - serial komediowy prod. TVP</div> <div>23:20 <b>Śmierć w wilczej skórze</b> - film kryminalny, prod. Francja, 2016</div> <div>01:10 <b>Świat bez fikcji</b></div> <div>02:10 <b>Głina</b> - serial kryminalny</div> | <div>05:45 <b>Uwaga!</b> - magazyn</div> <div>06:15 <b>Mango</b><br/>- telezakupy</div> <div>07:20 <b>Kuchenne rewolucje</b><br/>- program kulinarno-roz-rywkowy</div> <div>08:20 <b>Doradca smaku</b><br/>- Pieczona cielęcina</div> <div>08:30 <b>Dzień Dobry Wakacje</b></div> <div>11:00 <b>Jestem z Polski</b></div> <div>12:00 <b>Ukryta prawda</b><br/>- program obyczajowy</div> <div>13:00 <b>19 +</b></div> <div>14:00 <b>SOS Ekipy w akcji</b></div> <div>15:00 <b>Kuchenne rewolucje</b><br/>- program kulinarno-roz-rywkowy</div> <div>16:00 <b>Szkoła</b></div> <div>17:00 <b>SOS Ekipy w akcji</b></div> <div>18:00 <b>Ukryta prawda</b></div> <div>19:00 <b>Fakty</b></div> <div>19:35 <b>Sport</b></div> <div>19:45 <b>Pogoda</b></div> <div>19:50 <b>Uwaga!</b> - magazyn</div> <div>20:10 <b>Doradca smaku</b></div> <div>SERIAL OBYCZAJOWY</div> <div></div> <div>20:15 <b>Na Wspólnej</b><br/>- serial obyczajowy, Polska</div> <div>20:55 <b>Milionerzy</b><br/>- program rozrywkowy</div> <div>21:35 <b>Haker</b><br/>- film sensacyjny, USA, 2015, reż. Michael Mann, wyk. Chris Hemsworth, Leehom Wang, Wei Tang, Viola Davis, Holt McCallany</div> <div>00:15 <b>Kuba Wojewódzki</b> - talk show</div> <div>01:15 <b>Porwani</b> - serial, USA</div> <div>02:15 <b>Salon sukien ślubnych Goka</b></div> <div>03:15 <b>Uwaga!</b> - magazyn prod. Polska</div> <div>03:40 <b>Noc Magii</b></div> | <div>06:00 <b>Nowy dzień z Polsat News</b></div> <div>08:45 <b>Malanowski i Partnerzy</b><br/>- serial kryminalny, prod. Polska</div> <div>09:45 <b>Dzień, który zmienił moje życie</b><br/>- serial obyczajowy, prod. Polska</div> <div>10:45 <b>Dlaczego ja?</b></div> <div>11:45 <b>Gliniarze</b></div> <div>12:45 <b>Trudne sprawy</b></div> <div>13:45 <b>Sekrety rodziny</b></div> <div>14:45 <b>Dlaczego ja?</b></div> <div>15:50 <b>Wydarzenia</b></div> <div>16:10 <b>Pogoda</b></div> <div>16:15 <b>Interwencja</b> - magazyn reporterów</div> <div>16:40 <b>Gliniarze</b></div> <div>17:40 <b>Sekrety rodziny</b></div> <div>18:50 <b>Wydarzenia</b></div> <div>19:20 <b>Sport</b></div> <div>19:25 <b>Pogoda</b></div> <div>19:30 <b>Świat według Kiepskich</b> - serial kome-diowy, prod. Polska</div> <div>THRILLER</div> <div></div> <div>20:05 <b>Salt</b><br/>- thriller<br/>Evelyn Salt, zaufana i lo-jalna agentka CIA, zostaje zmuszona do ucieczki, gdy pewnemu rosyjskiemu zdrajcy udaje się prze-konać jej przełożonych, że jest ona podwójną agentką, wysłaną by zamordować prezydenta Stanów Zjednoczonych.</div> <div>22:25 <b>Ultraviolet</b></div> <div>00:30 <b>Skazany na śmierć</b><br/>Posesjon odusiuje przekonać Sarę do swoich motywacji.</div> <div>01:30 <b>Bad Boys II</b></div> <div>04:35 <b>Kabarety</b></div> <div>04:55 <b>Disco Gramy</b><br/>- program rozrywkowy prod. Polska</div> | <div>08:00 <b>Teledyski</b></div> <div>08:25 <b>Informacje kulturalne</b></div> <div>08:40 <b>Szlakiem miejsc niezwykłych</b> - Pomniki Historii - Żagań - reportaż</div> <div>09:00 <b>Antyfonie</b> - Kujawski/ Połoz/Szumacher - film</div> <div>09:35 <b>Rok spokojnego słońca</b><br/>- dramat, prod. Polska, Niemcy, USA, 1984, reż. Krzysztof Zanussi, wyk. Maja Komorowska, Scott Wilson, Hanna Skarżanka, Ewa Dąbkowska</div> <div>11:30 <b>Polskie drogi</b> - Rocznica</div> <div>13:10 <b>Nasza ulica</b> - film krótkometrażowy, reż. Łukasz Palkowski</div> <div>13:50 <b>Studio Kultura</b></div> <div>14:05 <b>Niedziela z... Filipem Bajonem</b></div> <div>15:00 <b>Niedzielne dzieci</b> - film TVP, reż. Agnieszka Holland, wyk. Zofia Grawie-wicz, Ryszard Kotys</div> <div>16:25 <b>Wrota Europy</b></div> <div>SERIAL TVP</div> <div></div> <div>17:50 <b>Panna z mokrą głową</b> - serial TVP</div> <div>19:05 <b>Powidoki</b> - program publicystyczny</div> <div>19:25 <b>Koło pióra</b></div> <div>19:40 <b>One. Kobiety kultury</b></div> <div>20:20 <b>Lekkie obczyaje</b><br/>- Twórcza kontrola - dramat, prod. USA, 2015</div> <div>22:05 <b>Żelazna klasyka</b><br/>- Sobowtór - dramat historyczny, prod. Japonia, USA, 1980, reż. Akira Kurosawa</div> <div>00:50 <b>Nocny dokument</b><br/>- W pierwszej fazie lotu</div> <div>01:50 <b>Leszek Moździerz &amp; Hol-land Baroque</b> - koncert</div> <div>03:15 <b>Kino nocne</b><br/>- Warszawa<br/>- film obyczajowy, reż. Dariusz Gajewski</div> | <div>06:00 <b>JAG - Wojskowe Biuro Śledcze</b></div> <div>08:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</div> <div>09:00 <b>Rodzinny interes</b></div> <div>10:00 <b>Nash Bridges</b></div> <div>12:00 <b>Kobra - oddział specjalny</b> - fabularny</div> <div>14:00 <b>Agenci NCIS: Los Angeles</b> - fabularny</div> <div>15:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial obyczajowy</div> <div>16:00 <b>Rodzinny interes</b></div> <div>18:00 <b>Lombard. Życie pod zastaw</b> - serial</div> <div>20:00 <b>Protektor</b></div> <div>FILM SENSACYJNY</div> <div></div> <div>21:55 <b>Tokarev: zabójca z przeszłości</b><br/>- film sensacyjny<br/>Kiedy rosyjska mafia porwa córkę byłego kryminalisty, mężczyzna zbiera swoją starą ekipę i wymierza sprawiedliwość porywaczom.</div> <div>23:50 <b>Puls lata</b></div> <div>23:55 <b>Spirit: duch miasta</b></div> <div>02:10 <b>Tajemnice medyczne</b> - film akcji</div> <div>03:15 <b>Biesiada na cztery pory roku</b> - serial obyczajowy</div> <div>04:40 <b>Z archiwum policji</b> - fabularny</div> <div>05:00 <b>Słodka miłość</b> - telenowela</div> | <div>05:10 <b>Szkoła</b></div> <div>06:10 <b>Ukryta prawda</b> - program obyczajowy</div> <div>07:10 <b>Sąd rodzinny</b> - program sądowy</div> <div>08:10 <b>Szpital</b> - program obyczajowy</div> <div>09:10 <b>Sędzia Anna Maria Wesołowska</b><br/>- program sądowy</div> <div>10:15 <b>Mango telezakupy</b></div> <div>11:55 <b>Ukryta prawda</b> - magazyn obyczajowy</div> <div>12:55 <b>Sąd rodzinny</b> - program sądowy</div> <div>13:55 <b>Sędzia Anna Maria Wesołowska</b><br/>- serial obyczajowy</div> <div>14:55 <b>Szpital</b> - program obyczajowy</div> <div>15:55 <b>Kości</b> - serial, USA</div> <div>16:55 <b>Dr House</b> - serial obyczajowy, USA</div> <div>17:55 <b>Kryminalni</b> - serial kryminalny, Polska</div> <div>19:00 <b>Ukryta prawda</b></div> <div>FILM SENSACYJNY</div> <div></div> <div>20:00 <b>Godzina zemsty</b><br/>- film sensacyjny, USA, 1999, reż. Brian Helgeland, wyk. Mel Gibson, Gregg Henry, Maria Bell, David Paymer, Bill Duke, Deborah Unger, Lucy Liu, William Devane, Kris Kristofferson, James Coburn</div> <div>22:15 <b>Martwa cisza</b><br/>- film sensacyjny, Australia, 1988, reż. Phillip Noyce, wyk. Nicole Kidman, Sam Neill, Billy Zane, Rod Mulliner, Joshua Tilden</div> <div>00:15 <b>Zagubieni III</b> - serial</div> <div>01:10 <b>Druga strona medalu</b> - talk show</div> <div>02:15 <b>Noc Magii</b></div> | <div>06:00 <b>Buffy, postrach wampirów</b></div> <div>07:05 <b>Przygody Kota w butach</b></div> <div>07:35 <b>Dragon Ball Super</b></div> <div>08:00 <b>Nasz Nowy Dom</b></div> <div>09:00 <b>Septagon</b></div> <div>10:00 <b>Anatomia głupoty według Richarda Hammonda</b></div> <div>11:00 <b>Sekrety Sąsiadów Galileo</b></div> <div>13:00 <b>Detektywi w akcji</b> - serial kryminalny, prod. Polska</div> <div>14:00 <b>STOP Drogówka</b></div> <div>15:00 <b>Policjantki i Policjanci</b> - serial obyczajowy, prod. Polska</div> <div>16:00 <b>Przekłeta</b></div> <div>17:00 <b>Bumerang</b></div> <div>17:30 <b>Miłość na Zakręcie</b></div> <div>18:00 <b>Septagon</b></div> <div>19:00 <b>Policjantki i Policjanci</b> - serial obyczajowy</div> <div>20:00 <b>Miłość na Zakręcie</b></div> <div>SERIAL KRYMINALNY</div> <div></div> <div>20:30 <b>Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny</b></div> <div>21:40 <b>Diabeł</b></div> <div>23:25 <b>Dzieci</b><br/>Elaine wraz z mężem i tró-jką dzieci na okres między Bożym Narodzeniem a Nowym Rokiem jedzie w odwiedziny do siostry Chloe, która wraz ze swoją rodziną mieszka w położonym wśród lasów domu. Obie pary rodziców obserwują coraz dziwniejsze zachowanie swoich pociech, które awanturowują się i co rusz sięgają po różne niebezpieczniejsze narzędzia.</div> <div>01:00 <b>STOP Drogówka</b> - magazyn prod. Polska</div> |

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

# S.O.S...

## psycholog potrzebny od zaraz!

**W codziennym życiu coraz częściej narażeni jesteśmy na silny stres i presję, które przekładają się na naszą kondycję psychiczną. W bliskim otoczeniu często spotykamy osoby, które borykają się z trudnościami na podłożu emocjonalnym, takimi jak obniżony nastrój, lęk, trudności w relacjach społecznych. Problemy często dotyczą zarówno dorosłych, jak i dzieci oraz młodzieży. Jak pomóc bliskim osobom, bądź sobie, kiedy mierzymy się problemami dnia codziennego? Gdzie szukać pomocy? Czego możemy spodziewać się w trakcie spotkania z psychologiem?**

Na te i podobne pytania odpowie nam psycholog i psychoterapeuta, Kamila Korzeniewska-Walczak z Pracowni Psychoterapii i Rozwoju SENS w Nowym Dworze Mazowieckim.

**Pracownia Psychoterapii i Rozwoju SENS działa w Nowym Dworze Mazowieckim już prawie rok. Czy przez ten czas pracując w Pracowni jako psychoterapeuta widzi Pani potrzebę wśród mieszkańców na korzystanie z usług psychologa/psychoterapeuty?**

Tak, jak najbardziej. W Nowym Dworze nie było miejsca, w którym można było uzyskać kompleksową pomoc psychologiczną, w takim zakresie jak ma to miejsce u nas. Nasz zespół terapeutyczny stale się rozrasta, nowych klientów wciąż przybywa, a osoby, które rozpoczynają terapię zostają najczęściej z nami na dłużej – samo to pokazuje, że ta potrzeba jest. Mam wrażenie, że z roku na rok liczba osób szukających pomocy jest coraz większa. Dodatkowo wzrasta świadomość dotycząca tego, że pomoc psychologiczna jest ważna i potrzebna – odchodzimy od mitu, że korzystanie z porad psychologa jest czymś wstydliwym. Przychodzą do nas zarówno osoby dorosłe po pomoc indywidualną, ale również pary, rodziny i oczywiście rodzice szukający wsparcia dla swoich dzieci.

