

Znieważyła DZIELNICOWĄ

– STR. 5



Z przejścia na parking

– STR. 5

Czy to
zgodne
z przepisami?

TYGODNIK LOKALNY

3,50 zł
W TYM 5% VAT

NR **39**

INDEKS 342424
ISSN 1429-6837

27 WRZEŚNIA 2022

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



– STR. 2

Ukradły flagę spod Bazyliki

AKACJA budzi do życia

Wdzięczna seniorka dziękuje

– STR. 20

Gdzie zapadną CIEMNOŚCI?

Gminy muszą oszczędzać prąd

Fontanna znów w naprawie

Urząd odpowiada
na nasze pytania

– STR. 3

Myśliwskie prysmaki na zamku

– STR. 23

Przedszkole jak malowane

– STR. 22

REKLAMA



NOWE MIESZKANIA

- PUŁTUSK
- CIECHANÓW
- WYSZKÓW
- OSTROŁĘKA

Biuro sprzedaży:
Pułtusk ul. Białowiejska 17c
pon-pt 8:00-16:00

601 770 940
23 692 09 75
www.isbud.pl

Profesorowi Radosławowi Lolo

wyrazy głębokiego współczucia
po śmierci



TATY

składają
zarząd i członkowie
Akademickiego Towarzystwa
Edukacyjno-Naukowego „ATENA”

Łącząc się w żałobie i smutku
składamy

dr. hab. Radosławowi Lolo,
prof. AFiB Vistula
kondolencje z powodu śmierci

OJCA

Rektor i pracownicy
Akademii im. Aleksandra Gieysztorza w Pułtusk
Filii Akademii Finansów
i Biznesu Vistula w Warszawie

Gdzie zapadną ciemności?

Gminy naszego powiatu o oszczędnościach prądu

W połowie września premier Mateusz Morawiecki przedstawił założenia tzw. „Tarczy solidarnościowej”, która przewiduje m.in. zobowiązanie administracji rządowej i samorządowej do zmniejszenia zużycia prądu o 10 proc. już od 1 października tego roku.

- Energooszczędne oświetlenie zewnętrzne, uliczne to nasz kolejny duży krok - rozwiązanie, które wypracowaliśmy razem z wieloma samorządami i które będzie służyło Polakom i oszczędności energii. To oświetlenie uliczne, oświetlenie zewnętrzne chcemy, aby było zmodernizowane w taki sposób, aby zużywało mniej energii. W całej Polsce rozpoczniemy taki program. Przygotujemy odpowiednie wsparcie dla samorządów, aby jak najszybciej, jeszcze tej zimy przystąpić do realizacji tego programu, który potrafi pewnie kilka kwartałów - powiedział premier podczas konferencji.

Samorządy muszą zaciskać energooszczędny pasa również ze względu na kilkukrotny wzrost cen prądu i ogrzewania. Sposobem może być wyłączanie lamp ulicznych, iluminacji i fontann, zimniejsza woda w kranach i niższa temperatura w budynkach jednostek gminnych i podległych gminie. Jakże pomysły mają władze gmin naszego powiatu? Zebraliśmy informacje ze wszystkich oprócz Świercz, gdzie w poniedziałek, gdy dzwoniłmy o pytania w tej sprawie nie było ani pana wójty, ani sekretarza.

GINA PUŁTUSK

Na razie nie zapadły żadne konkretne decyzje dotyczące wyłączania lamp ulicznych w określonych miejscach czy godzinach. Jak nas poinformował zastępca burmistrza Mateusz Miłoszewski, 10 października odbędzie się kolejny przetarg na dostawę energii elektrycznej dla gminy, gdyż poprzedni został unieważniony. Od jego rozstrzygnięcia zależą kolejne decyzje. To że w Pułtusk, na przykład



na ulicy Świętojańskiej, po zmroku, około 20, jest jeszcze ciemno, może wynikać z faktu, że zegary nie przestawiły się jeszcze po okresie letnim. W mieście jest 160 stacji zasilających oświetlenie uliczne, stąd latarnie mogą się zapalać w różnych godzinach, dopóki nie zostaną zsynchronizowane zegary, a to nastąpi po okresowym przeglądzie technicznym oświetlenia.

GINA ZATORY

Na razie wójt Grzegorz Falba wydał polecenia szkołom i innym jednostkom gminnym, by oszczędnie gospodarowały energią elektryczną, ale zdaje sobie sprawę, że wymagane oszczędności będzie można uzyskać jedynie podejmując niepopularną decyzję o czasowym, na przykład na okres miesiąca, zupełnym wyłączeniu oświetlenia ulicznego we wszystkich miejscowościach. Niestety, nie wszędzie na terenie gminy są bowiem techniczne możliwości godzinnego wyłączania lamp ulicznych, w większości nie ma zegarów, tylko czujki zmroku. Oszczędne lampy ledowe są oczywiście sukcesywnie montowane w mniejszych miejscowościach, w ramach środków z funduszu sołeckiego. W tych większych, jak na przykład Zatory, planowano takie inwestycje w przyszłym i kolejnych latach. Być może zapowiadane przez premiera rządowe programy dofinansowujące wymianę oświetlenia pozwolą na szybsze wykonanie tych inwestycji w roku

przyszłym, a tę zimę trzeba jakoś przeczekać.

GINA POKRZYWNICA

Wymiana oświetlenia na energooszczędne ledowe jest sukcesywnie kontynuowana już od kilku lat, zainstalowano też już kilkadziesiąt lamp solarnych. Poza tym, po konsultacjach z radnymi i sołtysami, już od kilku lat, przy mniej uczęszczanych drogach, oświetlenie uliczne jest wyłączane w godzinach od północy do czwartej rano. Oszczędzaniu energii sprzyjają również instalacje fotowoltaiczne zamontowane na budynkach użyteczności publicznej - szkołach, urzędzie gminy, świetlicach wiejskich, remizach strażackich.

GINA OBRYTE

W tej gminie czas świecenia lamp ulicznych skrócono o godzinę. Duże oszczędności w zużyciu prądu przyniosła wymiana lamp na ledowe, które stanowią już w około 80% oświetlenia na terenie gminy. Na razie żadnych innych drastycznych decyzji oszczędnościowych wójt Sebastian Mroczkowski nie planuje.

GINA GZY

Oszczędności wprowadzono w tej gminie już ponad rok temu, wyłączając lampy uliczne w godzinach od 24 do 4 rano. Jak wspomina wójt Cezary Wojciechowski, na początku, gdy podjął taką decyzję, były głosy niezadowolenia ze strony mieszkańców, ale teraz już wszyscy przyzwyczaili się do takiego rozwiązania.

GINA WINNICA

Tu postawiono na wymianę oświetlenia ulicznego na bardziej energooszczędne. Do końca tego roku wszystkie lampy uliczne na terenie gminy zostaną wymienione na ledowe, które świecą już w wielu miejscowościach.

ED

Ukradły flagę spod Bazyliki

Komenda Powiatowa Policji w Pułtusk prowadzi postępowanie w sprawie kradzieży flagi Państwowej RP z terenu Bazyliki Kolegiackiej Zwiastowania Najświętszej Marii Panny w Pułtusk. Osoby, które posiadają informacje mogącą pomóc w ustaleniu sprawców bądź rozpoznają wizerunki z monitoringu proszone są o kontakt z Komendą Powiatową Policji



Funkcjonariusze Wydziału Kryminalnego otrzymali zgłoszenie dotyczące usunięcia a następnie kradzieży flagi Państwowej RP o wartości 250 zł, na szkodę Parafii Św. Mateusza w Pułtusk. Do przestępstwa doszło w nocy z 17/18 września po godz. 4. Z monitoringu wynika, że przestępstwa dokonały dwie kobiety. Jedna weszła na plac przed Bazyliką Kolegiacką

Zwiastowania NMP, druga stojąc na parkanie - zerwały umocowaną na maszcie flagę a następnie ją ukradły. Policja publikuje wizerunki, prosząc tym samym osoby mające jakąkolwiek informację dotyczącą zdarzenia o kontakt z Komendą Powiatową Policji w Pułtusk pod numerem telefonu 47 70 34 200.

Autor:
kom. Milena Kopczyńska



KRONIKA POLICYJNA

19.09.2022, Psary

62-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (1,42 mg/l).

21.09.2022, Świercze

Nieznany sprawca, na portalu Facebook, doprowadził do niekorzystnego rozporządzenia mieniem w kwocie 3000 zł 41-letniego mieszkańca pow. pułtuskiego, w ten sposób, że oferując kupno wystawionego na portalu fotelika samochodowego za sumę 400 zł, przesłał mu link do do strony internetowej. Po kliknięciu na link, pokrzywdzony został przekierowany na stronę przypominającą stronę swojego banku, gdzie po wpisaniu danych do logowania doszło do przełania pieniędzy z jego konta.

23.09.2022, Pułtusk

Nieustalony sprawca, umyślnie dokonał uszkodzenia dwóch przednich błotników samochodu służbowego marki VW Golf poprzez punktowe wgniecenia karoserii i zarysowania powłoki lakierniczej. Po uprzednim zdemontowaniu dokonał też kradzieży przedniej tablicy rejestracyjnej. Wartość strat 2090 zł.

23.09.2022, Porzowo

89-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował motorowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (0,41 mg/l).

24.09.2022, Pułtusk

38-letni mieszkaniec Pułtusa kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (0,54 mg/l).

24.09.2022, Słończewo

37-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości (1,61 mg/l).

24.09.2022, Pułtusk

Nieznani sprawcy, działając w celu osiągnięcia korzyści majątkowej, dokonali kradzieży z włamaniem do rachunku bankowego właściciela karty płatniczej, 42-letniego mieszkańca Pułtusa, poprzez przełamanie bariery elektronicznej w systemie bankowej płatności bezgotówkowej. Następnie wykonali trzy nieuprawnione transakcje kartą płatniczą na łączną kwotę 240 zł w sklepie internetowym z artykułami RTV, AGD, działając na szkodę pokrzywdzonego. Liczba legitymowań: 767 Interwencji policyjnych: 27 Nietrzeźwych kierujących: 4. KPP w Pułtusk

TYGODNIK PUŁTUSKI

Redaktor naczelny: Ewa Dąbek tel. 512 405 978

Redakcja: tel. 23 692 86 45, redakcja@pultuszczak.pl

Kultura/ Społeczeństwo: Grażyna Maria Dzierżanowska,

tel. 661 923 317; graza@atessa.pl

Zdjęcia: Henryk Mazurek, tel. 793 233 433; hen.maz@wp.pl

Biuro reklam i ogłoszeń: Anna Plochocka 23 692 86 45, 512 405 972

aplochocka@pultuszczak.pl. Ogłoszenia i reklamy nie stanowią materiału pochodzącego od wydawcy

Adres: 06-100 Pułtusk, ul. Rynek 16,

www.facebook.com/pultuski

Czynne: poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00

Prenumerata: realizowana przez RUCH SA, zamówienia składać

na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl, pytania na e-mail:

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: Polska Press Łódź.

Nakład: poniżej 15 000



Wydawca: Agencja TIO
e-mail: agencja@tio.com.pl
Legionowo, ul. Rynek 2

Stowarzyszenie
Gazet
Lokalnych



FONTANNA znów zamknięta

Dopiero po modernizacji, a już przed naprawami

Po naszej ostatniej publikacji w sprawie miejskiej fontanny na Rynku, posypały się kolejne komentarze i pytania czytelników. Postanowiliśmy uzyskać więcej informacji u źródła, czyli w Urzędzie Miasta, w Wydziale Inwestycji i Pozyskiwania Środków Pozabudżetowych. Przesłaliśmy z redakcji kilka pytań i oczywiście przedstawiamy Państwu otrzymane odpowiedzi.

Mając w pamięci to, że fontanna nie działała przez cały 2021 r. zaczęliśmy od pytania o przyczyny, które spowodowały konieczność remontu. Uzyskaną odpowiedź cytujemy w całości i w oryginalnym brzmieniu:

Komunikat Głównego Inspektora Sanitarnego dotyczący funkcjonowania fontanny, instalacji wodnych typu 11dry-plaża i podobnych urządzeń, który zaleca utrzymywanie w pobliżu tego typu instalacji dystansu społecznego - jako jednego z głównych środków zapobiegania szerzenia się zakażeń wirusa SARS-CoV-2.

- brak uzdatniania wody w fontannie - woda w fontannie powinna być dezynfekowana i uzdatniana w celu zapewnienia jej odpowiedniej jakości mikrobiologicznej co jest istotnym fontannach o zamkniętym obiegu wody,

- przestarzała Instalacja elektryczna w fontannie, wykonana przeszło 20 lat temu zakładała urządzenia zasilające o napięciu wyższym niż obecnie dopuszczają normy europejskie bezpieczeństwa odnośnie publicznych obiektów fontannowych tj. powyżej 24 VDC. Po remoncie obiektu

zastosowano zaprojektowane zasilanie o bezpiecznym napięciu 24VDC dla wmontowanych urządzeń (reflektory, pompy uruchamiające dysze).

W dokumencie ogłaszającym wynik przetargu wskazano wykonawcę remontu, firmę z Poznania, zaznaczając, że nie przewiduje się angażowania innych firm – podwykonawców. Tymczasem docierały sygnały, że „dwóch wykonawców zwala winę wzajemnie na siebie” – postanowiliśmy zatem te plotki rozwiać – lub potwierdzić. Ratusz wyjaśnił tę kwestię następująco:

Wybrany w drodze postępowania przetargowego Wykonawca nie zgłosił konieczności wykonania prac przez podwykonawcę. W trakcie prac z uwagi że dokumentacja nie przewidywała czyszczenia nawierzchni kamiennej Gmina zleciła dodatkową usługę piaszkowania nawierzchni innemu podmiotowi.

Zapytaliśmy oczywiście o koszt przeprowadzenia remontu. I w tym wypadku zależało nam, aby padła konkretna kwota, dzięki czemu ucichną komentarze o wielomilionowej wartości remontu. Chcieliśmy jednocześnie potwierdzić, czy zapisana w umowie z wykonawcą kwota 548.960,- zł za całość prac, nie została przekroczona. Oto odpowiedź urzędników:

Kwota za wykonanie robót przez firmę wyłonioną w wyniku postępowania przetargowego ostatecznie wyniosła: 573.921,91zł brutto. Zwiększenie kwoty na podstawie aneksu – rozszerzenie zakresu robót o:

- montaż pompy pływakowej w rzepi wraz z instalacją pvcu,

- montaż dyszy wieloobrazowej z dodatkową pompą i instalacją w zamian za dyszę centralną,

- zmiękczać wody wraz z instalacją.

- budowa studni rewizyjnej z kręgów betonowych o średnicy 800 mm w gotowym wykopie o głębokości 3 m.

Robiąc w tym miejscu wstępne podsumowanie wypadu zauważyć, że najwyraźniej przygotowany na wstępie projekt „modernizacji” okazał się poważnie niedoskonały. Udzielone zamówienie najwyraźniej podzielono po podpisaniu umowy, włączając kolejnego wykonawcę. Koszty wzrosły do blisko 574 tys. złotych – pamiętajmy przy tym, że nie poznaliśmy wysokości wynagrodzenia drugiego wykonawcy, kosztów dokumentacji projektowej, zleconego nadzoru itd.

Kolejnym zadaniem przez Redakcję pytaniem, które przytoczymy w całości, było: „Prosimy o pełną informację o obecnym stanie technicznym fontanny, w tym, czy miasto jako inwestor zgłosiło uwagi dot. jakości wykonanych prac, stanu technicznego i innych kryteriów, co w szerokim ujęciu mogłoby wskazywać na nienależyte wykonanie zamówienia. Jeśli uwagi czy zastrzeżenia zostały zgłoszone, proszę o ich opisanie.

Poprosiliśmy też o przekazanie nam kopii dokumentów – w tym o protokół odbioru oraz protokół konieczności – rozszerzenie zakresu robót o:

Normami oraz oświadczenie kierownika budowy o doprowadzeniu do należytego stanu i porządku terenu budowy, a także sąsiedniej ulicy, nieruchomości,
– ze względu na zmiany nie odstępujące w sposób istotny od zatwierdzonego projektu i warunków pozwolenia na budowę, Wykonawca dołączył kopie rysunków wchodzących w skład zatwierdzonego projektu budowlanego, z naniesionymi zmianami.
- kosztorys powykonawczy.

5. Roboty budowlane objęte przedmiotem umowy zostały zakończone z następującym zastrzeżeniem:

Uwaga:

W dniu 23.06.2022 r. obiekt został przekazany w użytkowanie i odebrany przez PINB.

W trakcie realizacji inwestycji zlecono firmie zewnętrznej czyszczenie płyt granitowych fontanny, czego nie obejmował zakres umowy z Wykonawcą. Po dostarczeniu oczyszczonych płyt okazało się, że krąg zewnętrzny fontanny wymaga dodatkowego podklejenia i spasowania. Nie jest możliwe wykonanie robót w obecnym okresie ze względu na rozpoczęty sezon wakacyjny. Fontanna stanowi atrakcję turystyczną. Użytkowanie fontanny bez wykonania poprawek estetycznych kręgu zewnętrznego nie zagraża bezpieczeństwu użytkowników. Wykonawca po sezonie turystycznym w terminie do 30.10.2022 r. wykona powyższe czynności, po uprzednim zawiadomieniu przez Zamawiającego o możliwości przystąpienia do robót.

Zamawiający oceni w tym terminie również funkcjonalność i trwałość wjazdu typu Walcz zainstalowanego na maszynowni. Wjazd ten został zamontowany na skutek propozycji Wykonawcy zamiast projektowanego wjazdu żeliwnego. Jeżeli opinia Zamawiającego będzie negatywna, Wykonawca zobowiązuje się do wymiany wjazdu na wjazd zgodny z projektem.

Z odbioru wykonanych robót strony spiszą protokół, który będzie stanowił załącznik do protokołu odbioru końcowego

Zabezpieczeniem dla wykonania powyższych robót jest zabezpieczenie należytego wykonania umowy wniesione przez Wykonawcę

6. Teren budowy został uporządkowany

7. W związku ze stwierdzeniem, że roboty budowlane stanowiące przedmiot umowy zostały zakończone, elaborat powykonawczy jest kompletny Zamawiający dokonuje z dniem

Uwagi zostały zgłoszone w protokole odbioru końcowego, oraz w pismach z dnia 25.07.2022r i 30.08.2022r. uwagi dotyczyły obluźowywania płyt granitowych.

Sięgnęliśmy zatem do najważniejszego w całej tej historii dokumentu: do protokołu odbioru końcowego. Wyjaśniamy czytelnikom, że taki protokół to kilkustronicowy dokument, który jest wstępnie przygotowywany – wpisuje się do pewnego typowego szablonu nagłówek z zakresem prac, przyjętymi terminami i zobowiązaniami wymienionymi w zawartej umowie. Jednak dużo pozycji w takim dokumencie to wykropkowane linijki: po wydrukowaniu komisja wypełnia dokument ręcznie, na miejscu budowy, wpisując swoje uwagi lub zastrzeżenia. W punkcie 12 protokołu z 24 czerwca 2022 r. widać ręcznie wpisane „pozostałe uwagi

komisji odbioru”, mało istotne drobiazgi dotyczące np. dokumentu potwierdzającego certyfikat CE dla piaskowego filtra. Skupiliśmy się z najwyższą uwagą na samym sednie tego dokumentu, punkcie 5, gdzie spodziewaliśmy się znaleźć ręcznie wpisane uwagi bądź zastrzeżenia komisji. Ponieważ już od dnia uroczystego uruchomienia fontanny w czerwcu posypały się krytyczne oceny mieszkańców, podkreślające ewidentne wady w ułożeniu i mocowaniu kamiennych płyt, tak bardzo staraliśmy się poznać opinię komisji powołanej przez Urząd Miasta. Patrząc na ten fragment protokołu można niestety odnieść wrażenie, że oryginalne uwagi, wpisane ręcznie, zostały zasłonięte przez tekst edytowany na komputerze.

Liczymy na to, że urzędnicy rozwieją nasze wątpliwości, prezentując oryginal

tego dokumentu i udział dodatkowych wyjaśnień.

Próbujemy też zrozumieć tak zwane następstwo faktów: 23 czerwca obiekt został przekazany w użytkowanie i odebrany przez Powiatowego Inspektora Nadzoru Budowlanego. Czyli wtedy wszystko było poprawnie? Może nasi czytelnicy pomogą zrozumieć, czy z zapisów protokołu z 24 czerwca wynika, że urzędnicy mieli jakieś zastrzeżenia w dniu odbioru, czy nie mieli. Zachęcamy do uważnej lektury tego fragmentu dokumentu.

Zapytaliśmy jeszcze o okres gwarancji / rękojmi na wykonane prace. Odpowiedź brzmi: 60 miesięcy. W tych okolicznościach chyba można mieć nadzieję, że uda się wygekwować oczekiwaną przez wszystkich jakość i trwałość prac wykonanych za niemałe pieniądze.

ZCZ

dr. hab. Radosławowi Lolo

wyrazi szczerego współczucia
z powodu śmierci



OJCA

składa

Dyrekcja i Pracownicy Domu Polonii w Pułtusk

(...) śmierć tak punktualna, że zawsze nie w porę (...)
ksiądz Jan Twardowski

Panu dr. hab. Radosławowi Lolo prof. AFiB

Dyrektorowi Instytutu Historii AFiB Vistula
Członkowi Rady Muzeum Regionalnego w Pułtusk

wyrazi głębokiego współczucia i szczerego żalu
z powodu śmierci



TATY

składają

Dyrektor i Pracownicy Muzeum Regionalnego w Pułtusk

„Nasi kochani umierają,
ale pozostają w naszych sercach i pamięci”

ks. Jan Twardowski

Wyrazi głębokiego współczucia

dr. hab. Radosławowi Lolo

z powodu śmierci

OJCA

składa

Redakcja Tygodnika Pułtuskiego



MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

LEGIONOWO.

Zabezpieczyli 3 kg narkotyków



Kryminalni z komendy w Legionowie podczas realizacji zatrzymali dwóch mężczyzn w wieku 31 i 36 lat podejrzanych o posiadanie i wprowadzenie do obrotu znacznej ilości narkotyków. Operacyjni zabezpieczyli substancje zabronione tj. mefedron, marihuanę i amfetaminę. Mężczyźni zostali zatrzymani i trafili do policyjnej celi. Po zgromadzeniu materiału dowodowego podejrzani usłyszeli zarzuty. Grozi im kara nawet do 12 lat pozbawienia wolności.

Policjanci w Legionowie dzięki intensywniej pracy operacyjnej namierzili, a następnie zatrzymali dwóch mężczyzn powiązanych z przestępczością narkotykową. Policjanci zatrzymali 31 i 36-latkę na terenie Legionowa. W toku dalszych działań, w miejscach zamieszkania mężczyzn, funkcjonariusze zabezpieczyli prawie kilogram marihuany, ponad 2 kilogramy mefedronu i blisko 150 gramów amfetaminy. Część środków odurzających była już porcjowana i przygotowana do sprzedaży. Zabezpieczono również wagi i inne rzeczy służące do porcjowania narkotyków.

Mężczyźni zostali zatrzymani i doprowadzeni do komendy. Po zebraniu materiału dowodowego obaj zatrzymani, w Prokuraturze Rejonowej w Legionowie, usłyszeli zarzuty z ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii dotyczące posiadania, przygotowania oraz wprowadzenia do obrotu substancji zabronionych. Na wniosek legionowskiej prokuratury sąd zastosował tymczasowe aresztowanie na okres 3 miesięcy wobec obu podejrzanych. Za popełnione przez nich przestępstwa grozi kara do 12 lat więzienia. Śledztwo w tej sprawie prowadzi Prokuratura Rejonowa w Legionowie.

NOWY DWÓR MAZ.

Kierował mając zakaz

Policjanci ruchu drogowego zatrzymali kierującego iveco 46-latką. Mężczyzna posiadał dwa sądowe zakazy prowadzenia pojazdów mechanicznych. Zgodnie z kodeksem karnym grozi mu teraz do 3 lat pozbawienia wolności.

Kilka dni temu na ul. Fortecznej w Nowym Dworze Maz. funkcjonariusze Wydziału Ruchu Drogowego zatrzymali do kontroli drogowego

kierowcę pojazdu iveco z przyczepą. Podczas interwencji mundurowi sprawdzili 46-latkę w systemie. Okazało się, że mężczyzna w ogóle nie powinien wsiadać za kierownicę. Mieszkaniec powiatu zamojskiego posiadał aż dwa sądowe zakazy kierowania pojazdami mechanicznymi. Policjanci zakazali mu dalszej jazdy, a pojazd przekazali osobie uprawnionej.

Zgodnie z kodeksem karnym, za niestosowanie się do sądowego zakazu grozi do 3 lat więzienia.

PUŁTUSK.

Ustalają przyczyny wypadku

Śledczy wyjaśniają wszystkie okoliczności zdarzenia do którego doszło na ul. Kościuszki w Pułtusku. W wypadku brały udział dwa auta. Jedna osoba została przewieziona do szpitala. Policjanci apelują do kierowców o dostosowanie prędkości do własnych umiejętności i panujących na drodze warunków.

Z ustaleń wynika, że kierujący pojazdem marki Peugeot, 25-letni mieszkaniec Pułtuska nie dostosował prędkości do jadącego przed nim Volkswagena Golfa, którym kierował 26-letni pułtuszczanin. Mężczyzna wykonywał w tym czasie manewr skrętu w prawo, niespodziewanie, kierowca Peugeota najeżdżając na jego tył doprowadził do zdarzenia. Na skutek poniesionych obrażeń 26-latek został przewieziony do pułtuskiego szpitala.

Policjanci apelują o zdrowy rozsądek, rozważę i ostrożność podczas prowadzenia wszelkich pojazdów. Nawet chwila nieuwagi może doprowadzić do tragedii.

PUŁTUSK. Ukradli flagi

Policja w Pułtusku prowadzi postępowanie w sprawie kradzieży flagi Państwowej RP z terenu Bazyliki Kolegiackiej Zwiastowania Najświętszej Marii Panny w Pułtusku. Osoby, które posiadają informacje mogącą pomóc w ustaleniu sprawców bądź rozpoznają wizerunki z monitoringu proszone są o kontakt z Komendą Powiatową Policji.

Funkcjonariusze Wydziału Kryminalnego otrzymali zgłoszenie dotyczące usunięcia a następnie kradzieży flagi Państwowej RP o wartości 250 zł na szkodę Parafii Św. Mateusza w Pułtusku. Do przestępstwa doszło w nocy z 17/18 września po godz. 4. Z monitoringu wynika, że przestępstwa dokonały dwie kobiety. Jedna weszła na plac przed Bazyliką Kolegiacką Zwiastowania NMP, druga stojąc na parkanie - zerwała umocowaną na maszcie flagę a następnie ją ukradły. Policja publikuje wizerunki, prosząc tym samym osoby mające jakkolwiek informację dotyczącą zdarzenia o kontakt z Komendą Powiatową Policji w Pułtusku pod numerem telefonu 47 70 34 200.

LEGIONOWSKI.

3 pijanych kierujących

Legionowscy policjanci podejmują działania mające na celu zmniejszenie liczby zdarzeń drogowych poprzez eliminowanie z ruchu drogowego tych kierowców, którzy prowadzą pojazdy będąc pod wpływem alkoholu. I tak minionej doby mundurowi zatrzymali trzech nietrzeźwych kierowców.

Do pierwszego zatrzymania doszło w niedzielę noc tuż przed 3. Policjanci z Nieporętu zatrzymali do kontroli drogowej 38-letniego mężczyznę, który jak się okazało mając blisko promil alkoholu wsiadł za kierownicę opla.

Chwile po 10, tym razem mundurowi z wydziału ruchu drogowego w Kafuszynie, zatrzymali kolejnego nieodpowiedzialnego kierowcę. Badanie alkomatem wykazało, że 50-latek siedzący za kierownicą fiata ma w organizmie ponad pół promila alkoholu.

Jeszcze tego samego dnia około północy wpadł trzeci nietrzeźwy kierowca. Tym razem do zatrzymania kierowcy opla przyczynili się świadkowie, którzy na jednej ze stacji benzynowych w gminie Jabłonna, uniemożliwili 39-latkowi dalszą jazdę odbierając kluczyki. Wezwany na miejsce patrol Policji przeprowadził badanie trzeźwości, które wykazało dwa promile alkoholu w organizmie mężczyzny.

LEGIONOWSKI. 5 poszukiwanych listami gończymi zatrzymanych

Tylko w ciągu doby, policjanci na terenie powiatu namierzili oraz zatrzymali pięciu poszukiwanych mężczyzn. Zatrzymani to mężczyźni w wieku od 32 do 59 lat. Trzech z nich najbliższe miesiące spędzi za murami więzienia.

Kolejni poszukiwani ukrywający się przed wymiarem sprawiedliwości wpadli w ręce mundurowych. Na podstawie zebranych informacji i poczynionych ustaleń funkcjonariusze sprawdzili wczoraj kilka miejsc, gdzie mogą przebywać osoby poszukiwane.

Wszystkie kontrole były trafne. Czterech poszukiwanych zatrzymali legionowscy mundurowi, piaty wpadł w ręce serockich stróżów prawa. Wszyscy to mężczyźni w wieku od 32 do 59 lat. Trzech z nich najbliższe miesiące spędzi za murami więzienia, dwaj po opłaceniu grzywny uwolnili się od kary pozbawienia wolności.

TRZCINIEC. Niewybuch w polu

Mieszkaniec Trzcińca, w trakcie wykonywania prac polowych, ujawnił niewybuch. Pochodzący z okresu II wojny światowej granat moździerzowy zabezpieczyli policjanci. Znaleźisko zostało przekazane patrolowi sa-perskiemu z Kazunia.

Dyżurny otrzymał zgłoszenie dotyczące ujawnionego niewybuchu, na polu uprawnym w Trzcińcu. Na miejsce natychmiast skierowani zostali policjanci z patrolu oraz pirotechnik. Mundurowi rozpoznali i potwierdzili, że jest to pochodzący z czasów drugiej wojny światowej granat moździerzowy. Stróż prawa zabezpieczył niebezpieczne znalezisko przed dostępem osób postronnych i natychmiast powiadomił saperów z Kazunia.

NIEPORĘT. Pijany kierowca i pasażer z narkotykami

Kryminalni zatrzymali kolejne dwie osoby, które odpowiedzą za posiadanie środków odurzających. Do zatrzymania doszło na terenie gminy Nieporęt podczas kontroli drogowej. Ponadto okazało się, że kierowca jest nietrzeźwy. Teraz mieszkańcami powiatu legionowskiego zajmie się sąd.

Policjanci wydziału kryminalnego legionowskiej komendy podczas patrolowania terenu gminy Nieporęt zwrócili uwagę na busa. Podjęli decyzję o zatrzymaniu kierowcy do kontroli drogowej i sprawdzeniu, czy auto, którym jedzie, pochodzi z kradzieży.

Policjant podczas rozmowy z kierowcą i sprawdzania dokumentów auta, oprócz zapachu alkoholu poczuł wydobywający się z auta zapach marihuany. Wywiadowcy sprawdzili trzeźwość 31-letniego kierowcy, alkomat pokazał ponad 1,5 promila alkoholu w wydychanym powietrzu. Ponadto policjanci, mając podejrzenie, że w aucie mogą znajdować się narkotyki, przeszukali auto i w jednym ze schowków ujawnili marihuanę. W wyniku kontroli policjanci zatrzymali kierowcę oraz pasażera pojazdu i przewieźli do jednostki Policji.

W toku dalszych czynności, w miejscu zamieszkania 23-letniego pasażera busa, policjanci również ujawnili środki odurzające. W torbie foliowej znajdował się susz roślinny.

Zatrzymani usłyszeli zarzuty. Obaj odpowiedzą za posiadanie narkotyków, dodatkowo 31-latek odpowie za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości. Teraz mieszkańcami powiatu legionowskiego zajmie się sąd.

PUŁTUSK.

Znieważyła dzielnicową

Policjanci każdego dnia, dla naszego bezpieczeństwa, dbają o ład i porządek publiczny. Jednak, aby nasze czynności były wykonane prawidłowo i profesjonalnie, mamy prawo do wydawania wiązańcych poleceń. Ich nieprzestrzeganie niesie ze sobą konsekwencje prawne. Należy pamiętać, by nie utrudniać podejmowanych na miejscu czynności i nie lekceważyć wydawanych przez funkcjonariusza poleceń.

W czwartek podczas przeprowadzanej wobec spożywającej alkohol interwencji przy ul. Kościuszki w Pułtusku, została zatrzymana 34-letnia mieszkanka Pułtuska, która znieważyła funkcjonariuszkę Policji słowami powszechnie uznawanymi za obelżliwe. Kobieta znajdowała się pod wpływem alkoholu. Badanie alkomatem wykazało 2 promila alkoholu w wydychanym powietrzu. Pułtuszcanka za popełnione przestępstwo została zatrzymana i osadzona w policyjnym areszcie. Po wytrzeźwieniu zostanie jej przedstawiony zarzut z art 226 KK za znieważenie funkcjonariusza publicznego w związku z pełnieniem obowiązków służbowych.

LEGIONOWO. Pomalowane kamienie zamiast węgla - APEL

Legionowscy policjanci ostrzegają przed nową metodą oszustwa na węgiel. Bądźmy ostrożni przy tego typu zamówieniach, sprawdzajmy wiarygodność sprzedawcy i firmy, którą reprezentuje.

Ostatnimi czasy niewątpliwie węgiel stał się towarem deficytowym i atrakcyjnym obszarem do działalności również tych nieuczciwych sprzedawców. Okazuje się, że fakt ten wykorzystują także oszuści, którzy wręcz żerują na ludzkiej nieświadomości. Oczywiście wszystko dla chęci szybkiego, ale niezgodnego z prawem wzbogacenia się.

Funkcjonariusze apelują, aby być ostrożnym przy tego typu zamówieniach. Nie bądźmy bezwzględnie ufnymi, że każde ogłoszenie w mediach społecznościowych jest prawdziwe i wiarygodne. Osoby zamieszczające takie oferty robią to dla zysku, a gdy uda im się kogoś naciągnąć szybko urywają kontakt.

KPP: Legionowo
/Nowy Dwór Maz.
/ Pułtusk



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

CHRRZCIN I KOMUNII
ŚLUBU LUB WESELA
URODZIN CZY JUBILEUSZU

Rezerwacje:

info@palacjablonna.pan.pl

tel.: +48 531 093 982, +48 507 104 572

Pałac w Jabłonie

ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna



RYNEK: nowe przejście dla pieszych

Czy to jest zgodne z przepisami?

Nie chcę dopisywać w tytule, że to artykuł opisujący drogowe absurdy: zakładam, że być może prac jeszcze nie zakończono i coś się zmieni w obrazie, jaki dziś widzimy w otoczeniu nowego przejścia dla pieszych na Rynku

Dwa tak zwane „wyniesione” przejścia, z pasami szarej i czarnej kostki, mają pełnić podwójną rolę: bezpiecznych przejść przez jedną oraz spowalniaczy, wymuszających na kierowcach wolniejszą jazdę wzdłuż Rynku. Już teraz słysząc jednak głosy, że przejście na południowej jezdni przy budynku Urzędu Miasta, ułożono dość niefortunnie.

Popatrzmy na zdjęcie i pomyślmy: chcemy pójść do urzędu, schodzimy z chodnika na pasy, idziemy na drugą stronę i... no właśnie: zdaje się, że po drugiej stronie, przy budynku Urzędu Miasta, ułożono dość niefortunnie. Po lewej stronie można przejść – tam auto nie zaparkuje bo ustawiono betonową donicę. Ale skoro stoi donica, to z wózkiem już nie da rady przejechać.

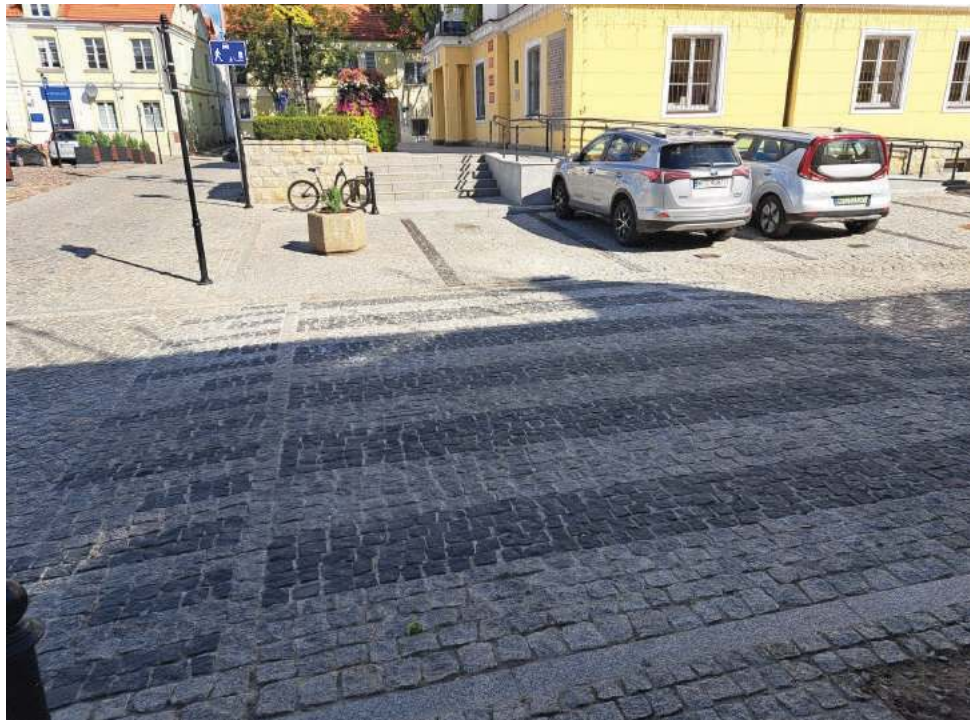
Na tym wątpliwości się nie kończą: wjazd samochodów na dwa widoczne na zdjęciu miejsca postojowe musi się odbywać przez przejście dla pieszych. Na początku czerwca opisałyśmy temat utwardzonego placu przed bankiem, przy rondzie Ofiar Katynia na skrzyżowaniu Jana Pawła II i Mickiewicza. Tam nagminnie kierowcy przejeżdżają

przez przejścia dla pieszych aby zaparkować. Od lat nikt nic z tym nie robi, od naszej publikacji nic się nie zmieniło. Może ktoś po prostu uznał, że przepisy kodeksu drogowego po prostu w Pułtusk nie muszą obowiązywać? Przypominamy: art. 26 ustawy prawo o ruchu drogowym określa obowiązki kierującego pojazdem wobec pieszych

i czytamy w nim, że kierującemu pojazdem zabrania się /.../ jazdy wzdłuż po chodniku lub przejściu dla pieszych.

Czy nowe przejście dla pieszych przy urzędzie ma być kolejnym takim miejscem, gdzie zaprojektowany układ miejsc postojowych i pasów dla pieszych z założenia spowoduje łamanie przepisów?

ZCZ



Wypadek na Kościuszki

Śledczy wyjaśniają wszystkie okoliczności zdarzenia do którego doszło wczoraj na ul. Kościuszki w Pułtusk. W wypadku brały udział dwa auta. Jedna osoba została przewieziona do szpitala. Policjanci apelują do kierowców o dostosowanie prędkości do własnych umiejętności i panujących na drodze warunków

Z ustaleń wynika, że kierujący pojazdem marki Peugeot, 25-letni mieszkaniec Pułtuska nie dostosował prędkości do jadącego przed nim Volkswagena Golfa, którym kierował 26-letni pułtuszczyk. Mężczyzna wykonywał w tym czasie manewr skrętu w prawo, niespodziewanie, kierowca Peugeota najeżdżając na jego tył doprowadził do zdarzenia. Na skutek poniesionych obrażeń 26-latek został przewieziony do pułtuskiego szpitala. Policjanci apelują o zdrowy rozsądek, rozsagę i ostrożność podczas prowadzenia wszelkich pojazdów. Nawet chwila nieuwagi może doprowadzić do tragedii.

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**

Znieważyła dzielnicową

Policja to umundurowana formacja, której głównym zadaniem jest dbanie o życie, zdrowie oraz bezpieczeństwo obywateli. W naszym województwie policjanci codziennie podejmują wiele interwencji, przeprowadzają dziesiątki kontroli drogowych, legitymują setki osób, abyśmy wszyscy czuli się bezpiecznie. Nasze działania mają na celu dbanie o dobro drugiego człowieka i są ugruntowane w przepisach prawa

Jeśli jesteś sprawcą przestępstwa lub wykroczenia wiesz, że policjant ma prawo wykonać szereg czynności, takich jak: legitymowanie, kontrola osobista czy sprawdzenie zawartości bagażu. Warto jednak wiedzieć, że nawet jeśli nie złamałeś przepisów prawa, funkcjonariusz jest uprawniony do wydawania wiążących poleceń, dotyczących określonego zachowania. Ma to na celu m.in. umożliwienie wykonania

niezbędnych na miejscu czynności, zabezpieczenie śladów czy dokonania stosownych ustaleń. Nie bądzmy więc zaskoczeni, gdy policjant poleci nam opuszczenie miejsca interwencji czy przejście w wyznaczone miejsce na drodze, gdzie doszło na przykład do wypadku drogowego. O stosowaniu się do policyjnych poleceń mówi art. 65a kodeksu wykroczeń. Za złamanie tego przepisu grozi kara aresztu, ograniczenia wolności albo

grzywny. Także uniemożliwienie wykonania czynności przez policjanta albo jej utrudnianie może spotkać się nałożeniem sankcji karnej. Dlatego nie lekceważ wydawanych przez policjantów poleceń i nie utrudniaj podejmowanych na miejscu czynności.

22 września wieczorem, podczas przeprowadzanej wobec spożywającej alkohol interwencji przy ul. Kościuszki w Pułtusk, została

zatrzymana 34-letnia mieszkanka Pułtuska, która znieważyła funkcjonariuszkę Policji słowami powszechnie uznanymi za obelżywe. Kobieta znajdowała się pod wpływem alkoholu. Badanie alkomatem wykazało 2 promila alkoholu w wydychanym powietrzu. Pułtuszczyk za popełnione przestępstwo została zatrzymana i osadzona w policyjnym areszcie. Po wytrzeźwieniu został jej przedstawiony zarzut z art. 226 KK za znieważenie funkcjonariusza publicznego w związku z pełnieniem obowiązków służbowych.