**Co powinno być sygnałem alarmowym informującym nas, że warto poszukać pomocy u specjalisty? Co powinno zaniepokoić rodziców, jeśli chodzi o problemy u dziecka, czy nastolatka?**

Jest to bardzo indywidualna kwestia. Sygnałem alarmowym powinny być wszelkie problemy emocjonalne, takie jak obniżony nastrój, lęk, trudności w radzeniu sobie ze stresem, nadmierna drażliwość, kłopoty ze snem, trudności w relacjach. Jeśli takie problemy znacząco utrudniają nam codzienne funkcjonowanie, wpływają na pogorszenie jakości naszego życia lub relacji z innymi ludźmi i towarzyszą 2-3 miesiące, powinniśmy zwrócić się o pomoc do specjalisty. Jeśli chodzi o dzieci i młodzież tutaj niepokojąca dla rodzica może być nagła zmiana w zachowaniu dziecka – trudności w radzeniu sobie z emocjami, nagłe porzucenie dotychczasowych zainteresowań, przyjaciół i znaczące ograniczenie codziennej aktywności lub przeniesienie uwagi wyłącznie na jeden obszar np. gry komputerowe. Nadmierne korzystanie z multimediów, ale też spadek koncentracji czy pogorszenie sytuacji szkolnej również mogą być sygnałem

alarmowym. U dzieci niepokojące mogą być także bóle o podłożu psychosomatycznym. Niezdiagnozowane bóle brzucha, głowy, złe samopoczucie – często mogą być sygnałem świadczącym o problemach emocjonalnych. Oczywiście nie udajemy się do psychologa od razu po pierwszej jedynce w dzienniku lub jednym dniu, kiedy dziecko nie miało ochoty wyjść z przyjaciółmi, ale kluczowa jest tu obserwacja dziecka i rozmowa. W przypadku kiedy sytuacja się przedłuża, konsultacja z psychologiem może okazać się bardzo pomocna. Wyjątkiem, kiedy rodzic powinien zareagować od razu są sytuacje związane z samookaleczaniem, głodzeniem się, stosowaniem substancji psychoaktywnych, myślami samobójczymi.

**A co jest powodem tego, że pomimo przeżywanych trudności ludzie nie szukają dla siebie pomocy?**

Najczęściej jest to lęk przed opowiedzeniem o swoich problemach obcej osobie – obawa przed oceną, poczucie że ludzie mają „poważniejsze” problemy, strach przed całkiem nową sytuacją, bądź przed tym, że i tak „nikt mnie nie zrozumie, nie da rady mi pomóc”. Są to obawy, które są naturalne, ale zupełnie niepotrzebnie prowadzą do rezygnacji z szukania pomocy dla siebie, a konsekwencją jest czasami długoletnie pozostawanie w złej i stale pogarszającej się kondycji psychicznej.

**Skoro często są to obawy związane z nową sytuacją i lękiem przed rozmową z obcą osobą o swoich problemach, to czego możemy się spodziewać na pierwszym spotkaniu z psychologiem/psychoterapeutą?**

W naszej Pracowni z pewnością możemy się spodziewać uśmiechu na „dzień dobry” i ciepłej herbaty. Psychoterapeuta na pierwszych spotkaniach stara się najczęściej poznać osobę, z którą rozmawia, jej problem i jego przyczyny, aby móc zaproponować jak najbardziej dopasowaną formę pomocy. Często dla osób, które nas odwiedzają jest to pierwsza okazja do tego, żeby wyrzucić z siebie tłumione miesiącami, czasem latami emocje i rzucić z siebie ciężar przeżywanego problemu. Psychoterapeuta nie ocenia – przede wszystkim słucha, pyta i wspiera w drodze do lepszego samopoczucia, a każda osoba i każdy problem są traktowane bardzo indywidualnie.



PRACOWNIA PSYCHOTERAPII I ROZWOJU

**KOMPLEKSOWE  
USŁUGI  
PSYCHOLOGICZNE**  
dla dorosłych,  
dzieci  
i młodzieży

**ZAPRASZAMY  
na konsultacje  
ze specjalistami**

- Psychologiem
- Psychologiem dziecięcym
- Psychoterapeutą dorosłych
- Psychoterapeutą par i rodzin
- Terapeutą uzależnień
- Psychodietetykiem
- Psychoterapeutą dzieci i młodzieży
- Logopedą

**SENS**

**PRACOWNIA**

**PSYCHOTERAPII I ROZWOJU**

telefon **576 12 15 15**

ul. Dębowa 25/1, 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki

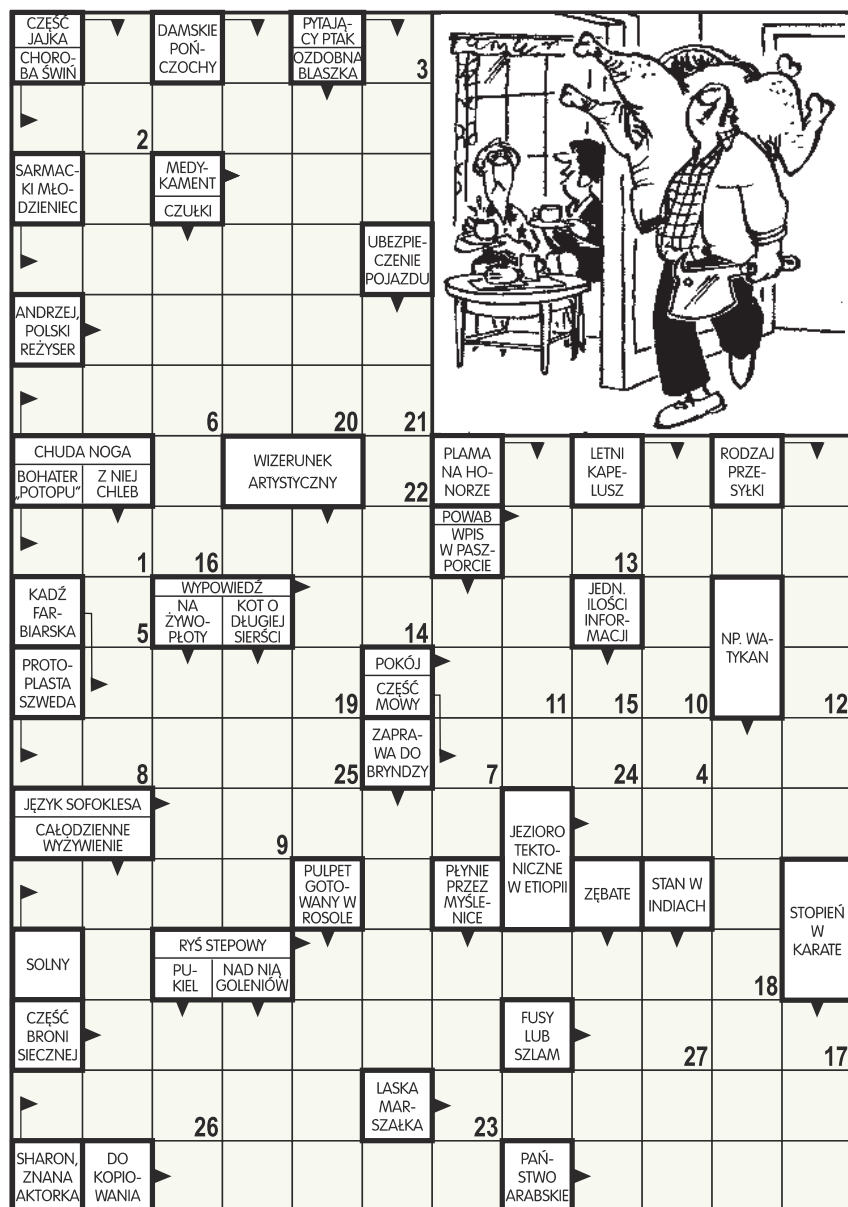
**www.sens-pracownia.pl**



# ROZRYWKOWE TO I OWO nr 161

Redaguje:  
Władysław Firlik

## 1. REWIZYTA I DO SYTA

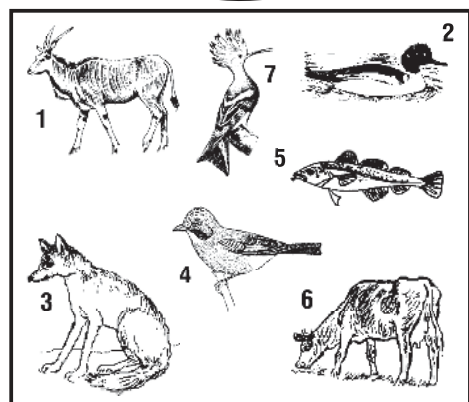
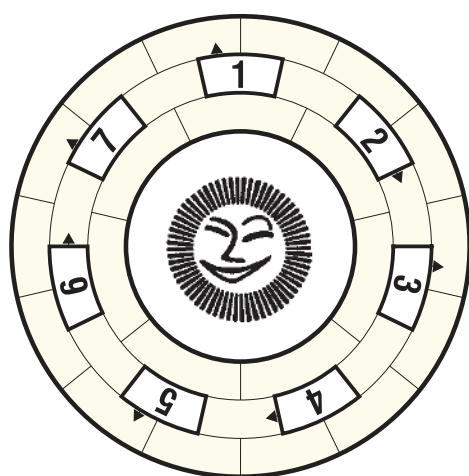


Litery z pól ponumerowanych od 1 do 27 utworzą słowa do koleżanki.

## 5. HOMONIM

Właściciel malucha w rozpaczy  
\_\_\_\_\_ fiacza chodzi,  
bo oto rankiem zobaczył,  
że \_\_\_\_\_ ukradł złodziej.

## 8. WIRÓWKA OBRAZKOWA



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

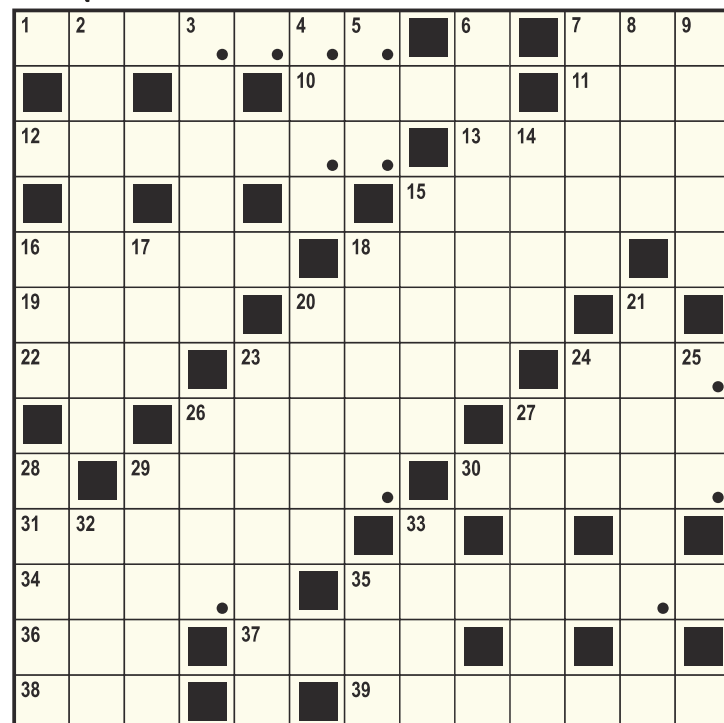
## 6. MIŁOŚNIK ZWIERZĄT



W magazynie (duży obrazek) ukryło się siedem myszy. Pomóżcie panu Dionizemu w poszukiwaniach i znajdźcie ich co najmniej 5. Najlepiej, gdy zaznaczycie je pisakiem lub kredką.

## 2. KRZYŻÓWKA KLASYCZNA

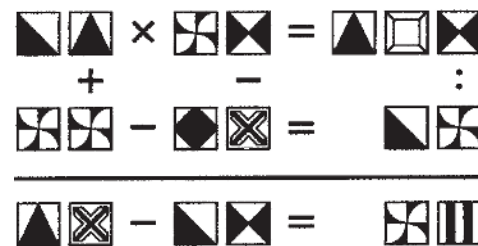
Litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.



## 3. KALAMBUR

Dwoje w parku i z Peru złoty,  
będzie potrzebny, gdy przyjdą słoty.

## 4. ALGEBRAF



Wiedząc, że jednokowym symbolem odpowiadają jednokowe cyfry, należy wykonać działania matematyczne.