Pamiętaj, że zarówno godność jak i nietykalność funkcjonariusza jest chroniona prawem, a za ich naruszenie grozi kara nawet do 3 lat więzienia.

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**



Już można składać

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pułtusk informuje, iż od dnia 22 września 2022 r.

wnioski o wypłatę dodatku dla gospodarstw domowych z tytułu wykorzystywania niektórych źródeł ciepła (m.in. pelet drzewny, drewno kawałkowe, skroplony gaz LPG, olej opałowy) można składać osobiście w siedzibie Ośrodka przy ul. 13 Pułku Piechoty 1 w Pułtusk oraz za pośrednictwem elektronicznej platformy usług administracji publicznej (ePUAP). Druk wniosku jest dostępny na stronie internetowej Ośrodka lub w siedzibie jednostki.

Zastąpił zmarłego komendanta

20 września, w siedzibie pułtuskich funkcjonariuszy, w obecności lokalnych władz samorządowych, kapelana pułtuskiej policji, prokuratora rejonowego w Pułtusk oraz zaprzyjaźnionych służb mundurowych, odbyła się uroczysta zbiórka z okazji oddelegowania do pełnienia obowiązków na stanowisku Komendanta Powiatowego Policji w Pułtusk podinsp. Pawła Antońkiewicza

Po złożeniu meldunku i zastępcy Komendanta Powiatowego Policji w Pułtusk mł. insp. Sławomirowi Zelechowskiemu i powitaniu obecnych gości, odczytany został rozkaz o delegowaniu z urzędu do czasowego pełnienia służby w Komendzie Powiatowej Policji w Pułtusk



i powierzeniu obowiązków służbowych na stanowisku Komendanta podinsp. Pawłowi Antońkiewiczowi.

Rozpoczynając przemówienie p.o. Komendanta zapewnił, że dołoży wszelkich starań, aby

wiedzę i zdobyte dotychczas doświadczenie jak najlepiej wykorzystać w służbie na rzecz utrzymania wysokiego poziomu bezpieczeństwa mieszkańców powiatu pułtuskiego. Kończąc oddał szacunek i uczcił minutą

ciszy zmarłych Komendanta insp. Jarosława Olszewskiego oraz funkcjonariusza Wydziału Kryminalnego asp. szt. Jarosława Kalinowskiego.

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**



Uszkodził pojazd

Nawet do 5 lat pozbawienia wolności grozi mężczyźnie podejrzanemu o uszkodzenie pojazdu. Wcześniej 44-latek wszczął awanturę z kierującym, następnie swoje „emocje” rozładował na jego samochodzie

Kilka dni temu, pułtuskscy policjanci otrzymali zgłoszenie o dokonaniu uszkodzenia pojazdu, do którego doszło w Jezewie. Jak ustalili funkcjonariusze Wydziału Kryminalnego, 44-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego, kopiąc uszkodził przednie drzwi osobowego Volvo. Poszkodowany 43-latek oszacował powstałą szkodę na 1000 zł. Jeszcze tego samego dnia śledczy zatrzymali sprawcę. Mężczyzna został przesłuchany, usłyszał już zarzut. Za swoje zachowanie odpowie przed sądem. Zgodnie z art. 288 § 1 KK Kto cudzą rzecz niszczy, uszkadza lub czyni niezdatną do użytku, podlega karze pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5.

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**



Jestem za monitorowaniem argumentacji osób, które nie chcą się szczepić

Jestem za edukacją i monitorowaniem argumentacji osób, które nie chcą się szczepić. Wprowadzenie nakazu szczepień dla osób z najbliższego otoczenia pacjentów z obniżoną odpornością nie przyniesie rezultatu. Takie prawo będzie martwe – powiedziała we wtorek prof. Teresa Jackowska konsultant krajowa ds. pediatrii

O niechęci wobec szczepień w polskim społeczeństwie eksperci dyskutowali podczas konferencji MedFake pt. „Budowanie zaufania do szczepień ochronnych z wykorzystaniem najnowszych narzędzi komunikacji i wpływu społecznego” w Warszawie.

Zgodzili się, że oprócz tradycyjnego podziału na niechętnych wobec szczepień, przeciwników i zwolenników, pandemia COVID-19 wygenerowała nową grupę ludzi, którzy nie są przeciwni szczepieniom w ogóle, ale mają negatywny stosunek do jednej konkretnej szczepionki – przeciw COVID-19.

Prof. Teresa Jackowska, kierownik kliniki i ordynator Oddziału

Pediatrycznego Szpitala Bielańskiego w Warszawie przypominała, że nie tylko „przeciętny obywatel” nie chce się w Polsce szczepić, brak zainteresowania szczepieniami jest również widoczny wśród „niższego personelu”.

„Personel medyczny powinien stanowić wzór. W jego skład wchodzi nie tylko lekarze i pielęgniarki, ale również salowe, dietetycy, psycholodzy, farmaceuci – również ksiądz, który odwiedza chorych. Oni wszyscy powinni być wyszczepieni, żeby nie stwarzać zagrożenia dla pacjentów” – przypominała Jackowska. I dodała: „Personel lekarski i pielęgniarski szczepi się bardzo dobrze, gorzej jest z personelem niższym – mam na myśli głównie panie salowe”.

Pytana o ewentualną konieczność zmiany prawa na takie, które nakazywałoby szczepienie personelu medycznego przeciwko najbardziej powszechnym chorobom zakaźnym – przyznała, że nie widzi takiej możliwości.

„Jestem za edukacją i monitorowaniem argumentacji osób, które nie chcą się szczepić. Wprowadzenie nakazu szczepień dla osób z najbliższego otoczenia pacjentów z obniżoną odpornością nie przyniesie rezultatu. Takie prawo będzie martwe” – powiedziała.

Z jej zdaniem zgodził się prof. Marcin Czech z Instytutu Matki i Dziecka



w Warszawie, kierownik Zespołu ds. Kontroli Zakażeń Szpitalnych. Przypomniał, że dzięki akcji informacyjnej przeprowadzonej w Instytucie jeszcze przed pojawieniem się pierwszych dawek szczepionek przeciw COVID-19, wyszczepialność całego personelu osiągnęła 98 proc.

Zespół prof. Czecha stworzył dla pracowników Instytutu Matki i Dziecka specjalną, anonimową ankietę, w której zapytał o powody, dla których pracownicy chcą lub nie chcą się szczepić.

Okazało się, że dominowało wyobrażenie, że szczepionka jest

niewystarczająco przebadana – że to jest „jakiś rodzaj eksperymentu”. W reakcji na tę informację, dyrektorzy Instytutu zorganizowali serię spotkań, na których eksperci odpowiadali na wszystkie wątpliwości personelu. Dodatkowo prof. Czech udostępnił swój nr. telefonu i zapowiedział, że może do niego zadzwonić każdy, u którego zrodzą się jakieś wątpliwości w sprawie szczepień.

Podczas konferencji eksperci zapowiedzieli również, że podejmą kroki, by promować pomysł wprowadzenia w szkole podstawowej przedmiotu „nauka o zdrowiu”.

Organizatorem konferencji było konsorcjum uczelni medycznych i instytucji, w skład którego wchodzi Narodowe Centrum Badań i Rozwoju, Centrum Medyczne Kształcenia Podyplomowego, Uniwersytet SWPS, Warszawski Uniwersytet Medyczny oraz Akademia Koźmińskiego.

Projekt finansowany jest przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju w ramach programu „Społeczny i gospodarczy rozwój Polski w warunkach globalizujących się rynków”.

(PAP)
Urszula Kaczorowska
Nauka w Polsce

KAMPANIA INFORMACYJNA

ZADBAJ O

ZDROWIE

JELIT

Nowotwór jelita grubego jest zwykle wykrywany w zaawansowanym stadium, gdy terapia jest znacznie trudniejsza, a prawdopodobieństwo pełnego wyleczenia – niższe. Choroba przebiega początkowo bezobjawowo albo daje symptomy podobne do zespołu jelita drażliwego, przypadałości uciążliwej dla pacjenta, ale niegroźnej w skutkach. Dlatego istotny jest kontakt ze specjalistą przy pojawieniu się podejrzanych objawów i regularne badania profilaktyczne.



KOGO TO DOTYCZY?

Na raka jelita grubego chorują zarówno mężczyźni, jak i kobiety, ale częściej jest diagnozowany u mężczyzn. Jest to jeden z najpowszechniej występujących nowotworów złośliwych, w dodatku liczba zachorowań rośnie z roku na rok, co przypisuje się rozwojowi cywilizacji, siedzącemu trybowi życia i niezdrowej diecie. Ryzyko zachorowania rośnie po 50. roku życia, choć bezobjawowo choroba może się rozwijać znacznie wcześniej.

Oprócz czynników genetycznych istotny wpływ na pojawienie się raka jelita grubego ma tryb życia. Osoby palące, nadużywające alkoholu, otyłe, preferujące potrawy mięsne bogate w tłuszcze zwierzęce i cukier są częściej narażone na ten rodzaj nowotworu. Najwięcej przypadków notuje się w wyniku połączenia czynników genetycznych i środowiskowych.

Wystąpieniu raka jelita grubego sprzyjają także choroby towarzyszące, takie jak zespół jelita drażliwego, uporczywe zaparcia, choroba Leśniowskiego-Crohna, a zwłaszcza polipowatość gruczolakowata jelita.

JAK POZNAĆ CHOROBE?

Najprościej można odpowiedzieć na to pytanie przecząco: nie da się rozpoznać raka jelita grubego jedynie na podstawie samokontroli. Dlatego niezbędne są badania przesiewowe wykonywane rutynowo u osób powyżej 50. roku życia. Zmiany nowotworowe może sygnalizować obecność krwi utajonej w kale. Takie badanie laboratoryjne warto wykonać nawet już po 40. roku życia. Jest dostępne bezpłatnie w ramach pakietu badań realizowanych przez NFZ w programie Profilaktyka 40 Plus.

Potwierdzenie, że pacjent może cierpieć na nowotwór jelita grubego daje dopiero wynik badania kolonoskopowego. Przeprowadza je proktolog wykorzystując specjalny wziernik doodbytniczy z kamerą. W szczególnych przypadkach, badanie może odbywać się

w znieczuleniu, ale poziom dyskomfortu ma raczej charakter psychologiczny niż związany z bólem. Pacjenci poddani temu badaniu zapewniają, że ból jest umiarkowany. Badanie wymaga jednak krótkiego przejścia na dietę płynną i zażycia środków przeczyszczających. Po 50 roku życia kolonoskopię wystarczy robić profilaktycznie co 10 lat.

– Miałem obawy przed tym badaniem, ale niepotrzebnie – wyznaje Józef (lat 58) z Częstochowy zaraz po opuszczeniu gabinetu proktologa. – Lekarz był bardzo uprzejmy, dokładnie mówił, co robi, pytał o moje samopoczucie. Wszystko to trwało około pół godziny. Nie ma się czego bać. Lekarz powiedział, że przy okazji badania usunął mi jakieś dwa polipy. Mam nadzieję, że dzięki temu rak mi nie grozi. Zawsze warto się badać, żeby dłużej żyć.

JAK SIĘ BRONIĆ?

Rak jelita grubego najczęściej ujawnia się dopiero w starszym wieku, jednak można zapobiegać jego powstaniu wcześniej stosując konsekwentnie dietę bogatą w błonnik, unikając spożywania czerwonego mięsa, wysokoprzetworzonych produktów zwierzęcych, zwłaszcza wędlin, grillowanego mięsa, słodczy, słodkich napojów. Warto ograniczyć alkohol i nie palić papierosów.

Nie można zapominać o piciu co najmniej 2 litrów wody dziennie. Picie wody i jedzenie potraw bogatych w błonnik zapobiega groźnym zaparciom. Organizm musi być cały czas nawodniony i jeśli ma deficyt wody, pobiera ją w pierwszej kolejności z jelit.

Im więcej ruchu, tym mniejsze ryzyko choroby nowotworowej. Codzienne lekkie ćwiczenia i długie spacery powinny stać się stałym elementem życia. Trenerzy personalni polecają zmianę stylu życia na bardziej aktywny rozpoczynając od małych kroków, np. wysiadania z autobusu przystanek wcześniej



i dochodzenia do celu podróży na nogach. Odradzają przechodzenie z siedzącego trybu życia bezpośrednio do intensywnych ćwiczeń na siłowni lub biegania, bo to może stanowić gwałtowny szok dla organizmu.

Zdrowy tryb życia zmniejsza ryzyko zachorowania na raka jelita grubego i wiele innych chorób. Tylko badania przesiewowe dla pacjentów z grupy ryzyka pozwalają wcześniej wykryć i wyleczyć chorobę nowotworową.

Chcesz wiedzieć więcej, szukasz informacji na temat bezpłatnych badań, wejdź na
www.planujdlugiezycie.pl
lub zadzwoń na bezpłatną infolinię 800 190 590.
 Infolinia jest czynna 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu.

Ministerstwo Zdrowia **PLANUJ DŁUGIE ŻYCIE**
 Kampania społeczna „Planuj długie życie” realizowana w ramach Narodowej Strategii Onkologicznej na lata 2020-2030, finansowana ze środków Ministra Zdrowia.



Prof. Mariusz Kuśmierczyk wraz z zespołem kardiologów dokonał pierwszego na WUM wszczepienia sztucznej komory serca nowej generacji Heartmate 3. Takie aparaty są coraz częściej stosowane docelowo – zamiast transplantacji serca

Sztuczne komory serca do niedawna wszczepiano tylko pacjentom oczekującym na przeszczepienie serca. Zapewniają jednak tak duży komfort życia pacjentów, że niektórzy z nich rezygnują z transplantacji. Wtedy pompa taka stosowana jest do końca życia chorego. Wszczepia się również u osób, które na przykład ze względu na wiek nie kwalifikują się do transplantacji.

Sztuczna komora jest w stanie pompować od 2,5 do 10 litrów krwi na minutę, co oznacza, że pacjent jest w stanie nie tylko normalnie funkcjonować, ale nawet uprawiać sport. – *Można zatem wspomagać nią nawet łosia* – twierdzi prof. Mariusz Kuśmierczyk. Pompa jest podłączona do zewnętrznego urządzenia zasilającego i monitorującego pracę całego systemu, które nie tylko identyfikuje stany alarmowe, ale prowadzi ciągle zapis pracy, co jest nieocenione w diagnostyce.

Pacjent nosi urządzenie zewnętrzne w specjalnym etui, które mieści się pod swetrem czy marynarką. Sama pompa to lewitujący, szybko obracający się, samocentrujący wirnik, który nie jest osadzony na mechanicznym łożysku, ale unosi się w obudowie na systemie



Kardiologowie z WUM wszczepili sztuczną komorę serca nowej generacji

magnesów. Magnesy utrzymują wirnik w pożądanej pozycji i napędzają. Urządzenie może pracować w trybie prędkości stałej – do 4000 obrotów na minutę lub w trybie sztucznego tętna, w którym szybkość obracania się wirnika i ilość podawanej krwi zmieniana jest automatycznie.

To pierwsze wszczepienie takiego urządzenia w Uniwersyteckim Centrum Klinicznym Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. W Polsce wszczepia się obecnie 40-50 tego typu urządzeń rocznie, głównie starszej generacji. Potrzeby szacuje się na 200 wszczepień rocznie.

Prof. Mariusz Kuśmierczyk powiedział PAP, że pacjent ze sztuczną komorą może na co dzień normalnie funkcjonować. – *Jeden z moich pacjentów od siedmiu lat żyje z sztuczną komorą i nie chce już nawet poddać się przeszczepowi serca* – twierdzi

prof. Mariusz Kuśmierczyk, kierownik Kliniki Kardiologii Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego.

Specjalista uważa, że pacjenci coraz częściej przyzwyczajają się do sztucznych komór serca. Część chorych nadal ich nie akceptuje, urządzenia te mają bowiem zewnętrzne zasilanie i z ciała musi wystawać kabel. Z tego powodu jest ryzyko zakażenia, ewentualne powikłania często można jednak opanować.

– *Pacjenta ze sztucznymi komorami poddajemy transplantacji serca tylko wtedy, gdy coś dzieje się niepokojącego – choćby dlatego, że brakuje narządów do przeszczepu, w tym również – serca. Dawniej sztuczne pompy były wszczepiane jako pomost do przeszczepu serca, teraz coraz częściej są stosowane docelowo* – zwraca uwagę prof. Mariusz Kuśmierczyk.

Jego zdaniem jeśli pacjent

ze sztuczną komorą czuje się dobrze, może normalnie funkcjonować, to przeszczep serca lepiej jest wykonać u innego chorego, szczególnie tego, który pilnie go potrzebuje.

Sztuczna komora trzeba usunąć, gdy dojdzie do zakażenia samej pompy lub wystającego z niej kabla, którego nie można już opanować w sposób farmakologiczny. Albo gdy dojdzie do niewydolności również prawej komory, bo wspomagana jest jedna komora.

Prof. Mariusz Kuśmierczyk został kierownikiem Kliniki Kardiologii UCK WUM we wrześniu 2021 r. w ramach strategii stworzenia silnego ośrodka transplantacyjnego opracowanej przez rektora Zbigniewa Gacionga i obecne władze WUM. W sierpniu w Klinice przeprowadzono pierwsze na WUM transplantacje serca.

(PAP)

Nauka w Polsce

Ekspertka o przetwarzaniu owoców i warzyw

Robiąc domowe przetwory trzeba się upewnić, że surowce są zdrowe i bez objawów zepsucia. „Jeśli pojawi się pleśń na powierzchni, to znaczy, że jest ona w całym owocu lub warzywie” – przestrzega prof. Anna Sokół-Łętowska z Katedry Technologii Owoców, Warzyw i Nutraceutyków Roślinnych Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu

Praktycznie każdy rodzaj owoców i warzyw można przetworzyć, robiąc z nich dżemy, konfitury, marynaty przeciery, sosy, mrożonki, soki, susze, kiszonki, wina czy nalewki.

„Warto pamiętać o tym, by owoce były w pełni dojrzałości, o intensywnej barwie i smaku, a warzywa młode i delikatne – w starszych będzie więcej skrobi, włókien i większe gniazda nasienne” – podkreśla prof. Anna Sokół-Łętowska cytowana w informacji prasowej przekazanej przez Uniwersytet Przyrodniczy we Wrocławiu.

Jeśli chcemy zrobić sok, to najlepiej, żeby był wyciskany i krótko spastyzowany. „Nie warto robić soku w sokowniku, w którym przez dłuższy czas panuje wysoka temperatura, bo to przede wszystkim niszczy witaminę C i inne związki bioaktywne. W praktyce pozostają cukry, kwasy i pektyny oraz śladowe ilości innych składników – tłumaczy prof. Sokół-Łętowska. I dodaje, że „przy robieniu jakiegokolwiek przetworu warto też unikać natleniania rozdrobnionego surowca i nie wystawiać go na działanie tlenu, bo degraduje on wiele składników i pogarsza jakość produktu”. Po rozdrobnieniu trzeba zabezpieczyć surowiec przed utlenianiem.

Jak podkreśla ekspertka, aby zachować jasną barwę surowców, które mają tendencję do ciemnienia ze względu na zawartość aktywnych enzymów utleniających związki fenolowe do brązowych związków, dobrze jest zanurzyć je w wodzie z sokiem z cytryny lub skropić sokiem z cytryny. W przypadku owoców – kwas dezaktywuje enzym. Natomiast w przypadku warzyw wystarczy je krótko zblanszować, bo tu podobne działania ma temperatura.

Jeśli zaś utrwalamy owoce w wysokiej temperaturze, a więc pasteryzujemy, to należy szybko schłodzić opakowania z przetworami, by powstrzymać procesy degradacji witamin, barwników i związków prozdrowotnych – radzi ekspertka. Natomiast przy robieniu soku pomidorowego należy jak najszybciej ogrzać surowiec. „Temperatura niszczy enzym pektynolityczny, który rozkłada pektyny, a brak pektyn powoduje późniejsze rozwarstwienie soku” – tłumaczy prof. Sokół-Łętowska.

Jeśli chodzi o dżemy, to należy je gotować krótko, „jedynie tyle, żeby wysycić owoce cukrem.

Konieczny jest też dodatek preparatów pektynowych dostępnych w handlu jako żelfix, dżemix, czy cukier żelujący. Jak podkreśla prof. Sokół-Łętowska najlepiej wybierać te, które wymagają najmniejszego dodatku, na opakowaniach oznaczone jako 3:1. Otrzymamy wówczas dżemy niskosłodzone, zawierające około 30 proc. cukru.

Z kolei powidła, czyli długo gotowane przeciery ze śliwek węgerek, można robić zupełnie bez dodatku cukru, jeśli owoce są słodkie. Jeśli zaś zależy nam na ładniejszej barwie, można dodać cukru na samym końcu gotowania.

Jak zaznacza ekspertka, „do utrwalenia owoców przez pasteryzację nie jest potrzebny cukier”.

„W temperaturze do 100 stopni pasteryzujemy przetwory kwaśne, czyli produkty z owoców, ale przy przetworach warzywnych, czyli niekwaśnych, konieczna jest sterylizacja w około 120 stopniach, która jest niedostępna w warunkach domowych. Dlatego najlepiej je zakwaszyć na przykład przez dodanie przecieru z pomidorów – będzie bezpieczniej. Albo zrobić marynaty” – radzi prof. Sokół-Łętowska.