## 7. SZYFROGRAM OD M DO W

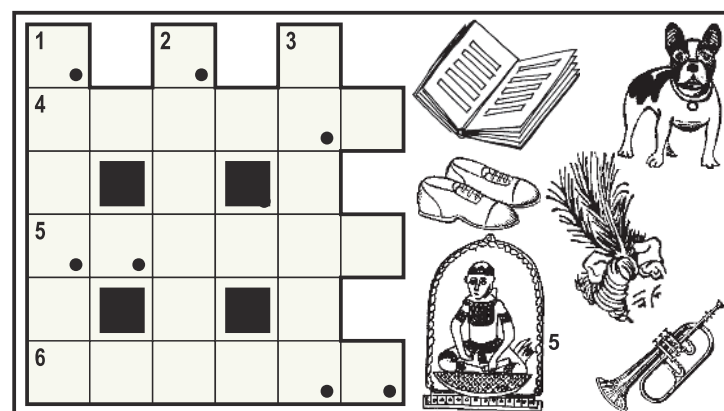
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 45 utworzą myśl Alfonsa Allaisa.

| M | 43 | 23 | 4  | 27 | 11 |
|---|----|----|----|----|----|
| N | 14 | 1  | 19 | 44 | 45 |
| O | 12 | 42 | 25 | 35 | 5  |
| P | 8  | 28 | 17 | 40 | 31 |
| R | 34 | 29 | 2  | 18 | 7  |
| S | 6  | 20 | 41 | 13 | 36 |
| T | 21 | 9  | 3  | 32 | 15 |
| U | 38 | 16 | 26 | 10 | 30 |
| W | 33 | 37 | 39 | 22 | 24 |

M) twierdza w pobliżu ujścia Narwi do Wisły niedaleko Warszawy,  
N) coś dotąd niespotykanego,  
O) uzdrowskie miasto niedaleko Warszawy, z ośrodkiem badań jądrowych w Świerku,  
P) potrawa hiszpańska z ryżu du-

szonego z mięsem, rybą i jarzynami,  
R) przeżytek,  
S) rzeka w Tanzanii łącząca Jez. Kitangiri i Jez. Eyasi,  
T) wybitne zdolności,  
U) fragment tekstu,  
W) dopływ Wisły lub samiec świni.

## 9. KRZYŻÓWKA OBRAZKOWA



Litery z pól zaznaczonych utworzą rozwiązanie.

ROZRYWKOWE TO I OWO  
**KUPON - 161**

# Zapomnij o wstydlwym popuszczaniu Uszczelnij swój pęcherz w



**Nowatorska metoda przywraca kontrolę nad trzymaniem moczu.  
Dołącz do grona 126 700 Polaków i pokonaj problemy z pęcherzem.**

Tysiące osób potwierdza: nowa metoda regeneruje układ moczowy i uwalnia od krępującego popuszczania już od 1. zastosowania. Skutecznie uszczelnia drogi moczowe i likwiduje uczucie parcia na pęcherz. **Błyskawicznie przywraca kontrolę nad oddawaniem moczu i poprawia komfort życia.**

**A**utorska metoda opracowana przez niemieckiego urologa Matthiasa Meissnera to prawdziwa rewolucja w walce z nietrzymaniem moczu. **Ponad 98,7% osób**, które stosują innowacyjną kurację zadeklarowało, że już w **1. tygodniu** dolegliwości związane z niekontrolowanym popuszczaniem ustają. Dzięki temu odkryciu każdy może **odzyskać panowanie nad pęcherzem, znacząco wydłużyć czas pomiędzy wizytami w toalecie oraz poprawić jakość swojego życia codziennego**. Bez zabiegów, krępujących wizyt u lekarza czy w aptece, bez wstydu. W czym tkwi sekret?

## Uderza w źródło problemu



**Prof. Matthias Meissner – twórca metody**

Aby trwale zlikwidować problem nietrzymania moczu nie wystarczy działać jedynie doraźnie. Należy dotrzeć bezpośrednio do źródła schorzenia i zregenerować układ moczowy już na poziomie komórkowym. Preparat oparty jest na połączeniu specjalnie wyselekcjonowanych składników aktywnych, które odbudowują błonę śluzową dróg moczowych, wzmacniają mięśnie dna miednicy aż o 84% i przywracają kontrolę nad pęcherzem już po 1. zastosowaniu.

## Błyskawiczny ratunek dla pęcherza

Nieważne jaka jest przyczyna nietrzymania moczu oraz od jak dawna cierpisz z powodu tego problemu. Liczne badania wykazały, że preparat jest skuteczny dla każdego, bez względu na płeć, wiek, przyczynę i stopień zaawansowania schorzenia. „We wszystkich przypadkach po 2-3 dniach od rozpoczęcia kuracji, pacjenci odczuwają wyraźne złagodzenie parcia na cewkę moczową. Niekontrolowane popuszczanie moczu stopniowo mija, a częstotliwość wizyt w toalecie **zmniejsza się nawet 8-krotnie** w stosunku do stanu sprzed kuracji. Oznacza to, że można wytrzymać z pełnym pęcherzem **nawet ponad pół dnia**.” – tłumaczy Meissner.

**100% skuteczność potwierdzona testami klinicznymi**

**Formuła działa kompleksowo, zwalczając każdy rodzaj nietrzymania moczu:**

- 1 WYSIŁKOWE** – z powodu kichania, śmiania się, kaszlu, wysiłku fizycznego
- 2 NAGŁĄCE** – najczęściej w wyniku zapalenia pęcherza, nocne mikcje
- 3 Z PRZEPEŁNIENIA** – m.in. w przypadku problemów z prostatą lub po porodzie

## Jak działa ta metoda?

Swoją niezwykle wysoką skuteczność preparat zawdzięcza odpowiednio dobranym **substancjom aktywnym**, które posiadają zdolność do hamowania **nadreaktywności pęcherza moczowego**. Ściany układu moczowego stają się bardziej elastyczne i napięte dzięki czemu zmniejsza się uczucie nieustannego parcia na cewkę. Preparat stosowany regularnie znacząco **wzmacnia mięśnie dna miednicy**, które są odpowiedzialne za trzymanie uryny. Dodatkowo pobudza on organizm do wzmożonej produkcji testosteronu oraz estrogenów, czyli związków, które odpowiadają za przywracanie prawidłowego odruchu opróżniania pęcherza. **Już w ciągu 24 h od 1. zastosowania** zauważalne jest zmniejszenie popuszczania i konieczności częstych wizyt w toalecie.

## Pozbądź się dyskomfortu

Z wypowiedzi ekspertów dowiadujemy się, że do tej pory nie było na rynku tak **błyskawicznej i skutecznej metody walki z nietrzymaniem moczu**. Prawdziwą rewolucją jest to, że formuła prof. Meissnera jest całkowicie **naturalna i bezpieczna** dla organizmu, a przy tym nie wymaga dużych nakładów finansowych ani przeprowadzania **skomplikowanych operacji i długiej rekonwalescencji**. Preparat oparty jest wyłącznie na substancjach **bioaktywnych pochodzenia naturalnego**, które regenerują drogi moczowe już na poziomie komórkowym, poprawiają jędrność tkanek i wzmacniają mięśnie dna miednicy. Tak kompleksowe działanie sprawia, że **cały układ moczowy staje się szczelny i sprężysty**, a Ty nie odczuwasz **uciążliwego parcia i uczucia przepełnienia**.

## Wreszcie żyję normalnie



„Nietrzymanie moczu i ciągle parcie na pęcherz potrafią uprzykrzyć każdy dzień. Wiele lat zmagalam się z tym problemem, noszenie wstrętnych pieluchomajtek i wkładki higieniczne było jedynym rozwiązaniem, żeby nie najeść się wstydu publicznie. Nie czułam się kobietą, ukrywałam się pod warstwami workowatych ubrań, bo bałam się, że coś przecieknie. Na szczęście trafiłam na preparat prof. Meissnera. Niekontrolowane popuszczanie ustąpiło już po kilku dniach kuracji, a ja odzyskałam wiarę w siebie i dawny komfort życia. Rewelacja!”

*Alicja (53l., Wałbrzych)*

## IMPONUJĄCE REZULTATY

- uszczelnienie układu moczowego 24h
- zlikwidowanie problemu nietrzymania moczu w 7 dni
- zmniejszenie parcia na cewkę moczową
- 8-krotne zmniejszenie częstotliwości wizyt w toalecie
- wzmocnienie mięśni dna miednicy o 84%
- odzyskanie 100% kontroli nad pęcherzem

## Nietrzymanie moczu? To nie dla mnie!

„Moje życie było uzależnione od problemów z pęcherzem. Musiałem skrupulatnie planować każde wyjście z domu zastanawiając się, czy będę mógł gdzieś skorzystać z toalety. Bałem się, że znowu popuszczę na ulicy czy w sklepie i ktoś to zauważy i mnie wyśmiej. Nigdy bym nie pomyślał, że tak szybko mogę pozbyć się tej udręki! Wystarczyły zaledwie 2 tygodnie, żeby to uporczywe parcie na pęcherz zniknęło. Teraz nie muszę ciągle być w pobliżu łazienki, przestałem popuszczać i mogę wytrzymać pół dnia bez wizyt w toalecie.”

*Krzysztof (49l., Kalisz)*

## Zapanuj nad swoim pęcherzem

Już ponad 126 700 osób uporało się z nietrzymaniem moczu i pożegnało się z wstydlwym popuszczaniem dzięki kuracji prof. Meissnera. Preparat jest dostępny **wyłącznie w sprzedaży telefonicznej**. Dla pierwszych **100 osób** producent przygotował specjalną ofertę promocyjną – wystarczy, że zadzwonisz pod poniższy numer szybciej od innych, a **otrzymasz kurację w najniższej cenie!**

## ODZYSKAJ KOMFORT ŻYCIA!

Już dziś zregeneruj i uszczelnij swój układ moczowy, zapomnij o popuszczaniu i pozbądź się wstydu **raz na zawsze!** Pierwsze **100 osób**, które zadzwoni na poniższy numer telefonu, otrzyma **73% dofinansowanie** oraz całkowicie darmową wycenę na preparat prof. Meissnera.

**Zadzwoń: 81 300 31 38**

**Od poniedziałku do niedzieli 8:00 - 20:00**  
Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat

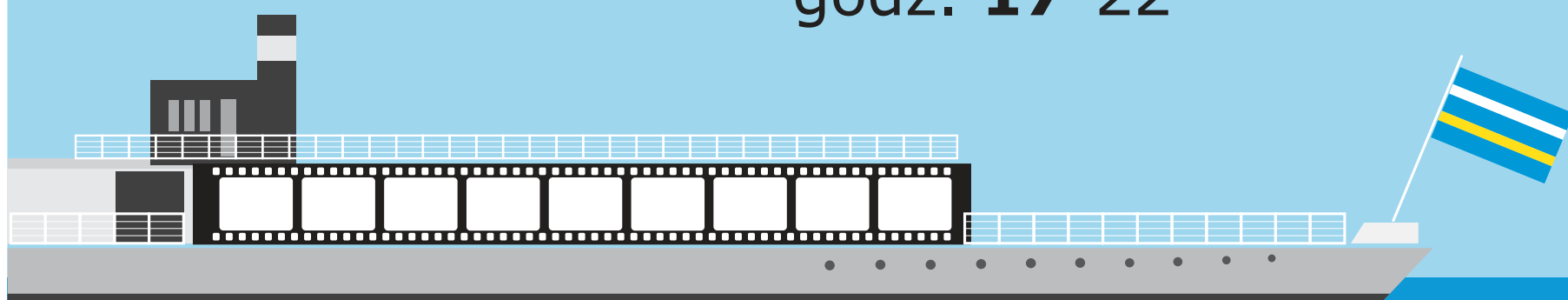
**Promocja obowiązuje do 28 sierpnia 2019 r.**

50 lat temu na wodach zegrzyńskiego akwenu  
kręcono kultową komedię „Rejs”



# filmowy REJS

**28 sierpnia**  
godz. **17-22**



W programie:

- **rejs statkiem Zefir** po Jeziorze Zegrzyńskim  
start i meta: molo przy plaży w Serocku (podczas rejsu animacje, konkursy i zabawy rodem z PRL-u)
- **projekcja filmu „Rejs”** w reżyserii Marka Piwowskiego
- **spotkanie z Maciejem Łuczakiem** – autorem książki „Rejs czyli szczególnie nie chodzę na filmy polskie” i **Januszem Kłosińskim** wcielającym się w „Rejsie” w rolę śpiewaka Józia (rozmowę poprowadzi Magda Felis)

Uczestnicy wydarzenia zostaną wybrani spośród osób, które rozwiążą quiz opublikowany na profilu FB Powiatowej Instytucji Kultury w Legionowie.  
O zaokrętowaniu na statek uczestnicy zostaną powiadomieni drogą mailową.