Podsumowuje, że jeśli chcemy dłużej cieszyć się sezonowymi owocami i warzywami, przy okazji zachowując wszystkie ich składniki i wartości odżywcze, to najlepiej i najprościej jest je po prostu zamrozić.

PAP - Nauka w Polsce

Od 1 stycznia do 15 września br. potwierdzono w Polsce 10 727 przypadków boreliozy, choroby przenoszonej przez kleszcze – wynika z najnowszego zestawienia opublikowanego przez Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego – Państwowy Zakład Higieny

W tym samym okresie ubiegłego roku było 8 771 takich przypadków.

Boreliozę, zwaną też chorobą z Lyme, wywołują krętki z rodzaju Borrelia. W pierwszym okresie u większości zakażonych pojawia się niebiesny rumień, w którego środku widać przejaśnienie. Zmianom skórny czasem towarzyszą objawy grypopodobne takie, jak: gorączka lub stany podgorączkowe, uczucie rozbicia, zmęczenie, bóle głowy, mięśni i stawów. Wśród późnych objawów boreliozy u osób dorosłych wymieniane jest np. zanikowe zapalenie skóry kończyn.

W tym roku potwierdzono w Polsce ponad 10,7 tys. przypadków boreliozy

Zmianom towarzyszy zapalenie stawów i zmiany neurologiczne.

Kleszcze żyją głównie w lasach liściastych i mieszanych, na obszarach trawiastych, w gęstych zaroślach, paprociach, a także w parkach miejskich i na obrzeżach osiedli mieszkaniowych otoczonych terenami zieleni. Przyciąga je biały kolor, ciepło, ruch powietrza i zapach obecnego w pocie kwasu masłowego.

Lekarze radzą, aby przed wyjściem do lasu czy parku założyć obcisłe spodnie, zakryte buty, a na głowę kapelusz. Po powrocie do domu dokładnie należy się obejrzeć, sprawdzić każde miejsce na ciele, a szczególnie te, które najbardziej upodobały sobie pasożyty – pod pachami, w zgięciach kolanowych, łokciowych i za uszami.

Jeśli dojdzie do wkłucia się kleszcza, należy go jak najszybciej wyjąć z ciała. Nie wolno go smarować tłuszczem, benzyną, wykręcać ani wyciskać. Należy delikatnie chwycić kleszcza pęsetą przy samej skórze i wyciągnąć w górę. Zamiast pęsety można użyć miniatury pompek ssących lub plastikowych kleszczolapek, które można kupić w aptece. Po wyjęciu miejsce ukłucia trzeba starannie zdezynfekować.

Nie wszystkie kleszcze są nosicielami bakterii boreliozy, jednak podczas ukąszenia mogą przenosić do krwi także inne bakterie i wirusy wywołujące m.in. kleszczowe zapalenie mózgu.

(PAP)

Nauka w Polsce

REKLAMA

CENTRUM MEDYCZNE
GABINTER

ul. Krasińskiego 64, 05-120 Legionowo

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

Gabinter.pl

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

LEKARZE SPECJALIŚCI

- Interna i Medycyna Pracy
- Ortopedia i Traumatologia
- Ortopedia Dziecięca (badania preluksacyjne)
- Kardiologia
- Chirurgia
- Chirurgia Plastyczna
- Neurochirurgia
- Radiologia
- Rehabilitacja
- Pobrania Krwi
- Szczepienia na COVID-19 (4 dawka już dla osób 60 plus)

REJESTRACJA

tel: 22 774 09 66 tel: 737 144 444



NASZE WILKOWYJE

Franciszek Pieczka. In memoriam

Kiedy podszedłem, Japycz już siedział na ławeczce. Trochu jakby przezroczyły, nierzeczywisty i smutny. Siadłem obok niego, nie bardzo wiedząc jak się zachować, a Japycz położył mi swoją dłoń na mojej dłoni i spojrzał prosto w oczy: straciłem kogoś bardzo dla mnie ważnego. Nie znałem go dobrze, a on mnie znał – na wylot. Każdy mój gest, spojrzenie, ton głosu, co myślę, czego się boję, na co mam nadzieję. Jakby znał wszystkie słowa, zanim je wypowiem.

To musieliście być blisko – odważyłem się powiedzieć, zastanawiając się gorączkowo, to to mógł być i czy go znam. Japycz uśmiechnął się: to że mnie znał, nie znaczy, że ja go znałem. On miał takich wielu. Wzniostych i sprośnych, chciwych i szczodrych, młodych i starych, proroków i tchórzy, biedaków bez perspektyw cieszących się każdą chwilą i przebrzydłych bogatych, co po własnym palacu chodzili w skarpetkach trzymając buty w rękę, by nie zabrudzić.

O, mamuniu! Co to był za człowiek, co się własnego palacu bał pobrudzić? I po co mu to wszystko? – nie mogłem pojąć. Mullerowi? – zapytał Japycz – Dla córki! Bo głupia była i mu się wydawało, że będzie szczęśliwa, jak będzie bogata. I była? – zapytałem. Nie mam pojęcia – roześmiał się Japycz – nie mam bladego pojęcia.

A ten człowiek to ksiądz jakiś, spowiednik? Że tak ludzi wielu znał? Może i spowiednik, ale może i lustro, w którym wielu się przeglądało i teraz wędrują dalej po świecie, po ludzkich sercach z jego obrazem. A trochę i stworzyciel, kreator światów i ludzkich uczuć. Zrozumiałem, że Japycz mówi o Bogu i troszku się oburzyłem: Jak to trochę stworzyciel? Pan Bóg tylko trochę, to kto resztę? Diabeł? Może i diabeł odpowiedział Japycz, ale ja nie o tym i nie o Bogu, tylko o sile ludzkiej wyobraźni, o empatii, o przekuwaniu doświadczeń własnych i wyobrażaniu sobie cudzych. O rozmawianiu o rzeczach ważnych, choć czasem ukrytych w duperelach. O spojrzeniach, które gdy na ciebie patrzą, to wiesz, że nie jesteś sam, nie jesteś osobny, że ktoś cię zna i rozumie.

Czyli dżin? Taki wypuszczony z butelki? – zapytałem. Nie, dżin też nie, choć on trochę jak naczynie, w którym wielu się zmieści, ożyje i na świat wyjdzie.

Nareszcie zrozumiałem – Japycz na starość zaczął grać w gry komputerowe i mu się świat realny z wirtualnym miesza; z takim co to wszystko można i wszystko wolno, a na koniec przegrywasz, bo nawet jak wygrasz, to nikt ci życia nie zwróci.

Ale Japycz jakby się domyślił i tylko pokręcił głową. To, kto on? Oszust jakiś? – zapytałem coraz bardziej zirytywany tą szaradą. Może i oszust, ale taki, gdzie oszukany jest bogatszy od nieoszukanego. Taki co ci pozwala przeżyć, coś więcej niż tylko własne życie i lepiej rozumieć innych ludzi.

To ja już nie wiem – powiedziałem i z tego wszystkiego poszedłem się napić. A Japycz uśmiechnął się dobrotliwie i powiedział – a pij, Patryk, pij, jeno nie za dużo, byś swojego nie przegapił. Aha! Zrozumiałem. Anioł Stróż!

Japycz zamyślił się, a potem nagle mnie uścił. Ty taki niewygodny jesteś Patryku Pietrek – mówi – ale może najmandrzejszy z nas wszystkich, bo odpowiedzi zawsze szukasz i drążysz, póki nieznane nie zostanie oswojone. Masz rację, Anioł Stróż. Przewodnik po światach strasznych i przytulnych, możliwych i niemożliwych. Opiekun domowego zacisza i przyjaciel zachęcający do podróży. Mistrzu!

Pietrek

NAUKOWCY I BIZNES CORAZ ŚMIELEJ MÓWIĄ O BUDOWIE ORBITALNYCH ELEKTROWNI

SOLARNYCH. Taka elektrownia na orbicie okołoziemskiej mogłaby działać prawie całą dobę – i z wyższą wydajnością, niż na Ziemi. Wlk. Brytania rozważa budowę takich systemów. Polska mogłaby w tym projekcie uczestniczyć – mówi dr Adam J. Zwierzyński z AGH.

Orbitalne elektrownie solarne to nie fantastyka naukowa

O orbitalnych elektrowniach słonecznych mówią z rozmowię z PAP: dr inż. Adam Jan Zwierzyński, adiunkt na Wydziale Wiertnictwa, Nafty i Gazu Akademii Górniczo-Hutniczej im. Stanisława Staszica w Krakowie, właściciel start-upu Solar System Resources Corporation (SSRC) i Piotr Boroń, współwłaściciel SSRC

Budowa orbitalnych elektrowni słonecznych – to brzmi jak fantastyka naukowa.

Dr inż. Adam Jan Zwierzyński: Pozornie może się wydawać, że to fantastyka naukowa, ale obecny rozwój technologii kosmicznych i systemów wynoszenia ładunków na orbitę jest na tyle dojrzały, że coraz więcej państw, takich jak USA, Chiny, Indie, Wielka Brytania, tworzy nowe programy badawczo-rozwojowe orbitalnych stacji energetycznych. W Wielkiej Brytanii powstała już nawet koncepcja Space Energy Initiative.

W czym taka elektrownia jest lepsza niż naziemna?

AJZ: Orbitalna solarna stacja energetyczna pracuje praktycznie przez całą dobę, gdyż światło słoneczne na orbicie geostacjonarnej nie jest przesłaniane przez kulę ziemską. Ponadto ilość energii słonecznej jest większa ze względu na brak tłumienia przez atmosferę. Jeśli porównamy ziemską farmę fotowoltaiczną i odpowiednik kosmiczny o tej samej mocy nominalnej, to produkcja energii na orbicie będzie większa 8-11 razy.

Chcą Państwo, jako Solar System Resources Corporation, uczestniczyć w budowie systemów słonecznych elektrowni orbitalnych. Jak one mają wyglądać?

AJZ: Typowy system składa się z konstelacji maszynowych satelitów w skali kilometrowej na orbicie okołoziemskiej. Każdy z nich ma bardzo lekkie panele słoneczne i system luster, które skupiają światło słoneczne na panelach, generując ok. 3,4 GW energii elektrycznej na satelicie. Energia jest przekształcana w promieniowanie mikrofalowe o wydajności 85 proc. Proponowana częstotliwość mikrofal wynosi zwykle 2,45 GHz, aby była przezroczysta dla atmosfery i wilgoci.

Wspomniał Pan o brytyjskiej koncepcji Space Energy Initiative. Co to takiego?

Piotr Boroń: Kilka tygodni temu kraj ten przeznaczył 3 miliony funtów na prace koncepcyjne, co było poprzedzone analizą wykonalności technicznej i ekonomicznej przez firmę konsultingową Frazer-Nash Consultancy. Studium wykazało bardzo duże korzyści ekonomiczne i technologiczne dla gospodarki kraju, przy założeniu, że system będzie działał na orbicie geostacjonarnej od ok. 2040 roku. Szacowana moc efektywna jednej stacji typu CASSIOPEIA, uwzględniająca straty na przesył energii z kosmosu na Ziemię przy pomocy wiązki mikrofalowej, to ok. 2GW. Natomiast demonstrator technologii o mocy wielomegawatowej planowany jest już w 2031 roku.

Budowa takiej stacji nie będzie tania.

Czy to się opłaci?

PB: Według analizy przygotowanej dla Europy, szacuje się, że pierwszy system SBSP, który zostanie oddany do użytku, będzie kosztował 9,8 mld EUR według cen z 2022 r., a koszty operacyjne wyniosą 3,5 mld EUR przez okres 30 lat użytkowania. Ze względu na ekonomię skali kolejne systemy będą tańsze. Koszt dziesiątego systemu szacuje się na 7,6 mld EUR, a koszty operacyjne na 1,3 mld EUR. Przy 5 proc. stopie zwrotu wyrównany koszt energii (LCOE) pierwszego systemu wyniósłby 69 EUR/MWh, co czyni go bardziej konkurencyjnym niż wszystkie inne alternatywy. Docelowo moc dla Europy do 2050 wynosi 54 GW. Stacje takie mają pełnić funkcje stabilizacji sieci energetycznych, opartych na niestabilnych źródłach OZE. Space Based Solar

Power (SBSP) pracuje praktycznie przez 24 godziny na dobę, 356 dni w roku, z 99 proc. dyspozycyjnością mocy. Co ważne, energię z orbitalnych stacji energetycznych można elastycznie, według potrzeb, przesyłać na odległości tysięcy kilometrów.

Jaki proc. zapotrzebowania np. Europy takie elektrownie realnie mogłyby zaspokoić?

AJZ: Teoretycznie na orbicie jest ok. 1800 miejsc dla takich stacji, co mogłoby zapewnić energię nie tylko dla Europy, ale i znacznej części świata. Niedawno Europejska Agencja Kosmiczna ogłosiła wyniki analizy studium wykonalności i opłacalności dla Europy orbitalnych stacji słonecznych. Jeden z wariantów proponowanego systemu miał moc 54 GW, co wystarczałoby do skutecznego stabilizowania sieci energetycznych kilku państw, w tym Polski.

Czy istnieją już odpowiednie rakiety i inne technologie, aby takie elektrownie wybudować?

AJZ: Kluczowe dla rozwoju tej technologii będzie wdrożenie superciężkich rakiet nośnych wielokrotnego użytku. Ale już w tym roku możemy się spodziewać pierwszego testowego lotu orbitalnego Starship Space X o nośności 100 ton. Ponadto Europejska Agencja Kosmiczna podjęła działania na rzecz stworzenia europejskiego superciężkiego systemu raketowego, który ma mieć możliwość wynoszenia rocznie 10 000 ton ładunku (European heavy lift launcher – PROTEIN).

Jakich technologii brakuje?

Elektrownie na orbicie zapewne będą składane przez roboty...

AJZ: Projekty budowy orbitalnych elektrowni solarnych są rozwijane od lat 70. XX wieku. Problem jak dotąd były głównie koszty wynoszenia, które uniemożliwiały realizację tych projektów. To jednak zmieniło się wraz z postępem w branży raketowej i dziś takie projekty są już opłacalne i wykonalne technologicznie. Technologia jest już na tak wysokim poziomie dojrzałości, że nie wymaga żadnych wielkich przełomów, a jedynie wymaga udoskonalenia w zakresie większej autonomii i optymalizacji.

Po jakim czasie wspomniane, wysokie przeciętne koszty mogą się zwrócić?

PB: Z analizy przygotowanej przez Frazer-Nash Consultancy dla ESA wynika, że koszt europejskiego systemu może wynieść ok. 400 mld euro, jednak wartość wyprodukowanej energii i zysku dla gospodarki europejskiej przekroczy 600 mld euro i to przy założeniu bardzo wysokich kosztów rozwoju systemu pełnoskalowego w okresie 2040-2070 r. Studium objęło 5 krajów – Niemcy, Francja, W. Brytania, Włochy i Polskę. W przypadku Polski analizy wykonane przez Frazer-Nash Consultancy okazały się szczególnie korzystne.

To znaczy?

PB: Chodzi o obecny, wysokoemisyjny model sektora energetycznego. W perspektywie długoletniej należy odejść nie tylko od węgla, ale również od paliw węglowodorowych (ropa, gaz, benzyna) na produkcję zielonego wodoru i zielonej energii. Orbitalne Stacje Solarne wygenerowałyby zysk netto dla Polski w kwocie 233 mld euro (ponad bilion złotych). W analizie uwzględniono również korzyści zewnętrzne wynikające z finansowania prac B+R w polskich instytucjach badawczych, które oszacowano na 65 miliardów euro. Korzyści społeczne wynikające z unikniętej emisji dwutlenku węgla dzięki zastosowaniu SBSP wyniosą dla polskiej gospodarki 177 miliardów euro. Żadna dotychczasowa technologia klasyczna ani OZE nie jest w stanie zapewnić naszemu krajowi tak ogromnego zysku ekonomicznego, jak i skoku technologicznego.

Czy coś szczególnego Polska ma do zaferowania?

AJZ: Na części terenów przemysłowych można budować stacje odbiorcze – rectenny. Według raportu Frazer-Nash Consultancy

dla Europejskiej Agencji Kosmicznej nasz kraj ma do zaoferowania aż około 700 lokalizacji pod takie systemy. Posiadamy też wiele firm sektora kosmicznego, które konstruują mechanizmy działające w środowisku kosmicznym, komponenty satelitarne, a nawet pracują nad dynamiką układów złożonych w warunkach mikrogravitacji. Projekt brytyjsko-polski to szansa dla tych firm na stałe zlecenia – nie tylko przy budowie orbitalnych solarnych stacji energetycznych, ale też ich serwisowaniu.

Na czym ma polegać udział Państwa firmy?

PB: Od początku roku nasza firma Solar System Resources Corporation Sp. z o. o. zabiega o mocne zaangażowanie się Polski w brytyjski program budowy orbitalnych solarnych stacji energetycznych. Jesteśmy w kontakcie z firmą Frazer-Nash Consultancy oraz osobami odpowiedzialnymi za rozwój projektu orbitalnej solarnej stacji energetycznej CASSIOPEIA. Staramy się również o uzyskanie od polskiego rządu pomocy de-minimis na rozwój wstępnych koncepcji, analizy techniczne i ekonomiczne dla polskiej gospodarki. Interesuje nas komponent naziemny związany z rectennami.

Zatem chcą Państwo budować anteny do odbioru energii?

AJZ: Chcielibyśmy zająć się adaptacją terenów przemysłowych na stacje odbiorcze, a także właśnie budową rectenn. Chcielibyśmy w tym temacie współpracować z polskimi uczelniami i instytucjami, np. Akademią Górniczo-Hutniczą. Chcemy również zbudować demonstrator technologii. Jako startup górnictwa kosmicznego interesuje nas również przyszły rozwój systemu orbitalnych solarnych stacji energetycznych z wykorzystaniem zasobów kosmicznych. Pierwsze stacje powstaną z wykorzystaniem ziemskich zasobów. Jednak w przyszłości dzięki zasobom kosmicznym można zmniejszyć koszty budowy i obsługi kolejnych stacji kosmicznych. Byłby to również silny impuls dla globalnego sektora kosmicznego.

Od czego zależy możliwość uczestnictwa, jakie są na to realne szanse?

PB: Potrzebna jest przede wszystkim wola polityczna. Tak, będzie to kosztowało, ale to się opłaci. Raport Frazer-Nash Consultancy dla ESA pokazuje, że projekt będzie wysoce opłacalny dla naszego kraju. Nasza firma jest gotowa pomóc w realizacji tego projektu w Polsce.

Decyzja odośnie ewentualnego rozpoczęcia prac nad budową elektrowni solarnych na orbicie ma zapaść za 5 lat, po ukończeniu analitycznego programu SOLARIS - Europejskiej Agencji Kosmicznej. Czy można tyle czekać?

AJZ: System pełnoskalowy złożony z 54 stacji typu CASSIOPEIA powinien działać w latach 2040-2070, co oznacza, że mamy od dziś 18 lat na budowę ogromnej infrastruktury na orbicie Ziemi, łącznie z pracami badawczo-rozwojowymi.

Ważne będzie głosowanie na Radzie Ministrów ESA podczas jesiennego spotkania i zapewnienie środków dla programu SOLARIS. Uważamy, że polska delegacja powinna się opowiedzieć za solidnym finansowaniem tego programu (co najmniej 150 milionów euro) w trzyletniej perspektywie budżetowej Europejskiej Agencji Kosmicznej, bo może najwięcej skorzystać na tym nasz kraj.

Należy jednak pamiętać, że linia czasowa była budowana konserwatywnie, uwzględniając stopniowo narastające finansowanie, ograniczanie ryzyka. Jednak Polska nie ma tyle czasu, podobnie jak inwestorzy. Nasz kraj stoi w obliczu tak ogromnych wyzwań związanych z geopolityką, transformacją i bezpieczeństwem energetycznym, że projekt musi przyspieszyć.

Rozmawiał Marek Matacz,
Nauka w Polsce



Gmina
Jabłonna



Program
finansowany
przez
Gminę Jabłonna

Razem zadbajmy o zdrowe zęby naszych dzieci !!!

Zapraszamy do skorzystania z **BEZPŁATNYCH** świadczeń stomatologicznych w ramach programu:

**PROFILAKTYKA I LECZENIE PRÓCHNICY
U UCZNIÓW ZAMIESZKAŁYCH NA TERENIE GMINY JABŁONNA,
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ PODSTAWOWYCH**

ZAKRES **BEZPŁATNYCH** ŚWIADCZEŃ STOMATOLOGICZNYCH

- przegląd + instruktaż higieny jamy ustnej + czyszczenie gabinetowe
- zabieg lakowania (1 ząb)
- zabieg zachowawczy (dowolny ząb, dowolna lokalizacja, ewentualnie punktowe RTG, ewentualnie znieczulenie miejscowe lub przewodowe, materiał kompozytowy światło utwardzalny, w uzasadnionych sytuacjach klinicznych materiał o charakterze opatrunku)
- zabieg chirurgiczny - ekstrakcja (dowolny ząb mleczny lub stały z wykluczeniem zębów nr 8 góra lub dół) w procedurę wliczone jest znieczulenie miejscowe lub przewodowe
- leczenie kanałowe (dowolny ząb, dowolna lokalizacja, ewentualnie punktowe RTG, ewentualnie znieczulenie miejscowe lub przewodowe, materiał kompozytowy światło utwardzalny, w uzasadnionych sytuacjach klinicznych materiał o charakterze opatrunku)

Zapisy uczestników programu na dany miesiąc są prowadzone od pierwszego dnia roboczego danego miesiąca od godz. 10.00, do wyczerpania limitów miejsc osobiście i telefonicznie poniżej:

Realizatorzy programu:



STOMATOLOGIA

ul. Milenijna 44, 05-110 Jabłonna
tel. 505 256 370

Poniedziałek - Piątek 8:30 - 20:30
Sobota: 10:30 - 14:30



ul. Lipowa 62, 05-123 Dąbrowa Chotomska
tel. 693 708 574

Poniedziałek - Piątek 8:30 - 20:30
Sobota 10:30 - 14:30

PORADNIA GINEKOLOGICZNA

KONSULTACJE LEKARSKIE

BADANIA USG NARZĄDU RODNEGO

BADANIE USG PIERSI *

(po konsultacji lekarskiej)
LICZBA MIEJSC OGRANICZONA



lek. IRYNA LEVKIVSKA
specjalista ginekologii

*Wskazania USG piersi: ostatnie badanie USG piersi wykonane nie wcześniej niż rok temu (musi upłynąć pełne 12 m-cy od ostatniego badania). Badanie może być wykonane wcześniej niż po upływie 12 m-cy od ostatniego badania pod warunkiem posiadania zaświadczenia lekarskiego lub wyniku badania USG potwierdzającego konieczność wykonania badań USG piersi częściej niż raz na rok.



Jabłonna

ŚRODA
15.00-18.00
(CO DRUGI TYDZIEŃ)

Gminny Ośrodek
Zdrowia w Jabłonie
05-110 Jabłonna
ul. Parkowa 21

ZAPRASZAMY MIESZKANKI
GMINY JABŁONNA
NA BEZPŁATNE WIZYTY

22 782 43 35
SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE
WWW.ZOZJABLONNA.PL

ŚWIADCZENIA FINANSOWANE



PKPCARGO
Service

Zdobądź nowy zawód w branży kolejowej
- brak ograniczeń wiekowych

PKP Cargo Service to spółka nr 1 na rynku obsługi bocznic kolejowych. Dołącz do naszego zespołu wybierając ścieżkę kariery w jednym z wielu zawodów kolejowych:

- maszynisty
- dyżurnego ruchu
- rewidenta taboru
- ustawiacza
- manewrowego
- ...i wielu innych.

Nasza spółka prowadzi działalność operacyjną w 8 województwach. Przede wszystkim na Śląsku, ale także na Mazowszu i w innych częściach kraju.

Oferujemy pracę w dynamicznym zespole, pewne i atrakcyjne wynagrodzenia (pensja, dodatki i premie miesięczne), możliwość awansu i szkolenia. Dofinansowujemy studia i kursy, prywatną opiekę zdrowotną oraz pakiety Multisport. Fundujemy zniżki na zakup biletów kolejowych dla pracowników i członków ich rodzin, dofinansowujemy wypoczynek, a z okazji Święta Kolejarza pracownikom przysługuje dodatkowy dzień wolny od pracy.

Aktualne ogłoszenia o naborach publikujemy na stronie www.pkpcargoservice.com

Kolej na przyszłość!

U nas możesz
zdobyć nowy zawód.
Jesteśmy certyfikowanym
ośrodkiem szkoleniowym
i egzaminacyjnym
z autoryzacją
Urzędu Transportu Kolejowego.





Kanapka to wciąż niekwestionowana królowa polskich śniadań. Potwierdziły to badania przeprowadzone w 2021 r. przez Biedronkę i IPSOS. Tymczasem, w dobie szalejącej inflacji, rekordy bije jeden z jej zwykle podstawowych składników – masło. Jego cena w tym roku wzrosła od stycznia do sierpnia średnio aż o 70% - z 4,69 zł do 7,99 zł. Jeden rzut oka na sklepowe półki wystarczy, by stwierdzić, że tak naprawdę drożeją wszystkie podstawowe produkty spożywcze

Ale jeść trzeba. I to najlepiej zdrowo. Bo w tym, że jesteśmy tym, co jemy, jest wiele prawdy. Wyjaśniamy, dlaczego warto uwzględnić w swoim rozkładzie dnia śniadania, a także podpowiadamy, czym zastąpić kultową kanapkę.

Wiele osób pomija poranny posiłek, ponieważ spieszy się do wyjścia – do pracy czy szkoły. To błąd. Powinniśmy coś zjeść na długo przed obiadem. Jeśli tego nie zrobimy, możemy być tak głodni później, że zamiast po wartościowy posiłek, sięgniemy po produkty o wysokiej zawartości tłuszczu i cukru, co prędzej czy później przyniesie opłakane skutki.

Wiele hałasu o... śniadanie

Czy śniadanie jest najważniejszym posiłkiem dnia? Faktem jest, że po przebudzeniu poziom cukru we krwi, którego organizm potrzebuje, aby mięśnie i mózg pracowały, jak najlepiej, jest zwykle niski. Śniadanie pomaga je uzupełnić. Jeśli ciało nie otrzymuje „paliwa” z pożywienia, możemy czuć się pozbawieni energii – i bardziej podatni na przejadanie się później, w ciągu dnia.

Śniadanie daje również szansę na dostarczenie niektórych witamin i składników odżywczych, zawartych w zdrowej żywności, takiej jak nabiał, zboża i owoce. Obecnie prawdopodobnie jednym z najbardziej niedocenianych wśród zdrowej żywności jest żółty ser. – Wiele osób zapomina o tym, że sery żółte dostarczają dużej ilości białka, wapnia,



JAK DOBRZE ZACZAĆ DZIEŃ?

Śniadanie – źródło cennych witamin

witamin i minerałów – czyli wszystkiego, czego człowiek potrzebuje, by zdrowo rozpocząć dzień. – zwraca uwagę Ewa Polišńska z MSM Mońki. Jeśli więc nie zjemy śniadania, prawdopodobnie nie otrzymamy wszystkich niezbędnych elementów, których potrzebuje nasz organizm, by prawidłowo funkcjonować.

Co mówią badania?

Większość deklarowanych korzyści płynących ze spożywania śniadania pochodzi przede wszystkim z badań obserwacyjnych, które nie mogą udowodnić przyczyny i skutku. Niemniej z badań przeprowadzonych na ponad 30 000 osób wynika, że osoby, które pominęły śniadanie, spożywały istotnie więcej energii (kcal), węglowodanów, tłuszczów

ogółem i nasyconych oraz cukrów podczas obiadu, kolacji i przekąsek niż ci, którzy zjedli śniadanie.

Z kolei najczęstszymi składnikami odżywczymi, których brakowało osobom, które pominęły śniadanie, były: foliany, wapń, żelazo oraz witaminy: A, B1, B2, B3, C i D. – Wiele z nich dostarcza spożywanie żółtego sera. – zauważa Ewa Polišńska z MSM Mońki. – Już 30 gramów zaspokaja zapotrzebowanie organizmu na wapń. Sery żółte są także doskonałym źródłem fosforu, magnezu, potasu, witaminy D i A oraz witamin z grupy B. – wylicza.

Jedząc zdrowo, możemy, a nawet powinniśmy, czerpać z posiłku przyjemność. Pod względem smaku dla

wielu z nas mało co, może się równać z serem. Ten zaś, w odpowiednim towarzystwie, sprawi, że kanapki z ulubionym pieczywem, mogą być prawdziwą ucztą. Jako ciekawą alternatywę warto wypróbować pumpernikiel przekładany serem Aldamer, czosnkiem i oregano z łososiem wędzonym i świeżym koprem.

Pumpernikiel przekładany musem serowym z sera Aldamer czosnku i oregano z łososiem wędzonym i świeżym koprem

- 5 sztuk pumpernika
- 200 g sera Aldamer MSM Mońki
- 4 g czosnku
- 100 g majonezu
- 100g łososa wędzonego
- oregano świeże, sól pieprz do smaku
- koper do dekoracji

Mus serowy z sera żółtego

Ser Aldamer i czosnek ścieramy na tarce, na małych oczkach. Dodajemy majonez i posiekane oregano. Dokładnie wszystko łączymy, doprawiamy do smaku solą i pieprzem i świeżym chili.

Pumpernikiel smarujemy przygotowanym musem serowym. Dwa chlebki smarujemy musem serowym z jednej tylko strony, a pozostałe – z obu. Układamy chlebki jeden na drugim aż powstanie nam tort. Dociskamy do równego kształtu i odstawiamy do lodówki na 30 min.

Schłodzony pumpernikiel kroimy w paski grubości 1 cm w taki sposób, żeby wyglądał jak kawałek tortu. Układamy go na talerzu bądź półmisku. Formujemy z wędzonego łososa różyczki i układamy na torciku.

Do dekoracji możemy użyć świeżych ziół, kiełków lub rukoli i żółtego sera Aldamer.



KRÓLEWSKIE CHRZCINY W PAŁACU

Eleganckie wnętrza
Wyjątkowa impreza
Wyśmienite menu



Rezerwacje:

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





HOTEL BUTIKOWY PAŁAC W JABŁONNIE

POKÓJ 1 OS. - 160 PLN
POKÓJ 2 OS. - 210 PLN

Wyjątkowa lokalizacja w otoczeniu 18-wiecznego
Pałacu i parku krajobrazowego

Eleganckie pokoje ze smacznymi śniadaniem

Bezpłatny parking

Rezerwacje:

www.booking.com

+48 535 585 661, info@palacjablonna.pan.pl

Pałac w Jabłonnie

ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna

piątek

30 września

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
04:40 Klan - telenowela 05:05 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Agape - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:55 Natura w Jedyńce SERIAL KOSTIUMOWY 14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:35 Ojciec Mateusz - serial 21:25 Kulisy serialu Na sygnale - felieton 21:35 Na sygnale - serial 22:15 Licencja na zabijanie - film sensacyjny 00:30 Festiwal Niepokorni Niezłomni Wyklęci	05:00 Na sygnale - serial fabularyzowany 05:30 M jak miłość - serial 06:20 Anna Dymna - spotkajmy się 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:20 Polska od kuchni - Miss Wdzięku - widowisko 11:50 Na sygnale - serial fabularyzowany 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 15:55 Przepis dnia 16:00 Kolo fortuny - teleturniej TELETURNIJ 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:30 Kabaret. Super Show Dwójki 22:50 Hity wszech czasów 23:55 Kino relaks - Rodzina do wynajęcia - komedia 01:45 Zaraz wracam - film fabularny, prod. Kanada 03:15 Miłość w spadku - film obyczajowy 04:40 Zakończenie	05:55 Uwaga! - magazyn 06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:50 Uwaga! - magazyn 20:00 Lego Masters - program FILM PRZYGODOWY 21:35 Król Artur: Legenda miecza - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2017, reż. Guy Ritchie, wyk. Charlie Hunnam, Astrid Berges-Frisbey, Jude Law, Djimon Hounsou, Eric Bana, Aidan Gillen 00:05 Sierota - film horror, USA, Kanada, Francja, Niemcy, 2009, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Vera Farmiga, Peter Sarsgaard, Isabelle Fuhrmann, CCH Pounder, Jimmy Bennett 02:40 Kuba Wojewódzki 03:45 Uwaga! - magazyn 04:00 Noc magii	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Małanowski i Partnerzy - serial kryminalny 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 22:10 Love Island. Wyspa miłości FILM PRZYGODOWY 23:10 Alita: Battle Angel Alita budzi się bez pamięci w świecie przyszłości, którego nie poznaje. Opiekę nad nią rzuca Izolda, sympatyczny doktor, który uświadamia sobie, że w ciele porzuconego cyborga kryje się serce i dusza młodej kobiety o niezwykłej przeszłości. Alita uczy się nowego życia na ulicach zdraźliwego Miasta Złomu. 01:50 Tamte dni, tamte noce Włoskie lato 1983 roku. Elio, dojrzały jak na swój wiek siedemnastolatek, spędza wakacje w rodzinnej willi. 04:40 Disco Gramy	07:00 Muzyczne poranki 07:25 Informacje kulturalne 07:50 Co dalej? - program publicystyczny 08:25 Kronos - Wróżby 09:15 Kolorowe wzgórza - dramat, prod. Kolumbia, Panama, 2010, reż. Carlos Cesar Arbelaez, wyk. Norberto Sanchez, Hernan Mauricio Ocampo 11:00 Rodzina Durrellów 12:00 Ordonka - film dokumentalny 13:05 Wydarzenie aktualne 13:30 Nad Niemnem - serial 14:50 Krzyżacy - film fabularny, reż. Aleksander Ford, wyk. Mieczysław Kalenik 17:50 Res Polonae - O Polsce z oddali - Aiste Bimbirytė - Mackeviciene 18:30 Informacje kulturalne 18:50 Reżyserzy - George Cukor - dokumentalny 20:00 Wieczór kinomana DRAMAT 20:05 Wieczór kinomana - Portret kobiety w ogniu - dramat, prod. Francja, 2019, reż. Celine Sciamma 22:20 Zaginione - odnalezione 22:45 Nomada. Na tropie Bruce'a Chatwina - film dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2019, reż. Werner Herzog 00:25 Gomorra - serial 01:25 Teraz animacje! - Dobre chęci - film animowany 01:30 Teraz animacje! - Surogat - film animowany 01:55 Czwartkowy klub filmowy - Ośmiu kobiet - film fabularny 03:55 Informacje kulturalne	06:00 Kobra - oddział specjalny Każdy kolejny odcinek to odrębna tematyka. W każdym z nich nie brakuje „zabójczej prędkości”, efektów specjalnych, napięcia, niebezpiecznych pościgów i komizmu, przedstawianego przez bohaterów. Chcą, aby zawsze na pierwszym miejscu stała sprawiedliwość. 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 11:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Reporterzy. Z życia wzięte SERIAL OBZAJOWY 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 17:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Transporter 3 22:00 Rambo 2 00:00 Arena 02:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 02:55 Menu na miarę - program kulinarny 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	05:15 Szkoła 06:15 Papiery na szczęście - serial, Polska 06:45 Hotel Paradise - program rozrywkowy 07:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:50 Opowieści małżeńskie 11:55 Zagadki losu 12:55 Szpital - program obyczajowy 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Opowieści małżeńskie 17:55 Detektywi - program kryminalny 19:00 Zagadki losu 20:00 Papiery na szczęście - serial, Polska 20:35 Hotel Paradise KOMEDIA 21:35 Bridget Jones III - film komedia, Francja, Irlandia, USA, Wielka Brytania, Chiny, 2016, reż. Sharon Maguire, wyk. Renée Zellweger, Colin Firth, Patrick Dempsey, Jim Broadbent, Gemma Jones, Emma Thompson 00:00 Motopatrul - film komedia, USA, 2017, reż. Dax Shepard, wyk. Michael Pena, Dax Shepard, Vincent D'Onofrio, Kristen Bell, Rosa Salazar, Justin Chatwin 02:05 Druga strona medalu - talk show 02:40 Noc magii - program rozrywkowy	06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. Pomagają mu w tym inni agenci na czele z Jimmym Trivettem (Clarence Gilyard Jr.) oraz pani prokurator Alex Cahill Walker (Sheree J. Wilson). 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Pierścionek z rubinem 10:55 Kochane Pieniądże 11:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci Kto da więcej 19:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy 20:00 Gwiazdy Kabaretu 22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:05 Klaun 02:10 Jas Fasola radzi 02:25 Disco Polo Life 03:25 TOP 10 - Lista Przebojów TV Trwam 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Ziemia obiecana 13:10 20 lat dla świata 13:20 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc 14:30 Zrozumieć Antycywizację 14:55 Słowo życia 15:00 Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia 15:20 Mocni w Wierze 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Siódmy Sakrament 16:40 Prosto o gospodarce 17:00 Życie z Pasją 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Geopolityka 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Westerplatte Młodych 19:00 Warto zauważyć... 19:30 Król Chwały 19:45 Modlitwa 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Historia 21:00 Apel

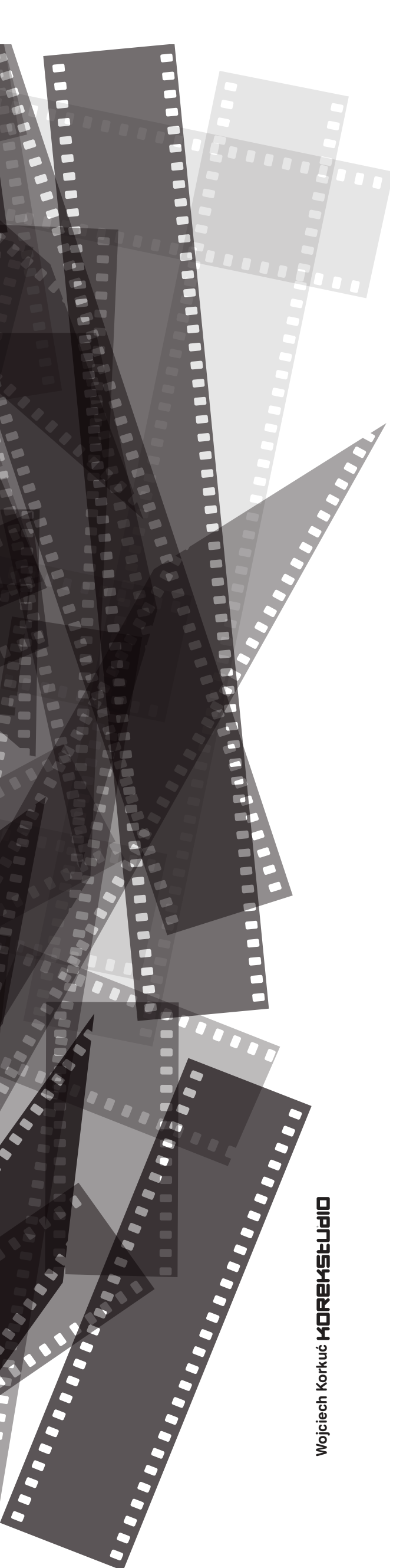
**XIV
FESTIWAL
FILMOWY
NNW**

28.09 - 01.10.2022
Gdynia

**NN
W**

wstęp wolny

www.f



Wojciech Korkuć KOREKSTUDIO

festiwalnnw.pl



1918 · 2018

PATRONAT NARODOWY
PREZYDENTA RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ
ANDRZEJA DUDY
W STULECIE ODZYSKANIA NIEPODLEGŁOŚCI

DOFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW
MINISTRA KULTURY I DZIEDZICTWA
NARODOWEGO



Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego

ORGANIZATORZY

**SCENA
KULTURY**
STOWARZYSZENIE

GDYNIA
MIASTO FILMU

unesco
Member of
the Creative Cities Network

WSPÓŁFINANSOWANIE



POLSKI
INSTYTUT
SZTUKI
FILMOWEJ

PARTNER GENERALNY



PARTNER STRATEGICZNY



Fundacja

PARTNERZY
INSTYTUCJONALNI



INSTYTUT
PAMIĘCI
NARODOWEJ



FINA

PATRONI MEDIALNI

TVP TELEWIZJA
POLSKA

**POLSKIE
RADIO**

Polskie
Radio **24**

SIECI

**SUPER
express**

**DO
RZECZY**

GAZETA POLSKA

TYGODNIK
Solidarność

R
REPUBLIKA

niezależna.pl

**SIECI
HISTORII**

Radio Gdańsk

**POLSKA
PRESS
GRUPA**

HISTORIA

idziemy

BIULETYN IPN
PISMO O NAJNOWSZEJ HISTORII POLSKI

tysol.pl

wPolityce.pl

**Czas
Ciechanowa**

toowo

sobota

1 października

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Mister Twister - serial fabularyzowany 06:00 Magazyn Ekspresu Reporterów 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:40 Rok w ogrodzie 08:05 Rok w ogrodzie Extra - magazyn 08:20 Wojsko - polskie.pl 08:45 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych 09:15 Fascynujący świat - W sercu Azji Południowo-Indie, Nepal 10:20 Sprawa dla reportera 11:20 Noce i dnie - serial 12:25 Gwiazdy w południe - Kolty siedmiu wspaniałych - western 14:10 Z pamięci - felieton 14:25 Okrasa łamie przepisy - Mazurskie sałatki SERIAL KRYMINALNY  14:55 Komisarz Alex - serial kryminalny 15:55 Rolnik szuka żony - reality show 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:30 Ojciec Mateusz - serial 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 21:35 Hit na sobotę - Greenland - film fabularny 23:35 Festiwal Niepokorni Nieziemni Wykłeci Ukryta tożsamość - film fabularny 01:45 Boks - Gala KnockOut Boxing Night	05:20 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia 07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 12:10 Rodziny ekspres - magazyn 12:50 The Voice of Poland - Przeglądanie w ciemno - widowisko muzyczne 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny 15:15 Szansa na sukces. Eurowizja Junior 2022 - Final - widowisko muzyczne 16:20 Na dobre i na złe 17:20 Smaki świata 17:50 Słowo na niedzielę 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Postaw na milion 19:35 Lajk! 20:00 The Voice of Poland 00:40 Kabaret. Super Show Dwójki KOMEDIA  01:50 Rodzina do wynajęcia - komedia prod. Francja, Belgia, 2015, reż. Jean - Pierre Ameris, wyk. Virginie Efira, Benoit Poelvoorde, Francois Morel 03:35 Pajęczarki - komedia reż. Barbara Sass, wyk. Maria Pakulnis, Adrianna Biedrzyńska, Jan Nowicki, Marian Opania, Wojciech Malajkat, Danuta Szaflarska, Maciej Robakiewicz, Marek Walczewski 05:30 Zakończenie programu	05:55 Uwaga! - magazyn 06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Na Wspólnej - serial, Polska 13:30 MasterChef 15:10 Top Model 16:45 Ślub od pierwszego wejrzenia 17:50 MałżeGoJutemy z Katarzyną Bosacką 17:55 Kuchenne rewolucje 18:55 Raport Speedway Grand Prix - extra 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:30 Raport Speedway Grand Prix 19:35 Pogoda 19:45 Uwaga! - magazyn 20:00 Mam talent KOMEDIA  21:45 Kac Vegas w Bangkoku - film komedia, USA, 2011, reż. Todd Phillips, wyk. Bradley Cooper, EdHelms, Zach Galifianakis, Justin Bartha, Ken Jeong, Paul Giamatti, Mike Tyson 23:50 Śmierć nadejdzie dziś - film horror, USA, 2017, reż. Christopher Landon, wyk. Jessica Rothe, Israel Broussard, Ruby Modine, Charles Aitken, Laura Clifton 02:00 Na granicy światów - serial, USA, Wielka Brytania 03:05 Noc magii 04:30 Uwaga! - program rozrywkowy prod. Polska 04:50 Zamieszkać na plaży	06:00 Nowy dzień z Polsat News 07:45 Koń wodny: Legenda głębin 10:10 Ewa gotuje 10:40 Nasz Nowy Dom 11:40 Bogaty Dom - Biedny Dom 12:45 Górale 13:45 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 14:40 Rolnicy. Podlasie 15:45 Wieżenie kobiet 17:45 Chłopaki do wzięcia 18:50 Wydarzenia 19:15 Prezydenci i Premierzy 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Doda. 12 kroków do miłości 21:05 Karate Kid Gdy Dre Parker i jego matka przeprowadzają się z Detroit do Chin, Dre czuje się zagubiony w nowej rzeczywistości. FILM PRZYGODOWY  00:05 Granice wytrzymałości Młody himalaista Peter Garrett musi wyruszyć na ratunek swej siostrze Annie uwieszonej w lodowej grocie na niedostępnym szczycie K2. Towarzyszą mu ekscentryczny himalaista, dla którego góry zdają się nie mieć tajemnic i kanadyjska lekarka, która traktuje wyprawę jako okazję do łatwego wzbogacenia się. 02:50 Świat według Kiepskich 04:20 Kabaretowa Ekstraklasa 04:40 Disco Gramy - Portret kobiety w ogniu - dramat 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Henryk Wieniawski - życie i twórczość 08:05 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:30 Pod presją dźwięku i słowa - dokumentalny 09:40 Tamte lata, tamte dni - magazyn 10:20 Caravaggio - dusza i krew - film dokumentalny, prod. Włochy, 2018, reż. Jesus Garces Lambert 12:05 Serialowa nostalgia - Czarne chmury - serial 13:05 Warszawskie Combo Taneczne - koncert 14:10 Zbigniew Wodecki i Mitch & Mitch - koncert, reż. Artur Burchacki 14:40 Dzika Muzyka - Było cymbalistów wielu... 15:20 Les Ombres with Thotime Langlois de Swarte play Vivaldi and Leclair - koncert KOMEDIA  16:35 Retro kino - Milion - komedia, prod. Francja 18:10 Do dzieła - magazyn 18:35 Legendy Rocka - Glam Rock 19:05 Legendy Rocka - The Motown Sound 19:30 Informacje kulturalne 20:00 Bilet do kina - Cudowny chłopak - film obyczajowy 22:00 Kabaret Starszych Panów - Wieczór 13. Przerwa w podróży 23:25 Seans kultowy - Seksmisja - komedia 01:35 Wieczór kinomana - Portret kobiety w ogniu - dramat 03:50 Informacje kulturalne	06:00 Napisła: Morderstwo Jessica Fletcher, była nauczycielka angielskiego i pisarka kryminałów, jest wdową mieszkającą w starym wiktoriańskim domu we wsi Cabot Cove. Prowadzi spokojne życie jako nie odkryta pisarka wielu kryminałów. 07:00 Taki jest świat 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: Walskiel Kazimierz Barski, jego rodzina. 20:00 Mocne sobotnie kino: Rambo 3 Rambo wyrusza do Afganistanu, aby uratować swojego przyjaciela pułkownika Trautmana. FILM AKCJI  22:05 Krwawa gra - film akcji 00:10 Everly - film akcji Ukrywająca się w swoim apartamencie kobieta stawia czoła licznej grupie morderców nasłanych przez jej byłego chłopaka - szefa mafii. 02:00 Zobacz to! Blok powtórkowy: Na jedwabnym szlaku 02:40 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 03:15 Menu na miarę - program kulinarny prod. Polska 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	05:05 Szkoła 06:05 Wiza na miłość 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 07:30 Córka prezydenta - film komedia, USA, Wielka Brytania, 2004, reż. Andy Cadiff, wyk. Mandy Moore, Matthew Goode, Jeremy Piven, Annabella Sciorra, Caroline Goodall, Mark Harmon 09:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:40 Zagadki losu 14:40 Opowieści małżeńskie 15:45 Johnny English: Reaktywacja - film komedia, USA, Wielka Brytania, Francja, 2011, reż. Oliver Parker, wyk. Rowan Atkinson, Gillian Anderson, Rosamund Pike 17:55 Krudowie - film komedia, USA, 2013 KOMEDIA  20:00 Shrek - film komedia, USA, Japonia, 2001, reż. Andrew Adamson, wyk. Vicky Jensen, Mike Myers, Eddie Murphy, Cameron Diaz, John Lithgow, Vincent Cassel 22:00 W starym dobrym stylu - film komedia, USA, 2017, reż. Zach Braff, wyk. Morgan Freeman, Michael Caine, Alan Arkin, Matt Dillon, Christopher Lloyd 23:55 Wytańczyć marzenia - film obyczajowy, USA, 2006, reż. Liz Friedlander, wyk. Antonio Banderas, Alfre Woodard 02:25 Druza strona medalu 03:00 Noc magii	06:00 Galileo 11:00 Agent XXL 2. Malcolm Turner zatrudnia się jako gosposia w rodzinie Toma Fullera, którego posadza o zaprojektowanie groźnego wirusa komputerowego, otwierającego dostęp do najtajniejszych akt rządowych. W przebraniu Mamuśki przeprowadza się do domu Fullera i roztraca troskliwą opiekę nad żoną Toma, Leah i trójką ich dzieci. 13:05 Agenci. Biuro Detektywistyczne 15:05 STOP Drogowka - magazyn 17:05 Policjantki i Policjanci 22:05 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:05 Autopsja Jane Doe Na odludziu znaleziono ciało pięknej dziewczyny. Wszystkie wskazuje na to, że ofiara nie zmarła śmiercią naturalną. 01:55 Anatomia głupoty - film Richarda Hammonda TV Trwam 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Warto zauważyć... 12:50 Siódmy Sakrament 13:20 Ocalić od zapomnienia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc 14:35 Natura Obiektywnie 15:00 Regał 15:35 Wierzę w Boga 15:50 Muzyczne chwile 15:55 Święty na każdy dzień 16:00 Informacje dnia 16:10 Świadkowie zbrodni 17:00 Z Parlamentu Europejskiego 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Wolność Słowa 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 W naszej Rodzinie 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Manna z Nieba 19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Mysząc Ojczyzna 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

niedziela

2 października

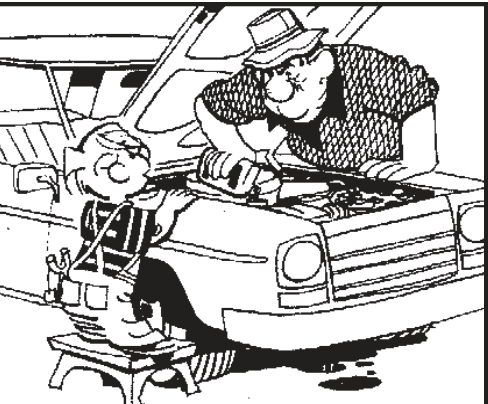
TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Sprawa dla reportera 06:00 Słownik polsko@polski - talk - show 06:25 Wojsko - polskie.pl 06:55 Słowo na niedzielę 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia 08:00 Tydzień 08:30 Zachodzący się w Polsce 09:05 Czas w las - magazyn 09:35 Okrasa łamie przepisy - Mazurskie sałatki 10:10 Klasztorne smaki Remigiusza Rączki 10:45 Zmiennicy - serial 11:55 Miedzy ziemią a niebem 12:00 Anioł Pański 12:15 Miedzy ziemią a niebem 12:50 Misja Zambia 13:15 BBc w Jedynce - Serengeti 14:15 Z pamięci - felieton 14:25 Weterynarz z sercem KOMEDIA  15:05 Komedia małżeńska - komedia, reż. Roman Zaluski, wyk. Jan Englert 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? 18:30 Wojenne dziewczyny - serial 19:30 Wiadomości 20:15 Wojenne dziewczyny - serial 21:15 Rolnik szuka żony - reality show 22:20 Zakochana Jedynka - Nie powiesz nikomu? - film fabularny 24:00 Greenland - film fabularny, prod. USA, 2020 02:05 Mściciel - film akcji 03:40 Jaka to melodia? 04:20 Z pamięci - felieton	05:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia 07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 11:05 Polska od kuchni - Miss Wdzięku - widowisko 11:35 The Voice of Poland - Bitwa - widowisko muzyczne 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2023 - widowisko muzyczne 16:15 Tak to leciało! - teleturniej muzyczny 17:05 Lajk! 17:30 Rodzinka.pl - serial komediowy 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej SERIAL FABULARYZOWANY  18:55 Na sygnale - serial fabularyzowany 20:00 Postaw na milion - teleturniej 21:00 Idol - film obyczajowy, prod. USA, 2015, reż. Dan Fogelman, wyk. Al Pacino, Annette Bening 23:00 Kino bez granic - W kręgu przemocy - dramat, prod. Belgia, Francja, 2017, reż. Gilles Bourdos, wyk. Alice Isaaz, Vincent Rottiers, Carlo Brandt 00:55 Jasminum - film obyczajowy 02:55 Nie ma nas w domu - film fabularny 04:40 Zakończenie	05:20 Uwaga! - magazyn 05:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:25 Nowa Maja w ogrodzie 07:55 Akademia ogrodnika 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Co za tydzień - magazyn 12:15 Mam talent 14:05 Harry Potter i czara ognia - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2005, reż. Mike Newell, wyk. Emma Watson 17:25 Lego Masters 19:00 Fakty 19:30 Kronika Speedway Grand Prix 19:45 Uwaga! - magazyn 20:00 MasterChef SERIAL OBYCZAJOWY  21:35 Tajemnica zawodowa - serial, Polska 22:45 Kod Merkury - film sensacyjny, prod. Polska USA, 1998, reż. Harold Becker, wyk. Bruce Willis, Alec Baldwin, Miko Hughes, Chi McBride, Kim Dickens, Peter Stormare 00:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 01:55 Zabójcza broń - serial, USA 03:00 Noc magii 04:25 Uwaga! - magazyn prod. Polska 04:45 Zamieszkać na plaży	06:00 Nowy dzień z Polsat News 06:55 Louis i obcy 12-letni Luis czuje się samotny. Nie ma żadnych przyjaciół, a jego ojciec - ufológ Armin - całe noce spędza przy teleskopie, szukając śladów życia w kosmosie. Na domiar złego, dyrektor ze szkoły Luisa chce wysłać chłopca do internatu poza miastem. Sprawy komplikują się jeszcze bardziej, gdy na podwórku Luisa rozbija się UFO, pilotowane przez trójkę wesołych kosmitów. Chłopiec szybko zaprzyjaźnia się z obcymi i ukrywa ich przed swoim tatą, który jest przekonany, że kosmici są niebezpieczni. 08:50 Garfield FILM PRZYGODOWY  10:35 Karate Kid Gdy Dre Parker i jego matka przeprowadzają się z Detroit do Chin, Dre czuje się zagubiony w nowej rzeczywistości, tak odmienniej od znanego mu świata. 13:40 Ninja Warrior Polska 15:40 Tvoja Twarz Brzmi Znajomo 17:40 Ślubne pogotowie Izabeli Janachowskiej 18:50 Wydarzenia 19:30 Państwo w Państwie - magazyn 20:00 Kabaret na żywo 22:10 Wyspa miłości 23:15 Zamachowiec 01:40 Alita: Battle Angel 04:15 Kabaretowa Ekstraklasa	07:00 Laureaci Konkursu im. Henryka Wieniawskiego 08:00 Liturgia prawosławna 09:10 Od ucha do ucha 09:45 Wschodzące gwiazdy baletu 10:25 Angielskie śniadanie 11:30 Informacje kulturalne 12:00 Trzeci punkt widzenia 12:40 Bilet do kina - Cudowny chłopak 14:40 Wędrowiec Polski 15:20 Barbara Hannigan. Late Night Concert 16:50 Zaginione - odnalezione 17:15 Niedziela z... twórczością Agnieszki Osieckiej 18:05 Niedziela z... twórczością Agnieszki Osieckiej 19:05 Rozmowy o zmierzchu i świecie 19:30 Informacje kulturalne FILM FABULARNY  20:00 Tess - film fabularny, prod. Wielka Brytania, Francja, 1979, reż. Roman Polański, wyk. Nastassja Kinski, Peter Firth, Leigh Lawson, John Collin, Sylvia Coleridge 22:55 Scena muzyczna - Piotr Sałajczyk - Weinberg/Szymanowski 24:00 Trzeci punkt widzenia 00:40 Havel - film fabularny 02:35 Teraz animacje! - Dobre chęci - film animowany 02:45 Teraz animacje! - Surrogat 03:00 Kino nocne - Nasz wiekiul czasu - film 04:35 Informacje kulturalne 04:55 Legendy Rocka - Glam Rock	05:35 Prawdziwe motywy 09:35 Księga dżungli: Opowieść Mowgliego 11:05 Szajbus i pingwiny 13:05 Wyspa Nim - film familijny, USA, 2008 15:20 Power Rangers - film przygodowy Uczniowie szkoły średniej wykorzystują swoje unikalne zdolności, by uratować świat. 17:45 Ant-Man i Osa - film sensacyjny. USA. 2018 Ant-Man i Osa próbują odkryć tajemnice przeszłości doktora Hanka Pyma i Hope van Dyne. 20:00 Niedziela z gwiazdami: Terminator Genisys Rok 2029. Walczący z cyborgami John Connor wysłał w przeszłość Kyle'a Reese'a, by uratował jego matkę przed terminatorem. FILM PRZYGODOWY  22:50 Kosmiczny grzech - film przygodowy Rok 2524. Mieszkańcy Ziemi otrzymują informację o pierwszym kontakcie z obcą cywilizacją. 00:45 Operacja: Zemsta - film sensacyjny W przeszłości żołnierz, dziś najemnik - John Gold dowiaduje się o śmierci przyjaciela i próbuje wyjaśnić, jakie były okoliczności tej tragedii. Bohater ustala, że zabójstwo stanowi jedynie część wielkiego spisku. 02:25 Zobacz to! Blok powtórkowy: Dyżur - serial dokumentalny 03:00 Taki jest świat 04:00 Napisła: Morderstwo	05:05 Szkoła 06:05 Wiza na miłość 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, prod. USA 07:30 Krudowie - film komedia, USA, 2013, reż. Kirk De Micco, Chris Sanders, wyk. Nicolas Cage, Emma Stone, Ryan Reynolds, Catherine Keener, Cloris Leachman 09:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:50 Zagadki losu 14:50 Opowieści małżeńskie 15:55 Czego pragną dziewczyny - film komedia, USA, 2003, reż. Dennie Gordon, wyk. Amanda Bynes, Colin Firth, Kelly Preston, Eileen Atkins, Anna Chancellor, Jonathan Pryce, Oliver James, Sylvia Syms KOMEDIA  18:10 Shrek - film komedia, USA, Japonia, 2001, reż. Andrew Adamson, wyk. Vicky Jensen, Mike Myers, Eddie Murphy 20:00 Harry Potter i zakon Feniksa - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2007, reż. David Yates, wyk. Daniel Radcliffe, Emma Watson, Rupert Grint, Imelda Staunton, Michael Gambon, Robbie Coltrane, Maggie Smith, Ralph Fiennes, Alan Rickman 23:00 Krytyczna decyzja - film sensacyjny 01:40 Krwawa układanka - serial, USA 02:45 Noc magii	06:00 Kosmos - niewyjaśnione tajemnice starożytności 08:00 Galileo 10:00 Nasza niania jest agentem Bob Ho, szpieg CIA, pracując pod przykrywką nad ujęciem niebezpiecznego terrorysty, zakochuje się w mieszkającej w okolicy Gillian, samotnej matce trójki dzieci. 12:00 Od sklepowej do królowej Patterson - bogaty i przystojny kapitan szkolnej drużyny - jest obiektem marzeń wszystkich dziewczyn w liceum. 14:00 Stalingrad Armia niemiecka posuwa się w głąb Związku Radzieckiego. Hitler nie docenia wytrzymałości Armii Czerwonej i jest przekonany, że zdobędzie miasto najpóźniej jesienią. 16:55 Jaś Fasola radzi 17:00 Łowcy Skarbów. Kto da więcej 20:00 Wróg publiczny 22:45 Skok życia TV Trwam 10:35 Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela” 10:40 Próba wiary 11:30 Zapiski ze świętości Prymasa Tysiąclecia 12:00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem 12:15 Papież Polak do Rodaków 12:45 Św. Jan Paweł II - Przyjaciel Lublina 14:15 Dar powołania 14:40 Drzwi do lasu 15:00 Wies - to też Polska 16:00 Informacje dnia 16:10 Koncert życzeń 16:45 Chcę żyć 17:00 Zostań Żołnierzem RP 17:15 Na grzyby 17:30 Sól Ziemi 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19



ROZRYWKOWE TO i OWO nr 286

Redaguje:
Władysław Firlik

1. MAŁA AWARIA - DUŻO ROBOTY



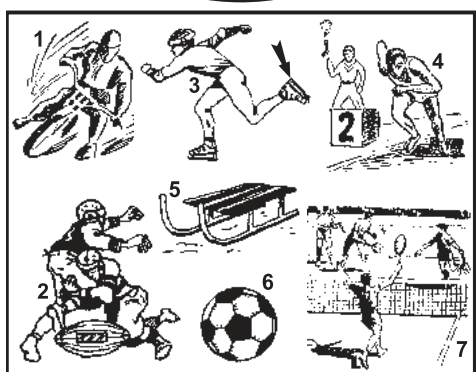
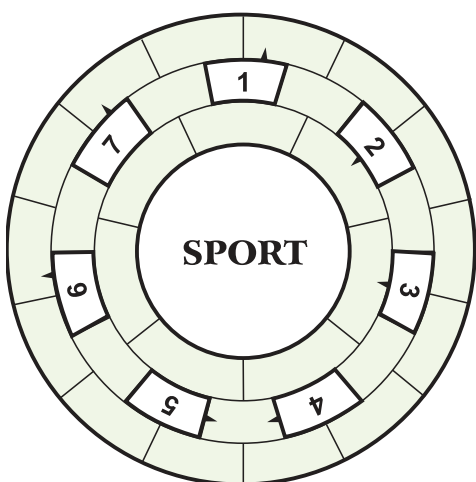
MARSZCZONE KOŁNIE RZĄDZĄ	1	KOLCZYSTY	PRZEŁOŻONY	
		9	15	
LEOPOLD, POETA		AUTO Z NIEMIEC	28	WALUTA WIELKIEJ BRYTANII
	14			
SPECJALISTA OD STAWIANIA PIECÓW		USYPISKO OD PADÓW	HIW DŹWIGU	
	35			
	8	3		
SPIRALA NA ŚRUBIE		WESOŁA ZABAWA	18	PLEMIĘ
	25	2	26	36
MOŁOCH DAWNIEJ	„OJCIEC” LITERATURY POLSKIEJ	FRĄZES, BANAŁ	ALBUM ZE ZNACZKAMI BYŁY PREZYDENT USA	20
CHODZI TYŁEM		SPRINTER		
	34	23	7	22
WIELKA FRĄCZKA	33	Z MĘŻEM	10	ZNAK, OSTRZEŻENIE
SZCZĘKA DOLNA				
MAŁY KON Z WYSP BRYTYJSKICH		DUMNY PTAK		
	32		40	NAJMNIEJSZY FLET
MAŁPI OWOC	4	6	13	DAMASCENSKA
LEŃ				

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 40 utworzą wypowiedź mądrego wnuczka.

6. ANAGRAM

Poznałem ją na _____,
bo ze mnie wszak jest _____.
Zaznałem gorzkiej _____,
bo ona Włocha woli.

9. WIRÓWKA OBRAZKOWA



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

7. SZARADA ANAGRAMOWA

Fiaciek **Z** rana nie zapalił, haczyk znalazł się na liście, więc **DO** szefa cię wezwali na dywanik, osobiście.