Udział w wydarzeniu jest bezpłatny.

patroni:  **POWIAT LEGIONOWSKI**  
*Przystań w sercu Mazowsza*

 **miasto i gmina Serock**

organizatorzy:

**PiK**  
Powiatowa  
Instytucja Kultury  
w Legionowie



sponsorzy:  **NARVIL**  
Conference & Spa  
★★★★

 **WINDSOR**  
HOTEL ★★★★★

patroni  
medialni:

**TVP 3**  
WARSZAWA

**chillizet**

**tołowo**

**POWIATOWA**  
KULTURA

**Bezpieczna pożyczka**  
EKSPRESOWA

Pożyczamy nawet do 5000 zł  
Gotówka w 1 dzień  
Wystarczy dowód

**SPRAWDŹ NAS!**  
**797-705-110**

## PRACA

### dam pracę

- Zatrudnię ekspientkę, wiadomość na miejscu - w sklepie „U Gosi” przy ul. Jana III Sobieskiego lub pod numerem tel. 502327717  
LEG 50589
- Dekarza lub pom. dekarza 531063848  
LEG 50452
- Firma porządkowa poszukuje osób do pracy w Zegrzu. Praca na terenie zewnętrznym i w biurach. Od poniedziałku do piątku. Umowa o pracę. Chętnych prosimy o kontakt pod numerem 510 275 522  
LEG 50589
- Maniurzystkę i stylistkę rzes i brwi Legionowo 698825133  
LEG 50605
- Niepełnosprawne Panie/Panów do pakowania, stała praca, dodatek rehabilitacyjny. 606 829 141  
LEG 50573
- Praca przy sprzątaniu dla Pań, stawka 11 zł. netto + premię. Godziny pracy 6-14, 14-22. Miłe widziane osoby z orzeczeniem o niepełnosprawności. 507699736 karym.manan@hr-progress.com.pl  
NDM 50588
- Pracowników ogólnobudowlany mile widziane doświadczenie. 504-022-432  
LEG 50592
- Salon Fryzjerski w Legionowie ul. Rycerska 1 podejmie współpracę z manicurzystką 505 004 085  
LEG 50549
- Sklep spożywczy zatrudni ekspientkę. Umowa na stałe. Tel. 508-295-991  
NDM 50563
- SZUKAMY operatorów produkcji i operatorów wózka widłowego Czosnów tel. 725 258 529  
NDM 50575
- Zatrudnię kucharzy, pomoc kuchni, pana do lepienia pierogów, kierowce do cateringu. Miejsce Kazuń Nowy tel. 506 252 601  
NDM 50617

**LUK MARK**  
BALUSTRADY NIERDZEWNE  
ŁĄCZONE ZE SZKŁEM I DREWNIEM  
Tel. **532 364 946**  
**www.lukmark.pl**

- Zatrudnię operatora MINIKOPARKI. Praca na nowym sprzęcie (2019 r.) Wysokie zarobki! Więcej informacji pod numerem 508262795 jurkiewicz@op.pl  
LEG 50591
- Zatrudnię opiekunę z prawem jazdy i samochodem do odbierania 2 dzieci ze szkoły. 600299291 sylwiapanfilowicz@gazeta.pl  
LEG 50606
- Zatrudnię samodzielne ekipy hydrauliczne 604939928  
NDM 50590

### szukam pracy

- Posprzątam dom, mieszkanie, zaopiekuję się osobą starszą 723 730 290  
PUL 50612
- Posprzątam dom, mieszkanie, umyję okna, w Legionowie. Tel. 889551575  
LEG 50581
- Sprzątanie, prasowanie, mycie okien, mam referencje 575804587  
LEG 50615

## AUTO-MOTO

### sprzedam

- Ford Fusion 2005 1.4 tdcii sprzedam 501814347  
PUL 50596
- Kupię Każde Auto Skuter Motor Busy W każdym stanie Szybka Wyce- na Szybki Odbiór Zaświadczenia- Do Kasacji Najlepsze Ceny Masz Coś- Dzwonić Napewno Się Dogadamy 502964469  
LEG 50480

### usługi i akcesoria

- Firma „JiM” sp. z o.o. sprzedaje wózek widłowy Hyundai rok. prod. 2005, stan techniczny niesprawny, wyeksploatowany 23/6920384  
PUL 50608

**INTER CARS**  
Filia Legionowo  
ul. Zegrzyńska 4  
tel.: 22 767 53 80  
tel.: 22 767 53 89  
**INTERCARS.COM.PL**

**OGŁOSZENIA DROBNE**  
można nadać na stronie  
**www.nadajdrobne.pl**

## ZDROWIE

### przychodnie

**ultramédica**  
CENTRUM ZDROWIA KOBIETY  
KLINIKA  
GINEKOLOGICZNO - POŁOŻNICZA  
Legionowo, ul. Sienkiewicza 10 i p. nad HEBE  
tel. 22 732 24 86, 518 447 748  
LEG 49827

- ULTRAMEDICA CENTRUM 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  
LEG 49827

### lekarze

- Dr. n.med. pediatra - neonatolog Maria Gudyka-Piórkowska L-wo, Sienkiewicza 30, 601593502, 22 784 14 18  
LEG 49733
- Dr n.med Robert Piórkowski Gabinet ginekologiczny L-wo ul. Husarska 9 blok 107, 22 7841418, 601 391 910  
LEG 49732
- Family Dent Legionowo, ul. Sobieskiego 27 227935322, 536240617 www.familydent.waw.pl  
LEG 49735
- GABINET ENDOKRYNOLOGICZNO GINEKOLOGICZNY dr nauk med. Tadeusz Podsiadłowski L-wo ul. Zegrzyńska 11 A pon.- pt - całodobowo, leczenie trądziku 784 81 98, 602 272 345  
LEG 49731

**KARDIOLOG**  
specjalista chorób wewnętrznych  
**JOLANTA GAWRZYŃSKA**  
**www.kardiologwlegionowie.pl**

- KARDIOLOG spec. chorób wew. J. Gawrzyńska L-wo, Kolejowa 104 A. ECHO, EKG, Holter, wizyty dom. 604 056 114 www.kardiologwlegionowie.pl  
LEG 49734

**KONSTAŁ PRODUCENT**  
**GARAŻE Blazane BRAMY Garażowe KOJCE dla Psów**  
Najniższe **GENY**  
Różne wymiary  
Transport i montaż **GRATIS** cały KRAJ  
Dogodne **RATY**

**23-683-10-85 24-368-32-17**  
**25-643-57-75 29-642-34-61**  
**22-100-45-96 505-526-036**  
**www.konstal-garaze.pl**

**OGŁOSZENIA DROBNE**  
do bieżącego numeru  
przyjmujemy  
do poniedziałku  
do godziny 14:00.

Burmistrz Miasta Nowy Dwór Mazowiecki informuje, że w dniu 13 sierpnia 2019r. podał do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowym Dworze Mazowieckim ul. Zakroczymska 30 (III piętro) i na tablicy ogłoszeń przed budynkiem Urzędu Miejskiego oraz Biuletynie Informacji Publicznej (www.bip.nowydwormaz.pl) **wykaz lokali mieszkalnych** stanowiących własność Gminy Miasta Nowy Dwór Mazowiecki, **przeznaczonych do zbycia na rzecz najemców tych lokali**, zgodnie z Uchwałą Nr XL/387/09 Rady Miejskiej w Nowym Dworze Mazowieckim z dnia 30 października 2009 roku.

Dodatkowe informacje można uzyskać w Wydziale Gospodarki Nieruchomościami i Planowania Przestrzennego Urzędu Miejskiego w Nowym Dworze Mazowieckim, ul. Zakroczymska 30 (III piętro, pokój 325 lub telefonicznie (22 5-122-213).

**Z up. Burmistrza /-/  
Janusz Mikuszewski  
Z-ca Burmistrza**



**Muzeum Historyczne w Legionowie  
zatrudni na stanowisku**

## asystent/adiunkt muzealny

**Wymiar: 1 etat**

Szczegółowe informacje znajdują się na stronie internetowej Muzeum

[www.muzeum.legionowo](http://www.muzeum.legionowo) i w BIP Muzeum oraz w gablocie informacyjnej

Muzeum Historycznego w Legionowie ul. Adama Mickiewicza 23

**Termin składania dokumentów upływa 26.08.2019 r.**

**SZPITAL media**  
PORADNIE SPECJALISTYCZNE  
Józefa Piłsudskiego 20  
05-120 Legionowo  
22 774 26 40  
**www.mediq.pl**

**DRUK CYFROWY**  
DO FORMATU A3+ ♦ wstęga 300x1000mm ♦ papier do 300gr ♦ RIP  
LAMINOWANIE JEDNO/DWUSTRONNE  
ul. RYNEK 2  
LEGIONOWO  
tel. 22 784 90 55  
e-mail: wtio@tio.com.pl  
WYDAWNICTWO  
**tio**



# Słodkie Marzenia

Pracownia tortów artystycznych

Sylvia Szajter-Ziółek  
ul. Polna 37A  
05-124 Skrzyszew

**tel. 515 135 884**

Więcej zdjęć na

**www.slodkiemarzenia.com**

Torty malowane, przestrzenne  
z ręcznie robionymi figurkami.

Ciasto tylko z najlepszej jakości składników!



**III miejsce w Mistrzostwach Europy w Dekoracji Tortów!**



# BETON TOWAROWY WSZYSTKICH KLAS

**www.drogiimosty.com.pl**

**drogiimosty@drogiimosty.com.pl**



**PULŃTUSK. Wytwórnia betonu i asfaltobetonu**

Kacice 76, 06-100 Pułtusk,  
tel. 23 692 86 52, 665 005 125

**BRIX**

**LEGIONOWO. Wytwórnia betonu towarowego**

Legionowo, ul. Suwałna 17G  
tel. 22 793 04 16, 665 090 960

**NASIELSK. Wytwórnia prefabrykatów betonowych**

Kosewo 134, 05-190 Nasielsk  
tel. 23 333 50 10, 515 183 964

**www.brix.net.pl**

**biuro@brix.net.pl**

## PREFABRYKATY BETONOWE



GOŚCINNOŚĆ OD POKOLEŃ —  
www.hotelstbruno.pl



Luksusowy hotel\*\*\*\* na Mazurach - relaks i biznes

## JUŻ JESTEM NA ŚWIECIE...



29.07.2019 r. na świat przyszedł Antoś, syn Ewy Rucińskiej i Daniela Kowalskiego. W chwili urodzenia ważył 3000 g i mierzył 50 cm.

fotozaneta.pl



29.07.2019 r. na świat przyszedł Jan, syn Doroty i Sławomira Chrustowskich. W chwili urodzenia ważył 3500 g i mierzył 56 cm.

fotozaneta.pl



29.07.2019 r. na świat przyszedł Szymon, syn Eweliny i Mariusza Oktaba. W chwili urodzenia ważył 3400 g i mierzył 55 cm.

fotozaneta.pl



5.08.2019 r. na świat przyszła córka Magdaleny i Mariusza Kowalskich. W chwili urodzenia ważyła 3350 g i mierzyła 55 cm.

fotozaneta.pl



5.08.2019 r. na świat przyszła Kornelia, córka Katarzyny Wiśniewskiej i Damiana Jaglińskiego. W chwili urodzenia ważyła 3600 g i mierzyła 56 cm.

fotozaneta.pl

## ACH, CO TO BYŁ ZA ŚLUB...



15.08.2019 roku, o godzinie 18.00, w pułtuskiej Bazylice związek małżeński zawarli Milena Podgórska i Paweł Malicki.