Wykaz **OCEN** przyniósł synek - brak powodów do zachwytu, trzeba zwiększyć dyscyplinę, zagnać malca do zeszytów.

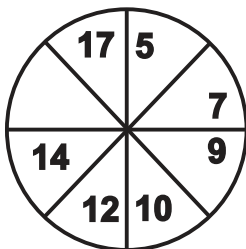
Mocno **CIŚNIE** lewy bucik - trzeba oddać do naprawy lub w ogóle **GO** wyrzucić, bo zupełnie jest koślawy.

Brak pieniędzy - **DNO** w portfelu, niespokojne **DNIE** i noce. Nie narzekaj, przyjacielu, wiesz, że żyjesz - i to docień!

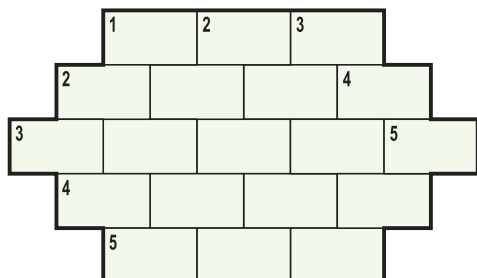
C = 9, N = 13.

10. LICZBA

W puste pole niniejszego koła wpisz taką liczbę, która nie zakłóci ustalonego porządku. Jaką liczbę należy wpisać?

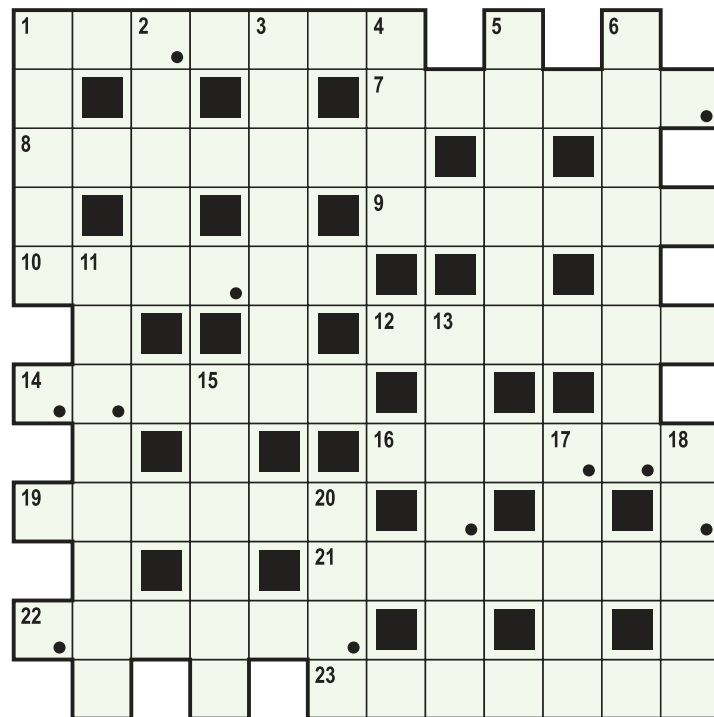


11. BILITEROWY UKOŚNIK MAGICZNY



1) mały flet, 2) popularny napój, 3) przewoźny silnik parowy, 4) Ariadna pomogła Tezeuszowi wydostać się z niego, 5) metal ziem rzadkich, o liczbie atom. 57.

2. SŁOWO ZA SŁOWO



Litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.

POZIOMO: 1) nauczyciel, 7) hycel, 8) dialog, 9) taksa, 10) szalenie, 12) możliwość, 14) kamrat, 16) łódź, 19) zozna, 21) wnętrzności, 22) siła, 23) gżegółka.

PIONOWO: 1) jar, 2) piecza, 3) tłum, 4) rupiec, 5) zażalenie, 6) zawód, 11) draka, 13) odznaka, 15) harmider, 17) dowcip, 18) ubiór, 20) napad.

3. KALAMBUR

Łód i zebranie - uszyje ubranie.

4. HISTORYJKA

Ułóż ilustracje w takiej kolejności, aby widoczna historyjka miała logiczny przebieg.

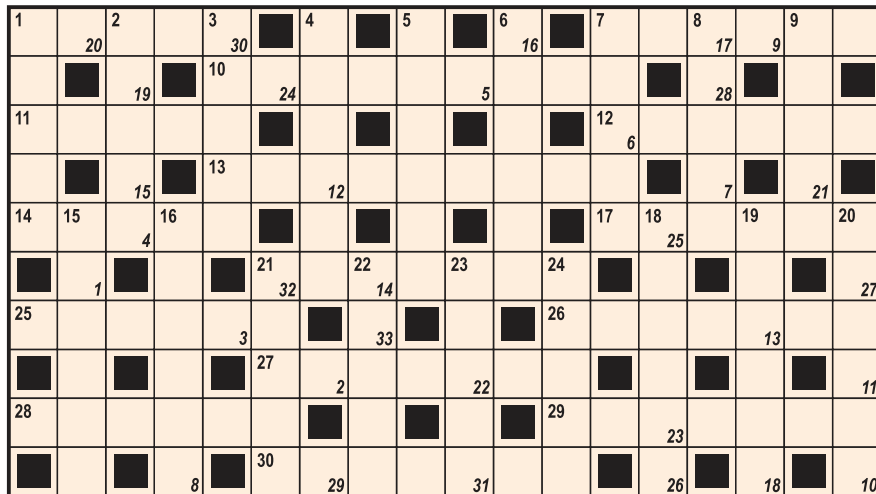
DO ZOBACZENIA ZA TYDZIEŃ

5. INTRUZ

306	792	824	522
945	480	693	285

Jedna z powyższych liczb z całkowicie uzasadnionych względów nie pasuje do pozostałych. Która z nich jest intruzem?

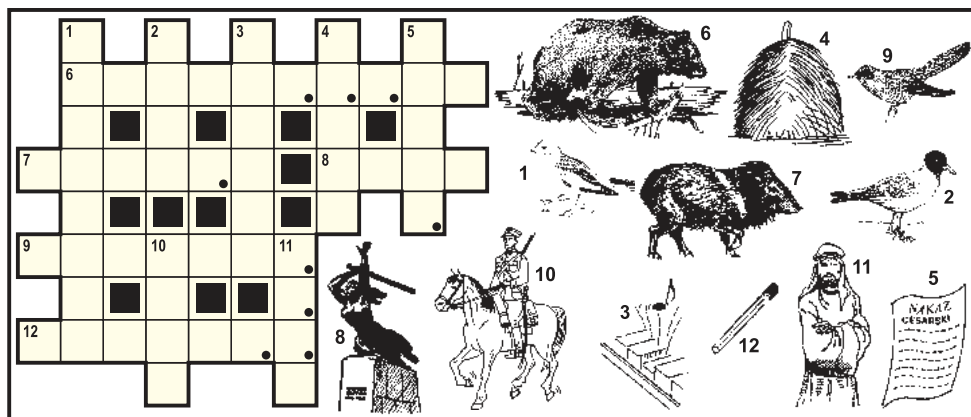
8. KRZYŻÓWKA



POZIOMO: 1) trud, znój, 7) trzonek, 10) szwajcar, 11) biokatalizator, 12) smutek, 13) maszyna do sprzętu zbóż, 14) gatunek pszenicy, 17) rodzaj kurtki, 21) kajak turystyczny, 25) odmiana jęczmienia, 26) ptak australijski podobny do bażanta, 27) potocznie o widzach, 28) między koroną kopyta a nadpięciem, 29) dziecięcy kułak, 30) rodzaj wiersza lirycznego opiewającego jakieś wielkie wydarzenie.

PIONOWO: 1) biały napój, 2) dar z nieba dla partyzantów, 3) miasto nad Narwią, 4) wydawany przez dzwon, 5) zaopatruje w wodę Łódź, 6) arena dla kowbojów, 7) na kutrze z sieciami, 8) obok bułek, 9) zajęcie żeńca, 15) zbiór zboża, 16) obrońca Częstochowy, 18) koński „gamitur”, 19) zawody wioślarskie, 20) wódka z gwiazdkami, 21) koń, 22) roślina uprawiana na paszę, 23) lanca, 24) fiasko.

12. KRZYŻÓWKA OBRAZKOWA



Litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą ostateczne rozwiązanie.

ROZRYWKOWE TO i OWO
KUPON - 286

Informacja

Wójt Gminy Nieporęt na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2021 r. poz. 1899 ze zm.) podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy informacyjnej w Urzędzie Gminy Nieporęt pod adresem: 05-126 Nieporęt, Plac Wolności 1 oraz na stronie internetowej Urzędu Gminy Nieporęt, na okres 21 dni to jest od 26.09.2022 r. do 17.10.2022 r. został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy, obejmujący część działki o nr ewidencyjnym 142/26 położonej we wsi i gm. Nieporęt o pow. ok. 2000 m², dla której Sąd Rejonowy w Legionowie IV Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą Nr WA1L/00019352/1.

Alicja Sokołowska
Zastępca Wójta Gminy Nieporęt

Starosta Pułtusi podaje do publicznej wiadomości:

Na tablicy informacyjnej Starostwa Powiatowego w Pułtusk przy ul. Marii Skłodowskiej Curie 11 oraz na stronach internetowych urzędu (www.powiatpultuski.pl oraz BIP) zostanie umieszczony na okres 21 dni tj. od dnia 28 września 2022 r. do dnia 18 października 2022 r. wykaz nieruchomości stanowiącej własność Skarbu Państwa, przeznaczonej do użyczenia Gminie Pułtusk:
- działki nr 1 o pow. 10,5758 ha i 9 o pow. 0,2667 ha położone w Pułtusku obręb 5, działki nr 34/1 o pow. 1,0088 ha, 103/1 o pow. 4,4980 ha, 265 o pow. 0,6445 ha i 269 o pow. 0,4873 ha (z wyłączeniem z tej działki powierzchni 0,0034 ha) położone w Pułtusk u obręb 14.

PRACA

dam pracę

Elektryk-hydraulik-monter klimatyzacji-magazynier-mechanik-automatyk serwisant chłodnictwa-atrakcyjne wynagrodzenie 664 473 560
LEG 52615

■ **Firma zatrudni pomocników murarzy,praca stała 503302295 stefbud29@interia.pl**
LEG 52661

■ **Fizyczna, ogrodnicze, porządk i 602278065 zswiat@wp.pl**
LEG 52671

Magazynier. Atrakcyjne wynagrodzenie 664473560
LEG 52614

■ **Mazowiecki Szpital Onkologiczny w Wieliszewie poszukuje pracownika do Dział Technicznego mile widziane uprawnienia elektryczne. CV proszę przysyłać na adres: k.pajewski@szpitalonkologiczny.pl**
LEG 52688

Młodego mężczyznę do przyuczenia 664 473 560
LEG 52616

nadaj DROBNE na stronie www.nadajdrobne.pl

AUTO-MOTO

sprzedam

■ **Kupię KażdeAutoOsobowe Busy SkuteryMotory Najlepsze Ceny-NaRynku MożliwośćZwrotu0c MaszCośDzwoń NatychmiastowyOdbiór Błyskawiczna Wycena Kupuję Calei rozbite BezOciPrze-gląduDo Drobnych Napraw! ZadbaneAuta Zaświadczenia DoKasji 502964469**
LEG 52584

■ **Sprzedam skuter ZIPP, przebieg 2 tys. km, tel. 789945986**
LEG 52665

ZDROWIE

przychodnie


ultramedita
CENTRUM ZDROWIA KOBIET
KLINIKA
GINEKOLOGICZNO - POŁOŻNICZA
Legionowo, ul. Sienkiewicza 10 i p. nad HEBE
tel. 22 732 24 86, 518 447 748

■ **ULTRAMEDICA CENTRUM ZDROWIA KOBIET**
- 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 52366

inne

■ **Punkt bezpłatnego wypożyczenia sprzętu rehabilitacyjnego (balkoników, kul, wózków) i rowerów w Dąbrowie Chotomowskiej, tel.: 608 063 017**
LEG 52647

SPORT i URODA

TURYSTYKA

USŁUGI

remont i budowa

■ **Budowa domów, elewacje, wykończenia, poddasza, ogrozd. 603458182**
PUL 52626

■ **Cyklina bezpyłowa, układanie 602 523 096**
LEG 52660

■ **Glazura solidnie 602670035**
NDM 52645

■ **Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757**
LEG 52381

■ **Remonty mieszkań. Tanio i solidnie. Tadeusz. 508-074-201**
NDM 52286

■ **Usługi remontowo-budowlane, powiat legionowski tel. 511949741**
LEG 52686

Usł. ogólnobudowlane 507567910
PUL 52673

Wycinka drzew, wynajem podnośnika kosz., usl. rębakiem 507567910
PUL 52674

OGŁOSZENIA DROBNE
do bieżącego numeru przyjmujemy
DO PONIEDZIAŁKU
do godziny 12:00.



Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie?

ZGŁOŚ SIĘ DO NAS

Zapewniamy kompleksową obsługę
Pomagamy w uzyskaniu kredytu

784 611 270, 605 325 056



ZŁOTA RĄCZKA - usługi budowlane, hydrauliczne, elektryka, mniejsze i większe remonty. Szybko, tanio i solidnie. Referencje. 735953829
LEG 52638

ogrodnicze


WYCINKA DRZEW METODĄ ALPINISTYCZNĄ
- SERCZYNIA WYCINKA DRZEW
- PRZycinanie PRZESWIETLANIE KORONY DRZEW
- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARCOWYCH
- USŁUGI RĘBAKIEM, ZREBKOWANIE GAŁĘZI ORAZ WYWÓZ UROBKU
698 991 470
Z PODNOŚNIKA • MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE • PROFESJONALNIE

■ **Wycinka drzew metodą alpinistyczną, sekcynia wycinka drzew, przycinanie, przesiewiatlanie koron drzew, usuwanie martwych drzew, gałęzi, konarów, usługi rębakiem, zrębkowanie gałęzi oraz wywóz urobku Z PODNOŚNIKA, MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE, PROFESJONALNIE 698-991-470**
LEG 52579

naprawy

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

finanse i prawo

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

PRZYCHODNIA DLA ZWIERZĄT

lek. wet. MIROSLAW KADO specjalista chorób psów i kotów

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

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

OGŁOSZENIA DROBNE
do bieżącego numeru przyjmujemy
DO PONIEDZIAŁKU
do godziny 12:00.

UBEZPIECZENIA
Wiesława Nawrot



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

inne

■ **Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582**
LEG 52403

■ **Elektryk - złota ręczka 515010373**
LEG 52655

■ **Przeprowadzki, transport, pomagam 729662211**
LEG 52639

■ **Stolarnia 608-063-017**
LEG 52646

■ **Własnymi siłami możesz postawić dom - pomogę, nauczę, przeprowadzę krok po kroku przez budowę. od techniki murowanej po technikę drewnianą, materiałami tanimi dostępnymi na wyciągnięcie ręki. 40 lat doświadczenia w branży. Zadzwoń i zapytaj o szczegóły, tel.: 608 063 017**
NDM 52640



Wynajem i usługi podnośnikiem koszowym. Tel. 602 86 57 86, www.robert.media.pl
LEG 52596

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam mieszkanie

■ **L-wo ul. Zegrzyńska, M3, parter z ogródkiem i balkonem 602222431**
LEG 52675

nadaj DROBNE na stronie www.nadajdrobne.pl

ZGŁASZANIE AWARII I USZKODZEŃ ORAZ BIEŻĄCE INFORMACJE O AWARIACH I PRACACH PLANOWYCH



PGE Dystrybucja S.A Oddział Warszawa RE Legionowo
zawiadamia, że planowana jest przerwa w dostawie energii elektrycznej dla odbiorców zamieszkałych:

POWIAT LEGIONOWSKI			
Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
28.09.2022	Chotomów ul. Łąkowa ul. Majowa ul. Stefana Kisielewskiego 18, 20 Osiedlowa 3, 5, 5A, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15	04-0999 (CHOTOMÓW ŁĄKOWA)	09:00-13:00
3.10.2022	Stasi Las ul. Jutrzenki ul. Główna ul. Księżycowa Zorzy ul. Ulańska ul. Pałacowa ul. Warszawska 2, 2A, 2B, 2C, 3, 3A-D, 6, 6A, 6B Karolino ul. Promyka ul. Kameliowa ul. Deszczowa ul. Kalinowa ul. Pod Lipą	04-1817 (STASI LAS), 04-1011 (STASI LES OSIEDLE), 04-0423 (KAROLINO STASILAS)	07:00-08:00
4.10.2022	Wola Smolana Wola Kiepińska od nr 1 do 18 Szadki 1-17, 19, 20, 21, 21A, 21B, 22, 22A, 23, 24, 25, 52, 52A, 55 Marynino 51, 52	04-0954 (WOLA SMOLANA 3), 04-1185 (WOLA SMOLANA 5), 04-1684 (MARYNINO), 04-0719 (WOLA KEŁPIŃSKA 1), 04-0955 (WOLA SMOLANA 4), 04-0953 (WOLA SMOLANA 1), 04-0720 (WOLA KIEPIŃSKA 2), 04-0677 (WOLA SMOLANA 2)	08:00-14:00

POWIAT NOWODWORSKI			
Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
27.09.2022	Kazuń Nowy ul. Główna 73 ul. Ordona 27, 27A Sady 2, 3, 4, 8, 14, 15, 17, 19, 21, 23, 26, 27 ul. Genetyczna 15, 23 ul. Wałowa 13	04-0666 (SADY 1)	10:00-11:00
29.09.2022	Zakroczym InterCars; LEK-AM ul. Ostrzykowińska 1, 1E, 2, 3, 3A, 4, 5, 6, 7, 7A, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 19, 21, 23, 27, 29, 31, 31A, 33, 34C, 35, 37, 43, 43A ul. Płońska 34A, 34B, 36 ul. Duchowizna 18, 30, 32, 32C, 32D, 32F, 34, 34A, 59, 60, 61, 61A, 63, 63A, 65, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 75A, 76, 77 ul. Pieczolugi ul. Mokradle ul. Odpadki ul. kpt. Tadeusza Doranta ul. Wójtostwo	04A0096 (ZAKROCZYM LEK-AM), 04-1267 (ZAKROCZYM PIECZOŁUGI 2), 04-1062 (ZAKROCZYM OSTRZYKOWIŃSKA), 04-0379 (ZAKROCZYM 29 OSTRZYKOWIŃSKA), 04-0462 (ZAKROCZYM 28), 04-0750 (ZAKROCZYM ODPADKI), 04-0460 (ZAKROCZYM 27), 04-0749 (ZAKROCZYM PIECZOŁUGI), 04-1727 (ZAKROCZYM ŻELMARK), 04A6011 (ZAKROCZYM INTERCARS)	09:00-13:00
30.09.2022	Cząstków Mazowiecki 19 ul. Gdańska 4, 14, 15 - InterCars SA Kaliszki dz.35/2 ul. Sosnowa Parkowa ul. Akacjowa 113, 115, 125, 128, 129, 130, 131, 132, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 144, 146, 148, 150, 152, 154 ul. Małotka 54, dz.40/1	04-1146 (KALISZKI 3), 04-1038 (KALISZKI 2), 04-0871 (CZĄSTKÓW MAZOWIECKI INTER-CARS), 04-1871 (CZĄSTKÓW MAZOWIECKI MAZUR), 04A6056 (CZĄSTÓW MAZOWIECKI IZOTERM), 04A6016 (INTER CARS 1)	08:00-12:00
3.10.2022	Zakroczym ul. Gałachy 4, 6, 8, 8A, 9, 9A, 12, 12A-E, 13, 13A-G, 15, 15A, 15B, 16, 19F, 20A, 22B, 60, 60A, 60B, 61, 61A, 62, 62A, 63, 63A, 65A ul. gen. Ludwika Czyżewskiego	04-0182 (ZAKROCZYM 5)	10:00-14:00

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



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 !



Renowacja placu zabaw na Różanej

We wrześniu Gmina Nieporęt rozpoczęła modernizację placu zabaw przy ul. Różanej w Nieporęcie. Inwestycja obejmuje m.in. demontaż starych instalacji oraz renowację nawierzchni polegającą na wymianie piasku. Na placu zabaw pojawiły się już nowe instalacje: podwójna huśtawka, karuzela, zjeżdżalnia oraz tzw. linarium stozek. Modernizację placu zabaw prowadzi firma Ansbud. Wartość inwestycji to 52 890 zł.



Rozbudowa ul. Różanej

Ruszyła budowa kolejnego odcinka ulicy Różanej w Nieporęcie. Zgodnie z przedmiotem zamówienia zostanie wykonana nawierzchnia z kostki betonowej bez chodników i zjazdów do posesji. Na budowanym odcinku drogi powstaną dwa progi zwalniające. Obecnie trwają prace ziemne. Ustawiane są krawężniki. Prace prowadzi firma TOMBUD z Wieliszewa. Koszt inwestycji to 448 493,37 zł. Zgodnie z umową prace powinny zakończyć się do 31.10.2022r.

Wznowienie programu rehabilitacji POCOVIDOWEJ w CMN

Centrum Medyczne Nieporęt wznowiło specjalny, pocovidowy program rehabilitacji leczniczej dla mieszkańców Gminy Nieporęt. Aby z niego skorzystać należy być „ozdrowieńcem” i posiadać skierowanie od lekarza POZ lub lekarza z Poradni Rehabilitacyjnej zatrudnionego w Centrum Medycznym Nieporęt, z rozpoznaniem U09.0 lub U09.9.