Fot. Henryk Mazurek



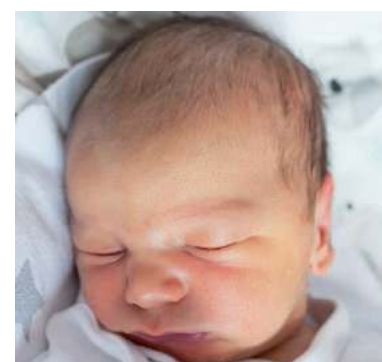
07.08.2019 r. na świat przyszedł Aleks, syn Moniki i Dariusza Śnieżko. W chwili urodzenia ważył 3100 g i mierzył 55 cm.

fotozaneta.pl



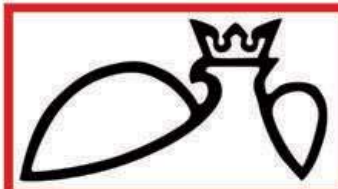
8.08.2019 r. na świat przyszedł Dominik, syn Eweliny i Łukasza Kordowskich. W chwili urodzenia ważył 3900 g i mierzył 57 cm.

fotozaneta.pl



11.08.2019 r. na świat przyszedł Aleksander, syn Anny Średnickiej i Patryka Dębskiego. W chwili urodzenia ważył 3400 g i mierzył 56 cm.

fotozaneta.pl



STOWARZYSZENIE  
„WSPÓLNOTA POLSKA”



NARODOWE  
CENTRUM  
KULTURY

Dofinansowano ze środków  
Narodowego Centrum Kultury  
w ramach programu  
„Kultura – Interwencje 2019”



*Dom Polonii  
w Pułtusku*

Spektakl Krakowskiego Teatru Komedia

# TRZY RAZY ŁÓŻKO

Autor: Jan Jakub Należyty

**25 sierpnia 2019 r. godz. 19.00**

**MIEJSCE – DOM POLONII W PUŁTUSKU - SALA MANEŻ**

**WSTĘP  
WOLNY!**

Zapraszają aktorzy:



Pamela  
Adamik



Bartosz  
Buława



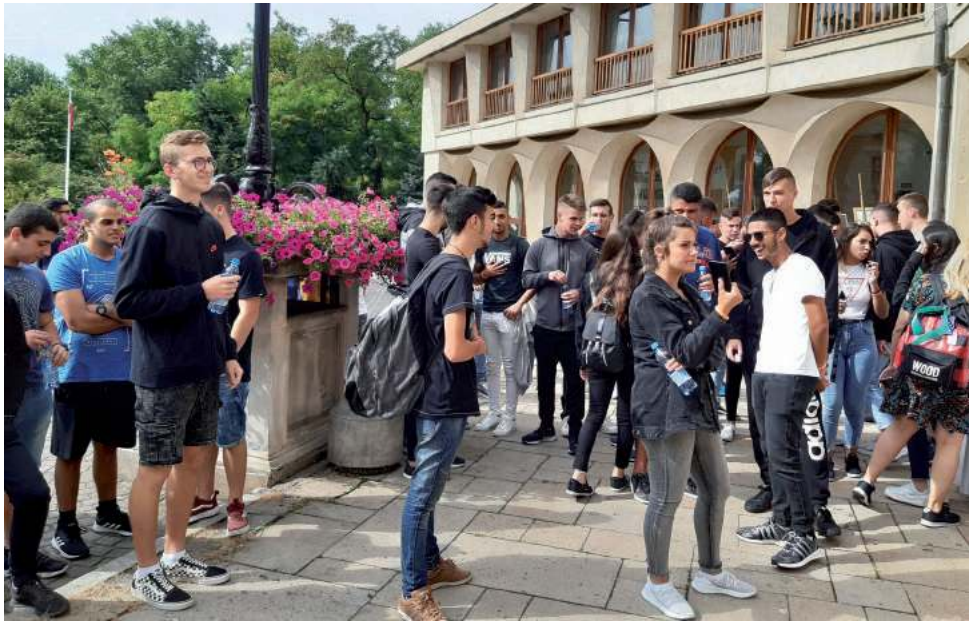
Marek  
Siudym



Ewa  
Romaniak

 /KrakowskiTeatrKomedia

[www.krakowski-teatr-komedia.pl](http://www.krakowski-teatr-komedia.pl)



# BUDUJĄ MOST MIĘDZY NARODAMI

**Do zamku przyjechali olbrzymią grupą, 13 sierpnia. To absolwenci LICEUM z YOKNAM (osiągnęli wysokie oceny w nauczaniu) wraz z opiekunami i Jacobem Holtzmanem, urodzonym w Pułtusku. Na zamku, a potem w MANEŻU, gościom towarzyszyli: Michał Kisiel, Aneta Szymańska, prezeska Pułtuskiego Stowarzyszenia Dialogu MOST, zastępca burmistrza Tomasz Sobiecki, profesor AH Krzysztof Ostrowski, zaprzyjaźnione z MOSTEM pułtuszcanki**

Michał Kisiel, dyrektor Domu Polonii: - Pierwsza izraelska grupa młodzieży przyjechała do nas za dyrektury Jerzego Rosy. Z początku byli spięci, zadumani, ale okazało się, że to taka sama młodzież jak nasza, czyli spontaniczna, wesoła, entuzjastycznie się zachowująca. To było sześć lat temu. I tak od sześciu lat Pułtusk jest przystankiem na mapie ich podróży, a oni podróżują śladami Holocaustu. Dziś udadzą się do Treblinki. Powiedzie ich tam pan Jacob Holtzman, mężczyzna 85-letni, młody duchem. (J. HOLTZMAN jakiś czas temu zaprosił pułtuskich przyjaciół i znajomych, do zamku, na uroczystość Rosha - Szana - dop. gmd). Takich pułtuskich Żydów znam jedynie trzech. Aneta Szymańska: - To niesamowita postać, gdy się śmieje, to jakby śmiało się sześciolatek, a z nim cały świat. Lubi do nas przyjeżdżać, a w jego mieszkaniu cała ściana zawieszona jest pułtuskimi krajobrazami. Cudowny człowiek.

Michał Kisiel: - Nie wszystkie wycieczki obcokrajowe obsługujemy jak tę, chodzi mi tu o armatnie wystrzały, nad którymi czuwa kanonier w stroju z epoki. Na owe wystrzały goście zareagowali oklaskami, a dyrektora Kisiela uhonorowali pieśnią: „Hevenu shalem aleichom”. Po krótkich wypowiedziach i przekazaniu sobie upominków, zebrani na dziedzińcu przeszli do Maneżu, gdzie, m.in. szefowa DIALOGU Aneta Szymańska, Jacob Holtzman i Tomasz Sobiecki wygłosili spicze.

Pani Aneta: - Chciałabym Wam powiedzieć, jak bardzo cieszę się, że jesteście tutaj dzisiaj. W Pułtusku, w miejscu, w którym przed wojną żyło prawie 7 tys. Żydów. To bardzo dużo ludzi. Niestety, dzisiaj nie ma w Pułtusku społeczności żydowskiej, z wyjątkiem jednej osoby, mojego narzeczonego. Chciałabym wam opowiedzieć naszą historię. Dwa lata temu napisał do mnie człowiek z Izraela, szukał swoich korzeni, chciał

dowiedzieć się więcej o matce Lei Nutkiewicz, która urodziła się w Pułtusku - miała tylko 6 lat, kiedy zaczęła się wojna. Została wyrzucona ze swojego domu 26 września 1939 roku, tak jak inni Żydzi z Pułtuska. 26 września 1939 roku to ostatni dzień w historii żydowskiej społeczności w Pułtusku. Nigdy już tutaj nie wrócili. Wojnę przeżyło około 700 osób, w tym matka mojego narzeczonego, Lea! Mój narzeczony mówi, że to była cudowna kobieta. Jako mała dziewczynka przeżyła wojnę, była na Syberii, głodowała, była sama, ale przeżyła. Całe życie walczyła ze strasznymi wspomnieniami z wojny. Jej syn Gil kochał i kocha ją bardzo, niestety już odeszła. Jej syn napisał do mnie i tak zaczęła się nasza miłość, jesteśmy razem, jesteśmy zaręczeni, w przyszłym roku będzie nasz ślub. To piękne co nas spotkało, oboje jesteśmy z Pułtuska, oddaleni tysiącami kilometrów, ale jesteśmy dowodem, że miłość i dobro zwycięża, że warto

być po prostu człowiekiem bez uprzedzeń, być otwartym na drugiego człowieka. Życzę wam, żebyście byli po prostu szczęśliwi i znaleźli w swoim życiu to, co ja znalazłam - po prostu miłość.

Tomasz Sobiecki: - Losy pułtuszczan ściśle związane są ze społecznością żydowską. Pierwsze wzmianki o Żydach w Pułtusku pochodzą z 1483 roku. Od połowy XIX wieku aż do wybuchu II wojny światowej Żydzi w naszym mieście stanowili około 40 % ogółu

mieszkańców. Ślady obecności społeczności żydowskiej w Pułtusku upamiętnia wiele miejsc.

Jacob Holtzman: - Jestem szczęśliwy, że znów jestem z Wami. Za każdym razem jest to dla mnie ogromne wydarzenie, jakbym był tu pierwszy raz... Dziękuję za zaproszenie i gościnę: Anecie Szymańskiej, Michałowi Kisielowi i Krzysztofowi Ostrowskiemu. - Nasze coroczne wizyty w Pułtusku budują mocny i solidny most pomiędzy dwoma

narodami. A to otwiera bramy jeszcze większej współpracy i kolejnych wizyt młodzieży z Izraela tutaj.

Przed opuszczeniem naszego miasta młodzi Izraelici udali się na wycieczkę śladami swoich pobratymców. Na dłuższą zatrzymali się przy pomnikach społeczności żydowskich i na moście, skąd pułtuscy Żydzi ruszyli w podróż, dla niektórych ostatnią.

Grażyna Maria Dzierżanowska

## STYPENDYŚCI NA ŁAMY

**FILIP PRUSIŃSKI**  
- ZSZ im. Jana Ruszkowskiego, klasa III Tib, wychowawca pani Dorota Sobocińska

Stypendystą marszałka oraz starosty jestem pierwszy raz. Moja aktualna średnia ocen wynosi 5.07.

Moja chęć do zgłębiania wiedzy datuje się od najwcześniejszych lat szkolnych.

Całą moją wiedzę czerpię z lekcji. Mam duży problem, kiedy mnie na nich nie ma, gdyż ciężko mi nauczyć się czegoś samemu bez opieki nauczyciela.

Najbardziej do nauki zachęca mnie chęć poszerzania wiedzy i umiejętności, które przydadzą się w moim przyszłym życiu zawodowym.

Większość wiedzy zdobywam na lekcjach. Gdy coś na lekcjach nie zostanie dopowiedziane, wiedzę czerpię z Internetu. Jest tam wiele artykułów, filmów itp., które ułatwiają mi naukę w domu.

Od wczesnych lat do nauki zachęcała mnie mama. Stało się to dla mnie rutyną i teraz uczenie się nie jest żadną udręką. Mama w latach szkolnych również miała dobre wyniki, więc też takie staram się osiągać.

Najbardziej skupiłbym się na angielskim, matematyce oraz przedmiotach informatycznych. Angielski jest teraz językiem globalnym, porozumiewa się nim duża część świata, dlatego też uważam to



za bardzo ważny przedmiot. Matematyka jest moim ulubionym przedmiotem w szkole, duże umiejętności matematyczne gwarantują też bardzo dobrą pracę. Z przedmiotami informatycznymi wiąże swoją przyszłość, dlatego zgłębianie wiedzy w tym kierunku jest również dla mnie ważne.

Hobby mam wiele, lecz najważniejsze z nich to gra w koszykówkę, gra na gitarze i rysowanie.

W przyszłości chciałbym zostać grafikiem, posiadam dość sporą wiedzę na temat programów graficznych oraz

wiem, co trzeba mieć, by owym grafikiem zostać.

Wolałbym pracować gdzieś w zagranicznych firmach, gdyż stawki pieniężne są tam o wiele większe niż w Polsce.

Stypendium MARSZAŁKA wynosi 4924 zł, natomiast STAROSTY 700 zł. Stypendium MARSZAŁKA jest wykorzystywane na zakup przedmiotów niezbędnych mi do wykonania projektu stypendialnego. Głównie jest to sprzęt komputerowy. Drugie stypendium wykorzystuję na potrzeby własne.

Pytala GMD



**18.08.2019 roku, o godzinie 12.05, w kościele szkolnym, sakrament Chrztu Świętego przyjął Anna, córka państwa Małgorzaty i Tomasza Millerów.**

Foto Henryk Mazurek

# Zgodnie z planem

## Nadnarwianka bez porażki w dwóch meczach IV ligi

Po dwóch kolejkach rozgrywek nowego sezonu czwartej ligi, Nadnarwianka ma na koncie już cztery punkty. Zarówno sensacyjne wręcz rozmiary wygranej na inaugurację z Ożarówianką 7:2 na własnym boisku, jak i wyjazdowy, bezbramkowy remis z doświadczonym zespołem KS Łomianki, napawają dużym optymizmem.

Latem w drużynie doszło do sporych zmian. Fundamentalna nastąpiła na stanowisku trenera - Artura Salamona zastąpił 30-letni Fabian Kotarski, były piłkarz Nadnarwianki. Zespół wzmocniło aż ośmiu zawodników (z czego aż pięciu rozpoczęło pierwsze spotkanie w wyjściowym składzie). Nie obyło się też bez strat - najlepszy strzelec, Łukasz Kowalczyk odszedł do Bugu Wyszków, dotychczasowy kapitan Łukasz Zalewski do Żbika Nasielsk, a do Makowa Mazowieckiego trafiło aż trzech piłkarzy, którzy jednak nie odgrywali takiej roli jak „Kowal” i „Zaleś” - Władysław Stelmach, Jarosław Tkaczyk i Jakub Godlewski.

Miejsce między słupkami zajął 20-letni Konstanty Antoniuk, wychowanek Świtu Nowy Dwór Mazowiecki, mający na koncie jedenaście spotkań na poziomie trzecioligowym. Linie defensywy wzmocnili boczni obrońcy - Radosław Sledziwski (21-latek mający za sobą grę w Legii Nowy Dwór Mazowiecki, Huragan Wołomin i Świecie Nowy Dwór Mazowiecki).

Dwójka Mazowiecki - w sezonie 2018/2019 wystąpił w 25 meczach trzeciej ligi) oraz Bartosz Trojnecki i Mateusz Działowski (oba to 18-letni wychowankowie Świtu). Transfery z nowodworskiego klubu nie dziwią - nowy trener Nadnarwianki właśnie tam uczył się trenerskiego fachu, prowadził drugi zespół Świtu, więc ma w nim bardzo dobre rozeznanie.

Kolejni warcie uwagi gracze to pomocnik Kacper Bałas (rocznik 2000, wychowanek warszawskiej akademii Escola oraz - tu ciekawostka - syn Piotra Bałasa, który jako zawodnik KS Troszyna rozgrywał przed kilkoma laty dobre mecze przeciwko Nadnarwiance), skrzydłowy Jakub Karabin (także urodzony w 2000 roku, wychowanek Legionovii, mający za sobą epizod nawet w drugiej lidze, a w ubiegłym zanotował 11 meczów w III lidze). Ich rówieśnikiem jest Patryk Cynt, środkowy pomocnik sprowadzony z Legionovii. Ewentualnie widać, że średnia wieku w kadrze zespołu w porównaniu z poprzednimi sezonami spadła, choć nowi zawodnicy mają już mniejsze lub większe doświadczenie nawet na wyższych poziomach rozgrywkowych.

Listę wzmocnień uzupełniają dobrze znany pułtuskim kibicom Emil Rembiewski. 30-latek grał w jednej drużynie razem z obecnym trenerem w barwach Nadnarwianki w trzeciej lidze. Później reprezentował też

barwy Nadarżyna czy Ursusa Warszawa, a wraca do piłki po kilku latach przerwy. - Emil jest doświadczonym zawodnikiem i to już widać na boisku, mimo że musi dojść do pełnej dyspozycji i nie występuje jeszcze w pełnym wymiarze - ocenia trener Kotarski.

Rembiewski zdobył już bramkę przeciwko Ożarówiance, a oprócz niego w debiucie trafili także Sledziwski, Cynt i Karabin (dobił rzut karny wykonywany przez Piotra Bobowskiego). Gole dołożył też Piotr Cywiński, Patryk Bartczak i Mariusz Dziczek. Mimo że Ożarówianka ma swoje problemy, to mało kto spodziewał się tak efektownej inauguracji w wykonaniu Nadnarwianki.

Już trzy dni później pułtuszczanie pojechali do Łomianek, gdzie zawsze grało im się ciężko. Ostatni punkt zdobyli tam w 2003 roku, a kolejne sześć spotkań przegrali. Dlatego wywalczony tam bezbramkowy remis należy uznać za bardzo pozytywny rezultat. Gospodarze byli stroną przeważającą, jednak nie można stwierdzić, by mocno zdominowali ten mecz. Stworzyli więcej sytuacji, ale kilka razy bardzo dobrze interweniował Antoniuk. - Mielśmy też dwie dobre okazje, ale remis jest dobrym wynikiem, bo Łomianki to mocny zespół. Nadal jesteśmy na etapie budowania drużyny, ale plan minimum na dwa pierwsze mecze został wykonany - ocenia Kotarski.

Należy dodać, że do dyspozycji trenera w dwóch pierwszych meczach nie było kontuzjowanych Mateusza Grzeli i Wiktora Karkowskiego oraz pauzujących za kartki Bartka Salamona i Kamila Jagielskiego. Po ich powrocie rywalizacja o miejsce w składzie jeszcze wzrośnie, a powoli widać, że nowi zawodnicy dobrze wkomponowują się do zespołu. W ciągu kilku tygodni, kadra po powrocie do Polski wzmocni też Białorusin Ivan Papou, który miał dobrą rundę wiosenną i w tym sezonie także otrzyma szansę.

Już w najbliższą sobotę do Pułtuszki przyjedzie Podlasie Sokołów Podlaski. Jest to drużyna, która nie zdobyła jeszcze w tym sezonie punktu. Nadnarwianka wręcz przeciwnie, weszła w sezon bardzo dobrze, ale jej mocne faworyzowanie w jakimkolwiek meczu na tak wczesnym etapie rozgrywek na pewno nie wchodzi w grę. Kibice na pewno liczą jednak na kolejne udane występy przebudowanego i odmłodzonego zespołu.

Trenerowi Kotarskiemu, jak i jego podopiecznym należy podziękować za włączenie się do akcji pomocy dla zmagającego się z ciężką chorobą kibica GKP „Miksera”, niejednokrotnie goszczącego przed laty na trybunach pułtuskiego stadionu. Tuż przed sezonem rozegrany został mecz charytatywny GKP z Nadnarwianką. Niestety, było to ostatnie spotkanie, które „Mikser” mógł obejrzeć. Dwa dni później nadeszła informacja o jego odejściu... Niech spoczywa w pokoju.

**Nadnarwianka - Ożarówianka 7:2**

Bramki: Cywiński 15, Sledziwski 25, Rembiewski



Nadnarwianka pierwszy raz od siedmiu spotkań nie przegrała w Łomiankach.

32, Karabin 69, Bartczak 76, Cynt 85, Dziczek 89 - Nagórski 77, Naguch 79-k

Skład Nadnarwianki: Antoniuk - Sledziwski, Salwin, Bobowski, Trojnecki - Karabin (89 Kobylński), Cywiński (70 Cynt), Zalewski (90 D.Sokołowski), Młynarczyk (46 Dziczek) - Bałas (90 Działowski), Rembiewski (56 Bartczak).

KS Łomianki - Nadnarwianka 0:0

Skład Nadnarwianki: Antoniuk - Sledziwski, Bobowski, Salwin, Trojnecki - Karabin, Cywiński (60 Cynt), Zalewski, Bałas (88 D.Sokołowski), Dziczek (46 Młynarczyk) - Rembiewski (46 Bartczak).

**KADRA NADNARWIANKI:**

\* w przypadku nowych piłkarzy, z którego przyszedł klub, z którego przyszedł

**Bramkarze:** Konstanty Antoniuk (Świt Nowy Dwór Maz.), Szymon Boligłowa.

**Obrońcy:** Piotr Bobowski, Szymon Salwin, Kamila Jagielski, Jakub Trojnecki (Świt NDM), Radosław Sledziwski (Świt NDM), Mateusz Działowski (Świt II

NDM). **Pomocnicy:** Jakub Zalewski, Bartek Salamon, Wiktor Karkowski, Mariusz Dziczek, Piotr Cywiński, Hubert Młynarczyk, Bartek Kobylński, Dawid Sokołowski, Mateusz Grzela, Jakub Karabin (Legionovia), Kacper Bałas (Escola Warszawa), Patryk Cynt (Legionovia).

**Napastnicy:** Emil Rembiewski (GKS Pokrzywnica), Patryk Bartczak.

### TERMINARZ SPOTKAŃ W PUŁTUSKU:

\* wszystkie mecze rozgrywane w soboty

Nadnarwianka - Podlasie Sokołów Podlaski (24.08, 16:00)

Nadnarwianka - Drukarz Warszawa (07.09, 16:00)

Nadnarwianka - Korona Ostrołęka (14.09, 16:00)

Nadnarwianka - Żabkowia Żabki (28.09, 15:00)

Nadnarwianka - MKS Przasnysz (12.10, 15:00)

Nadnarwianka - Huragan Wołomin (26.10, 13:00)

Nadnarwianka - Pogoń II Siedlce (09.11, 13:00)

AJ

# WSZYSTKO KRĄŻY WOKÓŁ PIENIĘDZY

Z prezesem Gminnego Klubu Sportowego Pokrzywnica Arturem Sikorskim rozmawia Kazimierz Dzierżanowski

**Panie Arturze, odkąd jest Pan szefem klubowym w Pokrzywnicy?**

Od 2013 roku.

**Jak Pan zaczynał swoje prezesowanie, klub był jednosekcyjny, dwusekcyjny?**

Była jedna sekcja, jedna drużyna. Byliśmy w A klasie. W momencie, kiedy przyszedłem, odszedł trener.

**Kto to taki?**

Rafał Krzyżewski. Sądzę, że z braku funduszy na organizację... Ale odkąd jestem prezesem, budżet mamy taki sam.

**O!**

Nie ukrywam, że na podstawowe potrzeby, jak stroje, piłki, wyjazdy nam starczało i starcza. Teraz zmieniły się kryteria i wymogi odnośnie okręgówki, wyższej klasy... U nas problemem jest co innego - najgłówniejszym problemem jest brak boiska. Mecze rozgrywamy w Pułtusku. Wynajęliśmy na pierwszy sezon główną płytę z MOSiR-u. Ale nie ukrywam, że wynajmowanie płyty, granie u kogoś nie jest czymś co najlepsze, aczkolwiek wczoraj przyszło sporo kibiców... Kiedyś mieliśmy ambicję walki o okręgówkę, ale kilku zawodników przeszło do Pułtuszki i tak wszystko się posypało - sponsorzy, zainteresowanie nami. Gramy u siebie w Pokrzywnicy swoimi zawodnikami, a część chłopaków, nawet połowa, jest z Pułtuszki, dojeżdżają i wspierają nas, pomagają nam. Na wsi,

wiadomo, o wolny czas trudno - praca zawodowa, na roli, studia, nauka i z tą frekwencją różnie bywa.

**Macie jakie szanse na rozbudowę bazy?**

Tak. Dzięki naszemu wójtowi, który też ma zamiłowanie do piłki, więc mamy w nim ogromne wsparcie.

**To pan Adam Dariusz Rachuba.**

Tak. I zawsze podkreślam, że komunikacja, dialog, kontakt między zawodnikiem, trenerem, prezesem a wójtem jest w stu procentach idealny. Rzadko to się zdarza. Nie ma zgrzytów.

**Trener?**

Trener dużo robi - dzięki niemu nie ma pola do konkurencji, do wywyższania się, stworzył bardzo dobrą atmosferę w KLUBIE, zawodnicy słuchają go, poza boiskiem są kolegami, ale podczas gry to dobrzy zawodnicy, którzy szanują swojego trenera.

**A tenże trener to...**

... znowu Rafał Krzyżewski. Jak odchodził, namawiałem go, żeby został, ale nie chciał, jednak wrócił. Jak zostałem prezesem, byliśmy w A KLASIE, ale to wszystko się sypało. Na siłę chciałem to utrzymać. Był inny trener. Spadaliśmy do B KLASY, nie było kim grać... Chyba w 2015 roku postanowiłem całe boisko zerwać, powiększyć ile się dało, postarać się o murawę. Rafał wrócił do nas po namowach. Pościagał chłopaków - on ma zaufanie.

I tam zaczęliśmy od B KLASY, dwa lata, i teraz okręgówką. Trafiliśmy w najgorszym okresie na tę okręgówkę, bo nigdy nie była tak silna.

(Śmiech obu panów).

Sam prezes Nadnarwianki przyznał, że jakby nie awansowali, teraz nie mieliby szans. My jesteśmy małą gminą, małą wsią, gdzie my do Pułtuszki, Mławy, Ciechanowa. W Nasielsku mają budżet kilka razy większy, mają sponsorów. Tak naprawdę sponsorzy Nadnarwianki mogliby być naszymi, ale nie oszukujemy się - pan Grabowski czy pan Kaczmarek wolą sponzorować większe miejscowości, silniejsze kluby. Ciężko jest pozyskać kasę.

**Jesteście gminnym klubem... Gmina wspomaga?**

Mam w budżecie 50 tysięcy zł. Było 40 - wójt podniósł tę kwotę 2 lata temu. Z tego sami siebie musimy utrzymać.

**A to wasze boisko?**

Nie ma odpowiednich rozmiarów - długości i szerokości. Tam jest kilkunastu właścicieli i jest problem z jego powiększeniem, teraz więc przenosimy boisko gdzie indziej. Robimy boisko w dwóch etapach ze względu na środki, w tym roku boisko z nawodnieniem, a przyszłym zaplecze - trybuny, szatnie. **Teraz więc gracze w Pułtusku, szybko zaczęliście**

Owszem, szybko. Już rozegraliśmy mecz z TĘCZA OJRZEN, 0:2 przegraliśmy.

Dwaj nasi czołowi zawodnicy doznali kontuzji z wykluczeniem na rok. Taki niefort. Inne drużyny się powzmacniały, a my? I nie stać nas na kupno zawodników.

**Co dalej?**

Mława. W okrojonym składzie. Trener musi jechać na... wesele. Wcześniej było w czym wybierać - silna drużyna, silna ławka. A przy awansie to sześciu kluczowych zawodników z kontuzjami...

**Miejscowi grają?**

Oczywiście, ale mamy i zawodników z sąsiednich wsi. Trenujemy dwa razy w tygodniu.

**Jakieś młodzieżowe drużyny?**

Nawet 3 drużyny - z całej gminy: z Niestępowy, Pokrzywnicy, Dzierżenina, Gzowa, hałę mamy za darmo dzięki wójtowi. Duże wsparcie wójta, bo to kibic nad kibice. A my? My robimy duże kroki, B klasa, dwa lata awans, A klasa awans... Nigdy w życiu nie było czegoś takiego. Cztery takie naprawdę ładne lata. Z meczu na mecz kibiców przybywało - ponad 100, ponad 200 osób. To było miłe. Utworzyła się grupka kibiców u nas. Tylko ten budżet... Wszystko krąży wokół pieniędzy. Od 3. lat mam tylko trzech sponsorów, na których mogę liczyć. Na dożynkach chcemy zrobić loterię piłkarską...

**Jakaś ciekawostka?**

Awans świętowaliśmy aż trzy razy. Nie ukrywam, że



zawodników mamy takich bardziej wiekowych i dla nich to duża sprawa i duża radość, i ostatnia szansa. Chociaż mecz ostatni pokazał, że natrafiamy na mur - przed nami są zawodnicy o klasę młodszy, lepsi kondycyjnie pod każdym względem. No, i gdyby nie te nasze kontuzje... Taki Michał Brodowski, fenomenalny, myślący, potem Adam, potem Orłowski... No, ale będziemy walczyli. Drużyna zasłużyła na awans i niech sobie gra!!! Niech się tą piłką cieszą i bawią. A zainteresowanie jest.

**A TYGODNIK apeluje do kibiców: przyjeżdżajcie do Pułtuszki, bo Pokrzywnicy trzeba pomóc!!!**

**I na koniec, proszę o zredagowanie swojego biogramu.**

Artur Sikorski - przez cztery lata grał w Legionowie, tata trzech synów: Kacpra, Kamila, Jakuba. Wszyscy interesują się piłką nożną. Kibicuje Legii Warszawa. Ulubiona drużyna zagraniczna - Real Madryt. Ulubiony piłkarz - Ronaldo. Hobby - niespełnione, motoryzacja.

...

**KRONIKA POLICYJNA****I plaga pijanych rowerzystów**

**09.08.2019, gm. Gzy**  
Nieznany sprawca dokonał kradzieży kosi spalinowej oraz spawarki z prywatnej posesji o łącznej wartości 1700 zł, na szkodę mieszkańca powiatu pułtuskiego. Postępowanie prowadzi KPP w Świercze.

**09.08.2019, Pułtusk**  
Nieznany sprawca, wykorzystując nieuwagę pokrzywdzonej podczas robienia zakupów, zabrał w celu przywłaszczenia portfel z zawartością dokumentów oraz pieniędzy w kwocie 530 zł, na szkodę 36-letniej mieszkanki Pułtuska. Postępowanie prowadzi KPP w Pułtusku.

**10.08.2019, Pułtusk**  
39-letni mieszkaniec Pułtuska kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (0,61 mg/l) alkoholu w wydychanym powietrzu. Postępowanie prowadzi KPP w Pułtusku.

nie prowadzi KPP w Pułtusku.

**10.08.2019, Pułtusk**  
39-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (0,79 mg/l) alkoholu w wydychanym powietrzu. Postępowanie prowadzi KPP w Pułtusku.

**10.08.2019, Pokrzywnica**  
59-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (0,31 mg/l) alkoholu w wydychanym powietrzu. Postępowanie prowadzi KPP w Pokrzywnicy.

**11.08.2019, gm. Obryte**  
40-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (0,81 mg/l) alkoholu w wydychanym powietrzu. Postępowanie prowadzi KPP w Pułtusku.

**12.08.2019, gm. Obryte**

47-letni mieszkaniec powiatu wyszkowskiego kierował skuterem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (1,45 mg/l) alkoholu w wydychanym powietrzu. Postępowanie prowadzi KPP w Pułtusku.

**12.08.2019, Pułtusk**  
50-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (0,71 mg/l) alkoholu w wydychanym powietrzu. Postępowanie prowadzi KPP w Pułtusku.

**14.08.2019, Pułtusk**  
50-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (0,72 mg/l) alkoholu w wydychanym powietrzu. Postępowanie prowadzi KPP w Pułtusku.

**14.08.2019, gm. Gzy**  
56-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeź-

wości (0,98 mg/l) alkoholu w wydychanym powietrzu. Postępowanie prowadzi KPP w Pułtusku.

**14.08.2019, gm. Pokrzywnica**

50-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (0,80 mg/l) alkoholu w wydychanym powietrzu oraz pomimo orzeczonego zakazu sądowego. Postępowanie prowadzi PP Świercze.

**14.08.2019, gm. Gzy**  
65-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (0,67 mg/l) alkoholu w wydychanym powietrzu oraz pomimo orzeczonego zakazu sądowego. Postępowanie prowadzi PP Świercze.

**14.08.2019, gm. Pułtusk**  
50-letni obywatel Łotwy zamieszkały w powiecie mińskim na rzece Narew dokonywał nielegalnego połowu ryb przy użyciu sieci rybackich.



Postępowanie prowadzi KPP w Pułtusku.

**15.08.2019, Pułtusk**  
Nieznany sprawca, w celu osiągnięcia korzyści majątkowej, w nieustalony sposób przejął wpisane w aplikacji internetowej login i hasło do rachunku bankowego należącego do 37-letniego mieszkańca Pułtuska, następnie dokonał przelewu w kwocie 1300 zł na inny rachunek bankowy. Postępowanie prowadzi KPP w Pułtusku.

**15.08.2019, Pułtusk**  
Nieznany sprawca dokonał wyłudzenia pieniędzy w kwocie 100 zł tytułem zaliczki na wynajem domku w miejscowości Stegna, na szkodę mieszkanki Pułtuska.

Postępowanie prowadzi KPP w Pułtusku.

**15.08.2019, Pułtusk**  
24-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował pojazdem mechanicznym po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (1,02 mg/l) alkoholu w wydychanym powietrzu, ponadto kontynuował dalszą jazdę i nie stosował się do sygnałów dźwiękowych i świetlnych polecających zatrzymanie się. Postępowanie prowadzi KPP w Pułtusku.

**Legitymowań-787  
Wypadków- 0  
Interwencji- 32  
Nietrzeźwych kierujących- 15.  
KPP Pułtusk**

**Grupa SPEED działa**

**Celem grupy „SPEED” jest zwiększenie poziomu bezpieczeństwa na drogach Mazowsza i eliminowanie tych kierujących, którzy nie stosują się do przepisów, stwarzając zagrożenie dla innych uczestników ruchu drogowego. Działając w ramach tej struktury, policjanci ujawnili ponad 1200 kierujących przekraczających prędkość**

Policjanci z mazowieckiej grupy „SPEED” podczas ponad trzech tygodni swojej działalności skontrolowali 1950 pojazdów, ujawnili 1921 wykroczeń kierujących z czego ponad 1250 to przekroczenia prędkości.

Apelujemy o rozsądek na drodze. Każdy, kto lekceważy obowiązujące przepisy i swoim zachowaniem na drodze stwarza zagrożenie dla innych uczestników ruchu, musi liczyć się z tym że stanie się obiektem zainteresowania policjantów. Pamiętajmy, że jazda z dużą prędkością w terenie zabudowanym, gdzie obowiązują ograniczenia, stanowi ogromne zagrożenie, zarówno dla osób podróżujących pojazdem, jak również dla innych uczestników ruchu drogowego.

KPP w Pułtusku

**Zadbaj o swój portfel!**

**Chwila naszej nieuwagi, to okazja dla złodzieja. Możemy stracić nawet cały majątek. Większość z nas w portfelach nosi karty bankomatowe, dokumenty oraz gotówkę. Nie zapominajmy o ich prawidłowym zabezpieczeniu podczas zakupów, w podróży czy w środkach masowej komunikacji**

Do kradzieży najczęściej dochodzi w miejscach, gdzie mamy do czynienia z tzw. sztucznym tłokiem. Chodzi tu o m.in. centra handlowe, środki komunikacji, poczekalnie w przychodniach czy imprezy masowe. Podpowiadamy co zrobić, żeby nasze wartościowe rzeczy, które mamy przy sobie były bezpieczne: obserwujmy otoczenie - kieszonkowiec, który będzie czuł się obserwowany zda sobie sprawę, że jakiegokolwiek podejrzanego działanie nie pozostanie niezauważone, nie nośmy przy sobie dużych kwot pieniędzy, nie nośmy portfela w tylnych kieszeniach spodni, mając torebkę, zawsze portfel chowajmy do wewnętrznych kieszonek (torebkę trzymajmy przed sobą).

Jeżeli natomiast padniemy ofiarą złodzieja, bezzwłocznie powiadommy policję. Jeżeli do kradzieży doszło na terenie gdzie jest ochrona, również powiedzmy o tym pracownikowi ochrony.

Zastosowanie się do powyższych wskazówek w realny sposób pomoże nam w ochronieniu swojego majątku przed kradzieżą.

KPP w Pułtusku

ZAPROSZENIE



## GMINA PUŁTUSK

### zaprasza na EkoPiknik

# 7 września 2019 r.

## Przystać Miejska

### godz. 14.00 - 19.00

W PROGRAMIE m.in:

- Stoiska informacyjne
- Animacje dla najmłodszych
- Segregacja odpadów
- Poczęstunek




projekt pn.: „Przyjaciele natury w Pułtusku – edukacja i wdrażanie proekologicznych zachowań w celu poprawy jakości środowiska”

realizowany z Programu Operacyjnego Infrastruktura i Środowisko 2014-2020, Oś priorytetowa II Ochrona środowiska

CHCESZ ZGŁOSIĆ TEMAT, POPROSIĆ O INTERWENCJĘ?

Dzwoń pod numer **512 405 978**

OGŁOSZENIE z dnia 05.08.2019r.

**BURMISTRZ MIASTA PUŁTUSK OGŁASZA I PRZETARGI USTNE NIEOGRANICZONE na sprzedaż nieruchomości niezabudowanych, położonych w obrębie 29 miasta Pułtusk, stanowiących własność Gminy Pułtusk, objętych księgą wieczystą Kw Nr OS1U/00015455/8, wymienionych w poniższej tabeli:**

| L.p. | Oznaczenie nieruchomości nr ewid. działek | Powierzchnia ha | Cena wywoławcza zł | Wadium zł | Godzina przetargu     |
|------|-------------------------------------------|-----------------|--------------------|-----------|-----------------------|
| 1.   | 476                                       | 0,0510          | 44 500,00          | 4500,00   | godz. 9 <sup>00</sup> |
| 2.   | 477                                       | 0,0510          | 44 500,00          | 4500,00   | godz. 9 <sup>30</sup> |

Nieruchomości położone są na terenie nieobjętym ustaleniami miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego. W dniu 20.06.2017r. została wydana decyzja Nr 90/2017 o warunkach zabudowy dla inwestycji polegającej na budowie budynku mieszkalnego jednorodzinnego segment budynku bliźniaczego, na terenie działki nr ewid. 476 w obrębie 29 miasta Pułtusk. W dniu 08.06.2017 r. została wydana decyzja Nr 82/2017 o warunkach zabudowy dla inwestycji polegającej na budowie budynku mieszkalnego jednorodzinnego segment budynku bliźniaczego, na terenie działki nr ewid. 477 w obrębie 29 miasta Pułtusk.

Przetargi przeprowadzone zostaną w dniu 17.09.2019r. w siedzibie Urzędu Miejskiego w Pułtusku przy ul. Rynek 41, Ratusz, Sala Rady (I piętro), kolejno w godzinach wskazanych w tabeli.

Wadium należy wpłacić w formie pieniężnej najpóźniej w dniu 13.09.2019r. w Punkcie Kasowym Banku Spółdzielczego w Pułtusku w siedzibie Urzędu Miejskiego w Pułtusku (w godz. 8<sup>00</sup> - 15<sup>00</sup>) lub na konto Gminy Pułtusk – PKO Bank Polski S.A. Nr 73 1020 1592 0000 2702 0276 3597, ze wskazaniem, którego przetargu wpłata dotyczy.

**Chcąc uczestniczyć w przetargach na sprzedaż dwóch działek, należy wnieść wadium oddzielnie na każdą z tych nieruchomości.**

W przetargu na daną nieruchomość mogą brać udział osoby, które wniosą wadium w wysokości i terminie wyznaczonym w niniejszym ogłoszeniu. Przystąpienie do przetargu wymaga legitymowania się dokumentem potwierdzającym tożsamość. Jeżeli uczestnika przetargu zastępuje inna osoba, winna ona przedstawić pełnomocnictwo z notarialnie poświadczonymi podpisami. W przypadku małżonków, do dokonania czynności przetargowych konieczna jest obecność obojga lub jednego z nich ze stosownym pełnomocnictwem drugiego małżonka, zawierającym zgodę na odpłatne nabycie nieruchomości ze środków pochodzących z majątku wspólnego lub złożenie przez osobę przystępującą do przetargu oświadczenia woli nabycia nieruchomości z majątku odrębnego. W przypadku osoby upoważnionej do reprezentowania osoby prawnej podlegającej wpisowi do Krajowego Rejestru Sądowego wymagane jest okazanie przez osobę upoważnioną do reprezentowania osoby prawnej aktualnego wypisu z KRS. **Na wypadek nie dokonania przez bank przelewu wadium wpłaconego przez osobę zamierzającą wziąć udział w niniejszym przetargu, zaleca się posiadanie przy sobie dowodu jego wpłaty.**

**W/w nieruchomości są wolne od obciążeń na rzecz osób trzecich, brak wpisów w Dziale III i IV Kw Nr OS1U/00015455/8 i nie są przedmiotem zobowiązań.**

Wadium wpłacone przez uczestnika, który wygra przetarg zalicza się na poczet ceny sprzedaży nieruchomości. W razie uchylenia się uczestnika, który wygra przetarg od zawarcia umowy notarialnej wadium ulega przepadkowi. Osobom, które nie wygrały przetargu, wadium zostanie zwrócone nie później niż przed upływem 3 dni od dnia zamknięcia przetargu i po pisemnej dyspozycji wpłacającego.

Organizator przetargu zawiadomi osobę ustaloną jako Nabywca nieruchomości o miejscu i terminie zawarcia umowy sprzedaży najpóźniej w ciągu 21 dni od dnia rozstrzygnięcia przetargu. W przypadku uchylenia się Nabywcy od zawarcia umowy notarialnej, tj. nie przystąpienia bez usprawiedliwienia do zawarcia umowy w miejscu i terminie podanym w zawiadomieniu lub braku zapłaty ceny nieruchomości do dnia zawarcia umowy, Burmistrz Miasta Pułtusk może odstąpić od zawarcia umowy, a wpłacone wadium nie podlega zwrotowi.

**Cena sprzedaży nie może być rozłożona na raty, a dokonanie jej zapłaty wymagane jest jednorazowo najpóźniej w przeddzień zawarcia aktu notarialnego.**

Bliższych informacji o przetargach udziela Wydział Gospodarki Gruntami i Architektury Urzędu Miejskiego w Pułtusku, Rynek 41 [pokój nr 5, tel.233067205]. Burmistrz może odwołać przetarg z ważnych powodów.

OGŁOSZENIE z dnia 07.08.2019r.

**BURMISTRZ MIASTA PUŁTUSK OGŁASZA II PRZETARG USTNY NIEOGRANICZONY na sprzedaż lokalu użytkowego w budynku przy ulicy Świętojańskiej 10 w Pułtusku wraz z udziałem w nieruchomości wspólnej.**

| Oznaczenie nieruchomości wg danych ewidencji gruntów, nr księgi wieczystej               | Opis lokalu                                                                                                        | Udział w nieruchomości wspólnej | Przeznaczenie nieruchomości i sposób jej zagospodarowania                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Cena wywoławcza zł | Wadium zł |
|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------|
| Miasto Pułtusk<br>Obręb 14<br>działki nr 147/2 o pow. 0,0350 ha<br>KW Nr OS1U/00023750/5 | Lokal użytkowy o powierzchni 39,05m <sup>2</sup> , mieszczący się w budynku przy ul. Świętojańskiej 10 w Pułtusku. | 3905/64742                      | Budynek przy ul. Świętojańskiej 10, w którym mieści się lokal użytkowy objęty niniejszym ogłoszeniem, leży na obszarze nieobjętym ustaleniami miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego. Nieruchomość jest zagospodarowana jako mieszkalno - usługowa. Nieruchomość położona jest na terenie objętym ochroną konserwatorską, w związku z tym istnieje obowiązek uzgadniania wszelkich zamierzeń inwestycyjnych planowanych na nieruchomości z Mazowieckim Wojewódzkim Konserwatorem Zabytków. | 150060,00          | 15 000,00 |

**Przetarg odbędzie się w dniu 17.09.2019r. o godz. 10<sup>00</sup> w siedzibie Urzędu Miejskiego w Pułtusku – Rynek, Ratusz, w Sali Rady (I piętro).**

Wadium w wysokości określonej powyżej uczestnik przetargu winien wpłacić w formie pieniężnej, najpóźniej w dniu 13.09.2019r. w Punkcie Kasowym Banku Spółdzielczego w Pułtusku w siedzibie Urzędu Miejskiego w Pułtusku lub na konto Gminy Pułtusk - PKO Bank Polski S.A. Nr 73 1020 1592 0000 2702 0276 3597.

W przetargu mogą brać udział osoby, które wniosą wadium w wysokości i terminie wyznaczonym w niniejszym ogłoszeniu. Przystąpienie do przetargu wymaga legitymowania się dokumentem potwierdzającym tożsamość. Jeżeli uczestnika przetargu zastępuje inna osoba, winna ona przedstawić pełnomocnictwo z notarialnie poświadczonymi podpisami. W przypadku małżonków, do dokonania czynności przetargowych konieczna jest obecność obojga lub jednego z nich ze stosownym pełnomocnictwem drugiego małżonka, zawierającym zgodę na odpłatne nabycie nieruchomości ze środków pochodzących z majątku wspólnego lub złożenie przez osobę przystępującą do przetargu oświadczenia woli nabycia nieruchomości z majątku odrębnego. W przypadku osoby upoważnionej do reprezentowania osoby prawnej podlegającej wpisowi do Krajowego Rejestru Sądowego wymagane jest okazanie przez osobę upoważnioną do reprezentowania osoby prawnej aktualnego wypisu z KRS. **Na wypadek nie dokonania przez bank przelewu wadium wpłaconego przez osobę zamierzającą wziąć udział w niniejszym przetargu, zaleca się posiadanie przy sobie dowodu jego wpłaty.**

**Mazowsze.**  
serce Polski



Przedsięwzięcie społeczno-kulturalne pod nazwą „Święto Plonów” w Gminie Pułtusk współorganizowane jest z Samorządem Województwa Mazowieckiego

Burmistrz Miasta Pułtusk  
Rada Miejska w Pułtusku  
Sołtys wraz ze społecznością Sołectwa Przemiarowo

zapraszają na

# „ŚWIĘTO PŁONÓW” DOŻYNKI GMINY PUŁTUSK

Przemiarowo  
25 sierpnia 2019 rok

Program:

- 11.45 Korowód z „Darami ziemi”
- 12.00 Msza święta polowa
- 13.00 Oficjalne otwarcie „Święta Plonów”
- 13.30 Występ Artystycznego Zespołu Estradowego MCKiS
- 14.00 Koncert Miejskiej Młodzieżowej Orkiestry Dętej Ochotniczej Straży Pożarnej w Pułtusku
- 15.00 - 17.00 Turniej Sołectw o nagrody Burmistrza Miasta Pułtusk  
Mistrzostwa Gminy Pułtusk w wyciskaniu odważnika 17,5 kg
- 17.00 Występ zespołu Power Boy
- 18.00 Występ zespołu Nastja
- 19.15 Występ zespołu Cristo Dance
- 20.30 Występ zespołu Daj To Głośniej

Ponadto w programie:  
wesole miasteczko, animacje dla dzieci, stoiska handlowe

Wadium wpłacone przez uczestnika, który wygra przetarg zalicza się na poczet ceny sprzedaży nieruchomości. W razie uchylenia się uczestnika, który wygra przetarg od zawarcia umowy notarialnej wadium ulega przepadkowi. Osobom, które nie wygrały przetargu, wadium wpłacone przelewem zostanie zwrócone nie później niż przed upływem 3 dni od dnia zamknięcia przetargu i po pisemnej dyspozycji wpłacającego.

Organizator przetargu zawiadomi osobę ustaloną jako Nabywca nieruchomości o miejscu i terminie zawarcia umowy sprzedaży najpóźniej w ciągu 21 dni od dnia rozstrzygnięcia przetargu. W przypadku uchylenia się Nabywcy od zawarcia umowy notarialnej, tj. nie przystąpienia bez usprawiedliwienia do zawarcia umowy w miejscu i terminie podanym w zawiadomieniu lub braku zapłaty ceny nieruchomości do dnia zawarcia umowy, Burmistrz Miasta Pułtusk może odstąpić od zawarcia umowy, a wpłacone wadium nie podlega zwrotowi. Cena nieruchomości lokalowej płatna jednorazowo najpóźniej w przeddzień zawarcia aktu notarialnego.

Na podstawie art.43 ust.1 pkt 10 i art.29a ust.8 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2018r. poz.2174 z późn. zm.) sprzedaż nieruchomości lokalowej zwolniona jest z podatku VAT. Na podstawie art.43 ust.10 ustawy istnieje możliwość zrezygnowania ze zwolnienia od podatku VAT i wyboru opodatkowania dostawy podatkiem VAT, o ile w protokole z przeprowadzonego przetargu osoba ustalona jako Nabywcałoży oświadczenie, że jest zarejestrowana jako podatnik VAT czynny i zadeklaruje, że wybiera opodatkowanie dostawy podatkiem VAT, a następnie najpóźniej na 7 dni przed podpisaniem umowy notarialnej złoży wraz z Gminą Pułtusk, właściwemu dla Nabywcy naczelnikowi urzędu skarbowego, zgodne oświadczenie o wyborze opodatkowania podatkiem VAT. W takim przypadku, cena osiągnięta w przetargu zostanie powiększona o należny podatek VAT.

Nieruchomość jest wolna od wszelkich obciążeń na rzecz osób trzecich i nie jest przedmiotem zobowiązań. Nabywca przejmuje nieruchomość w stanie istniejącym.

Przeprowadzony w dniu 06.08.2019 r. I przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż w/w lokalu użytkowego zakończył się wynikiem negatywnym. Lokal użytkowy można oglądać w każdy wtorek w godz. 9-11, po telefonicznym ustaleniu z zarządcą tj. TBS Pułtusk Sp. z o.o., ul. Białowiejska 17, tel.236923393.

Burmistrz Miasta Pułtusk może odwołać przetarg z ważnych powodów.

Bliższych informacji o przetargu udziela Wydział Gospodarki Gruntami i Architektury Urzędu Miejskiego w Pułtusku pok. nr 5, tel.233067205

PRZYJĘCIA INTERESANTÓW:

**Burmistrz Miasta Pułtusk Wojciech Gregorczyk**

przyjmuje interesantów:

- poniedziałki w godzinach 14:00-17:00 w sprawach skarg i wniosków
- wtorki w godzinach pracy Urzędu

**Zastępca Burmistrza Miasta Pułtusk**

przyjmuje interesantów, przedsiębiorców

oraz osoby zainteresowane prowadzeniem działalności gospodarczej

- piątki w godzinach pracy Urzędu

**Sekretarz Miasta Pułtusk**

przyjmuje interesantów

- poniedziałki w godzinach 9:00-15:00



**Burmistrz Miasta Pułtusk  
Wojciech Gregorczyk**



**Pułtusk**

nowoczesnym miastem z tradycjami

Urząd Miejski w Pułtusku przyjmuje interesantów:

w poniedziałki w godz. 8.00 - 17.00

od wtorku do czwartku w godz. 8.00 - 16.00

w piątki w godz. 8.00 - 15.00

Elektroniczna skrzynka podawcza: www.pultusk.eboi.pl;

e-mail: um@pultusk.pl; www.pultusk.pl; BIP: www.bip.pultusk.pl

# WIELKIE OTWARCIE



## CZ. 22.08. i PT. 23.08.19

PN. - SO. 9 - 20, N. 10 - 18

**PUŁTUSK** ul. Nowy Rynek 2

CZEKAMY  
NA  
CIEBIE!

IDENTIC®  
M  
43-50  
BASIC

# 10%

RABATU  
NA WSZYSTKO!\*

\*Rabat obowiązuje tylko w sklepie w  
06-100 Pułtusk, ul. Nowy Rynek 2  
i jest udzielany na kasie w dniach 22.08. i 23.08.2019.  
Akcja nie łączy się z innymi rabatami.  
Rabat nie dotyczy bonów podarunkowych.



Zajrzyj na naszego bloga: [blog.kik.pl](http://blog.kik.pl)  
Sklep w Państwa okolicy można znaleźć na stronie [www.kik.pl](http://www.kik.pl)  
Newsletter: zapisz się i bądź na bieżąco!

*korzystnie modnie z pomysłem*  
[www.kik.pl](http://www.kik.pl)

Oferta obowiązuje do wyczerpania zapasów. Sprzedaż tylko  
w ilościach detalicznych. Różnice w kolorach wynikają  
z technologii druku. Zastrzega się możliwość pomyłek.  
KiK Textil Sp. z o.o. · ul. Legnicka 21 A · PL 53-671 Wrocław