Rehabilitacja jest skierowana do pacjentów po przebyciu zachorowaniu na COVID-19, z powikłaniami obejmującymi narząd ruchu. Z programu korzystają mieszkańcy naszej gminy, którzy składają zeznanie podatkowe w Urzędzie

Skarbowym w Legionowie ze wskazaniem adresu zamieszkania na terenie Gminy Nieporęt. W ramach programu dostępne będą zabiegi z użyciem najnowocześniejszego sprzętu do rehabilitacji, w tym m.in. laser wysokoenergetyczny; SIS; TR-Therapy; rotor – kończyny dolne i górne.

Na czym polega ich działanie?

Laser wysokoenergetyczny wykazuje bardzo silne działanie na tkankę, przez co umożliwia dotarcie bezpośrednio do źródła bólu.

SIS (System Indukcyjnej Stymulacji) to innowacyjna technologia wykorzystująca pole elektromagnetyczne o wysokiej intensywności, które pozytywnie oddziałuje na ludzką tkankę. SIS działa silnie przeciwbólowo i regeneracyjnie.

TR-Therapy (Terapia Radiofala Ukierunkowana) przenosi fale o częstotliwości radiowej przez tkanki tworząc

ich selektywne przegrzanie. Terapia ta przynosi natychmiastową ulgę w bólu, rozluźnienie mięśniowe, zmniejszenie obrzęków oraz przyspieszenie regeneracji tkanek.

Rotor kończyn górnych i dolnych jest manualnym urządzeniem do rehabilitacji. Zalecany do usprawniania kończyn górnych i dolnych

szczególnie przy niedowładach spowodowanych udarem, wypadkiem oraz różnymi zaburzeniami neurologicznymi. Ćwiczenia za pomocą rotora pozwalają na kształtowanie siły mięśniowej, poprawienie krążenia w obrębie kończyn i stymulują układ nerwowy, a także poprawiają ruchomość stawów.



OSP Wólka Radzymińska dołączyły do Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego

Już niebawem drухowie z OSP Wólka Radzymińska będą do dyspozycji Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego. 29 sierpnia w Urzędzie Gminy Nieporęt doszło do podpisania umowy w tej sprawie.

Podpisy pod umową złożyli: Wójt Gminy Nieporęt Sławomir Maciej Mazur, Komendant Powiatowy PSP w Legionowie st. bryg. Radosław Parapura, oraz prezes Ochotniczej Straży Pożarnej w Wólce Radzymińskiej Przemysław Urbaniak. To duża promocja i jednocześnie wyzwanie dla naszych strażaków. KSRG stanowi integralną część organizacji bezpieczeństwa wewnętrznego państwa, mającą na celu ratowanie życia, zdrowia, mienia lub środowiska, prognozowanie, rozpoznawanie i zwalczanie pożarów, klęsk żywiołowych lub innych miejscowych zagrożeń. W naszej gminie do KSRG należy już także OSP Nieporęt oraz OSP Kąty Węgierskie.



Uczennice i uczniowie z Izabelina mistrzami gminy w piłkę nożną



Mistrzostwa Gminy Szkół Podstawowych o puchar Wójta Gminy Nieporęt w ramach Mazowieckich Igrzysk Młodzieży Szkolnej rozstrzygnięte.

Mimo deszczowej aury 19 września na boisku gminnym w Kątach Węgierskich odbyły się zawody piłkarskie dla uczniów najstarszych klas szkół podstawowych z terenu gminy Nieporęt. Dyplomy pamiątkowe oraz puchary wręczył zwyciężcom drużynom Wójt Gminy Nieporęt Sławomir Maciej Mazur. **Pierwsze miejsce** zarówno w kategorii dziewcząt, jak i chłopców, zajęła **Szkoła Podstawowa w Izabelinie**. Drugie miejsce w kategorii dziewcząt zajął **Zespół Szkolno-Przedszkolny w Wólce Radzymińskiej**, a trzecie - **Szkoła**

Podstawowa w Stanisławowie Pierwszym. W kategorii chłopców puchar za zajęcie drugiego miejsca powędrował do Szkoły Podstawowej w Józefowie, a za zajęcie trzeciego do Szkoły Podstawowej w Stanisławowie Pierwszym. Wielkie gratulacje dla wszystkich uczestników zawodów. Zwycięzcy zmierzają się teraz z najlepszymi drużynami na szczeblu powiatowym. Chłopcy zagrają 28 września w Woli Kiełpińskiej, zaś turniej dziewcząt odbędzie się dwa dni później. Trzymamy kciuki za naszych piłkarzy i piłkarki.



DOŻYŃKI GMINNE ŚWIĘTO ZIEMNIAKA



PROGRAM IMPREZY

13.15 Msza Święta

14.30 Powitanie i rozpalenie ogniska

Pokazy OSP

Młodzież 50+

Występ Zespołu Ludowego

Chór Echo Nieporętu

Gotuj z Maciejem

Konkurs na Króla i Królową Ziemniaka

Breakdance

17.00 Blue Moon

18.30 Propabanda East Collective

20.00 Zespół Top Girls

2 października
Stanisławów Pierwszy
ul. Strużańska

... I WIELE
INNYCH ATRAKCJI

Stoiska:
sołtysów
promocji UG
Gminnego Ośrodka Kultury
w Nieporęcie

Poczęstunek - grochówka
Bezpłatna strefa zabaw
dla dzieci i młodzieży
Strefa gastronomiczna
Stoiska z rękodziełem

ORGANIZATORZY



SPONSOR GŁÓWNY



SPONSORZY



PATRONAT MEDIALNY



W AKACJI ODNALEŹLIŚMY INNY ŚWIAT

Piszecie do nas w sprawach trudnych, nawet tragicznych, smutnych, ale i tych, które niosą optymizm i po prostu dobre wieści. Taką historię mamy dziś do przedstawienia, a to dzięki pani Władysławie, która wyszła z marazmu do życia dzięki AKACJI

Część pierwsza

AAKACJA to Dzienny Dom Opieki Medycznej w Pułtusku, mieszczący się przy Świętojańskiej. Tak o nim mówi pani Władzia, uczestniczka trwającego jeszcze pierwszego turnusu DZIENNEGO DOMU, który rozpoczął się 26 czerwca bieżącego roku.

– Po zakwalifikowaniu nas na turnus, przeszliśmy badania lekarskie, psychologiczne i laboratoryjne. Były one ceną wskazówką dla personelu DOMU w sprawie ustalenia dla nas zabiegów, rehabilitacji i diety. DDOM dysponuje nowoczesnym sprzętem do zabiegów, rehabilitacji oraz ćwiczeń, które z wielkim zaangażowaniem wykonujemy. Wielkim odkryciem były i są dla nas masaże, mimo że w swoim długim życiu korzystaliśmy z nich w sanatoriach i różnych zakładach rehabilitacyjnych. Cienimy sobie różnorodne zajęcia usprawniające nasze myślenie, uwagę, orientację; świadczą one o trosce o nasze zdrowie,

powodują lepszą egzystencję w rodzinach, sąsiedztwie i środowisku. Dzięki uczestnictwu w turnusie prowadzimy dyskusje na różne tematy, takie, które nas szczególnie interesują, a to o naszych dolegliwościach, zniechęceniu do życia, bezradności, o tym, co tkwi w naszych nawykach i w psychice, w naszym środowisku. Będąc tu, znaleźliśmy się w innym, lepszym świecie, w którym można spokojniej, zdrowiej i weselej oraz towarzysko spędzić czas i tak mamy nadzieję na dalsze, lepsze życie w tzw. dostojnym wieku. A nie pielęgnowanie w sobie żalu, goryczy i przykrych wspomnień z przeszłości.

Cały czas towarzyszą nam piosenki, muzyka, melodie z dawnych lat, też koncerty akordeonistów, tańce i śpiewy.

Pobyt w DDOM AKACJA utrwala w nas przekonanie, że w dalszym życiu wiele od nas samych zależy, od naszego spokoju i oczywiście od naszej aktywności. Ja już dziś wyrażam wielką wdzięczność za

wspianą organizację naszego pobytu. Z całego serca dziękujemy wszystkim pracownikom oraz kierownictwu AKACJI – za serdeczną atmosferę, życzliwość i troskę o nas wszystkich i każdego z osobna.

Nasz rozmówczyni poinformowała nas, że słowa podziękowania za turnus przekaże również na ręce kierownictwa i pracowników DDOM.

Część druga

Spytacie, co panią Władysławę skłoniło do wstąpienia w progi DZIENNEGO DOMU AKACJA. I tak wejdzemy w czas, o którym ta dziś pełna życia i elegancka kobieta chciałaby zapomnieć raz na zawsze.

A było tak. Mąż pani Władysławy przewlekle schorowany, przestał chodzić, jeśli zrobił kilka kroków to przy chodniku. Wymagał stałej opieki. Żona była na każde jego zawołanie. Przygotowywała posiłki, sprzątała, robiła zakupy, ponadto dbała o higienę męża, ubierała go, podtrzymywała



na duchu. Najtrudniejsze i najcięższe było dźwiganie męża i przekładanie go na drugi bok, albo stawianie na nogi. A dodajmy, że żona niesprawnego jest niewielkiego wzrostu, szczupłutka, nie żadna tam herod-baba. I tak nosił wilk razy kilka, poniosło i wilka. Pani Władzia upadła, dźwigając męża. Poleciała na plecy, za nią mąż. Boleśnie uderzyła się w głowę, stłukła biodro. Pogotowie, szpital i wynik badania: krwiak mózgu, który na szczęście wchłaniał się. Zaczęła powoli odciążać stres, ale przygnębienie wciąż jej nie opuszczało. Za namową życzliwej osoby, poszła do DDOM

AKACJA w Pułtusku.

– A tam inny świat: wszechstronna gimnastyka, śniadanko, zajęcia z psychologiem, pedagogiem, terapeutą, rehabilitantami, przed obiadem jest ciasto, kawusia, bywa arbuz, następnie obiad; bardzo dobre wyżywienie, dużo rozmów służących poznaniu się i zaprzyjaźnieniu uczestników pierwszego w historii DOMU turnusu. A jest nas 21 osób, panie i panowie. Atmosfera wśród nas jest doskonała, bo i organizacja jest wspianą. I pracownicy są pełni życzliwości i kultury, pomagający nam rozwiązywać nasze problemy osobiste i zdrowotne. Wnioski?

Cisną się same. Człowiek powinien się ratować przed czarnymi myślami i czarnymi dziurami, w które łatwo wejść, a wyjść z nich bez fachowej pomocy nadzwyczaj trudno. Dlatego seniorom, ludziom starszym, samotnym i niepełnosprawnym trzeba przychodzić z pomocą. Przywracać im wiarę w siebie i w ludzi, oddziaływać na ich fizyczne ułomności i psychikę. Powodować, by byli z ludźmi, by zadzierzgiwali nowe znajomości, przyjaźnie, które leczą duszę.

PS Szerzej o działalności DDOM AKACJA w rozmowie z kierownictwem DOMU – wkrótce.

Grażyna M. Dzierżanowska



OJ, ŻEBY NIE TE DZIURY W MOŚCIE

Kiedy spojrzysz na mostek Benedyktynski, zobaczysz kwiaty, kiedy zaś przejdiesz lewym - od strony 3 Maja - chodnikiem, możesz wpaść w liczne w nawierzchni dołki. Taki niefort miał nasza informatorka, starsza pani W., seniorka. W deszczowy dzień wpadła w wypełniony wodą dół i wprost z mostku musiała udać się do lekarza. Zbulwersowana, udała się również do RATUSZA, gdzie poinformowała urzędniczkę o stanie chodnika na moście. Obiecała, że uwagę petentki przekaże burmistrzowi. Ale chyba nie przekazała, bo stan mostka jest taki, jaki był.

GMD



FAJNE FOTO

Dziś po raz pierwszy w naszej serii FAJNE FOTO państwo Kowalczykowie, pani Hanna i pan Henryk. Zdjęcie wykonane podczas uroczystości w Gołądkowie, a dokładnie na terenie ZS CKR w Gołądkowie, gdzie państwo Kowalczykowie oboje pracowali jako nauczyciele.

Niełatwo jest pisać o VIP-ie z pierwszych stron ogólnopolskich gazet, w dodatku, jeśli ten pochodzi z naszej Małej Ojczyzny, spod Pułtusa. Jedno jest pewne, obecnego wicepremiera i ministra rolnictwa i rozwoju wsi - Henryka Kowalczyka - znam od lat i nie zauważyłam żadnych zmian i w jego osobowości, i w relacjach międzyludzkich – żadnej wody sodowej! A to jest jedną

z miar człowieczeństwa. Zawsze z kulturą i uśmiechem. Przyjemnie i bez cienia zniecierpliwienia czy złości odpowiada na nasze dziennikarskie pytania, udzielając wywiadów i krótkich wypowiedzi. Promuje miasto i powiat, bywając na wszelkich spotkaniach, uroczystościach patriotycznych, sportowych i kulturalnych. Fundator nagród.

GMD



Po prawej Zygmunt Zaradkiewicz, wybitny grafik, rysownik, ilustrator książek dla dzieci i dorosłych. Zdjęcie z Wiesławem Trzcinińskim podczas otwarcia wystawy, którą można oglądać na dolnym krużganku pułtuskiego zamku

PŁOCIUSZEK

No to witamy Was, plocuszkowicze, w ten jesienny, bezgrzybny czas. Nie ma grzybów za Narwią, nie ma za Makowem, nawet turków nie ma, a zawsze, ale to zawsze były, sama ziemia je wypychała. I piękniały w mchach, w kolkach i wśród paproci. – Ale ludzie się chwala na fecebo-okach – mówimy – pełne kosze pokazują. A na to pan Staś, z którym się widzimy podczas szpitalnej rehabilitacji: – Pokazują, ale zeszłoroczne!

A jak gadamy o grzybach, to i o rybach trzeba. O rybach w PIEKARNI PANA BIAŁCZAKA. Opowiada nasz mąż: – Stoimy, gadamy o grzybach, a w pewnej chwili przechodzimy do ryb. Ryby... Mówię, że słyszałem o faciecie, który lubi się fotografować z wielki okazami niby przez siebie złowionymi. A podobno to guzik prawda, on kupuje te ryby, podpatrzył go inny wędkarz. I wtedy do rozmowy włącza się mężczyzna z początku kolejki. Mówi, jak to zamówił świeżą rybę na Mazurach. Poszedł po nią nazajutrz. Była już

przygotowana. Kobieta zajmująca się sprzedażą, wzięła ją do ręki i rzuciła w jego stronę; wpadła prosto w ręce zamawiającego: – Teraz może pan powiedzieć, że ją pan złapał!!! – śmiała się.

Dolny krużganek zamkowy z niedawno otwartą wystawą! Tym razem gości Zygmunta Zaradkiewicza, wybitnego grafika (absolwent WYDZIAŁU GRAFIKI ASP w Warszawie), rysownika, ilustratora książek dla dzieci i dorosłych. Artysta to utytułowany wieloma międzynarodowymi nagrodami. I świetna to wystawa – powodująca i śmiech, i poważne refleksje. Kto na nią przybył, był usatysfakcjonowany, a na pamiątkę otrzymał album autorstwa grafika „W podróży sentymentalnej do rodzinnego Pułtusa”. Szkoda, że nie mogliśmy być w krużganku podczas otwarcia wystawy – siła wyższa, a dokładnie to brak siły w... lewej nodze.

Od 3 do 7 października, my teatromani, przyjaciele pułtuskiego PTA-K-a, wpadniemy w teatralny amok. Czekamy na owego PTA-K-a cały

roczek. Tym razem obejrzymy pięć spektakli, wśród nich dwa przygotowane przez rodzime zespoły – uwielbiany TEATR POD DĘBEM i oczekiwany na nowo zespół TAJAGA. Powtórki? Będą. Od 10 do 14 października. Spytałismy, my TYGODNIK, dyrektor MCKiS Izabelę Sosnowicz-Ptak o jej samopoczucie tuż tuż przed teatralnymi posiadami, przed VIII edycją. Jest optymizm i pełna gotowość. Można powiedzieć, że wszystko gra i tańczy, gdyby o wode-wile chodziło w tegorocznym przeglądzie. Przypomnijmy, że Pułtuskie Teatry Amatorskie – Konkurs PTA-K to autorski projekt dyrektor Ptak.

Jeszcze taka obserwacja. Z popławskiego szpitala, w którym jesteśmy cztery dni w tygodniu. Zauważyliśmy nowy trend – otóż coraz więcej tatusiów przychodzi z małeńkimi dziećmi do lekarzy, na okresowe przeglądy. Prowadzą te LIMUZYNY ze swoimi córeczkami i synkami. Zagładają pod budki, uśmiechają się do dzieci, mówią: – Tiu tiu tiu. Albo – Jaki jestem PSIAĆCY, JAKI PSIAĆCY.

GMD



Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego



INSTYTUT DZIEDZICTWA
MYŚLI NARODOWEJ
im. Romana Dmowskiego
i Ignacego J. Paderewskiego



FUNDUSZ
PATRIOTYCZNY



KONCERT

z okazji 80 rocznicy powstania
Armii Krajowej

2 października 2022 r. godz. 15.00
sala w ratuszu, Legionowo
ul. marsz. J. Piłsudskiego 41

PROGRAM

Film o Armii Krajowej

Występy artystów
z powiatu legionowskiego

Koncert

Reprezentacyjnego Zespołu
Artystycznego Wojska Polskiego



Organizator Fundacja Instytut Patrium
www.patrium.pl

Dofinansowano ze środków Instytutu Dziedzictwa Myśli Narodowej
im. Romana Dmowskiego i Ignacego Jana Paderewskiego w ramach
Funduszu Patriotycznego – edycja 2022 Wolność po polsku



DO PRZEDSZKOLA, DO PRZEDSZKOLA

Jako pierwsi głos w sprawie nowego przedszkola przy ZS-P w Przemiarowie zabrali ci, którzy mają je użytkować – bawić się w nim i uczyć – PRZEDSZKOLAKI. Dzieci śpiewały i recytowały teksty związane z ich drugim domem – przedszkolem właśnie

Nowo otwarte przedszkole budzi zainteresowanie; wygląda imponująco. Dyrektor Bożena Kościk: - Mamy 587 m kw., nowe zaplecze kuchenne, profesjonalne, nowoczesne - to 157 m i wyposażenie pozwalające przygotować posiłki dla całego ZS-P. Czas pobytu dziecka w przedszkolu zwiększył się o 4 godz. dziennie, pracujemy od 7 do 17. To pozwoliło na rozszerzenie oferty edukacyjnej. Zwiększyła się ilość godz. jęz. angielskiego, jest również

czas na drugą innowację edukacyjną – PORY ROKU NA LUDOWO. Jest miejsce pracy dla psychologa i logopedy. A liczba miejsc w przedszkolu wzrosła o 40%. Przyjęliśmy wszystkie chętne dzieci z Przemiarowa, Głódowa, Kleszewa, z Lipy, z Chmielewa, z Białowieży, z Trzcińca, Dzierżanowa, Gościejewa i z Pułtusza.

Zebrani mieli możliwość zapoznania się z prezentacją multimedialną i przebiegiem realizacji inwestycji (Danuta

Łada z Wydziału Inwestycji i Pozyskiwania Środków Budżetowych).

Ważne jest to, że koszt inwestycji łącznie z dokumentacją, nadzorem i robotami budowlanymi to ponad 3 miliony 184 tys. zł. Realizacja możliwa była dzięki dofinansowaniu z rządowego funduszu inwestycji lokalnej funduszu przeciwdziałania covid'19 dla jednostek samorządu terytorialnego, które to dofinansowanie pokryło 100% wartości robót budowlanych".

Wśród zabierających głos byli: Henryk Kowalczyk – wiceprezes RM, min. rolnictwa i rozwoju wsi, burmistrz Wojciech Gregorczyk, który też wręczył nagrodę dyr. Kościk „za podnoszenie jakości pracy szkoły”, Maria Korbal – prezes ZNP Oddziału Powiatowego w Pułtusku i Jolanta Siebik – przew. Komisji Międzyzakładowej NSZZ SOLIDARNOSC Pracowników Oświaty Ziemi Pułtuskiej oraz przedstawicielka RR Justyna Ausfeld. Gratulacjom nie było końca, też podkreślaniu walorów przedszkola, nowoczesnego i przyjaznego architektonicznie.

Oficjalne otwarcie przedszkola nastąpiło przed wejściem do nowo wzniesionego budynku.

Dyrektor Kościk dla „Tygodnika Pułtuskiego”: - Jestem bardzo szczęśliwa, bo to marzenie, które się spełniło, marzenie nie tylko moje, ale i rodziców, i tych naszych najmłodszych uczniów. Ja tu pracuję od 1994 roku i to przedszkole w tym baraku obok szkoły nigdy nie było odpowiednim miejscem dla dzieci.



Proszę mi wierzyć, to budynek 1948 roku, drewniany, obudowany czerwoną cegłą, otynkowany. Nie było nigdy okazji, nie było pieniędzy, żeby te marzenia nasze zrealizować. Dopiero teraz! Wielkie szczęście, że znalazły się pieniądze na tę inwestycję, bo w sumie to żadna moja zasługa, trochę

pobiegałam, popukałam do różnych drzwi. I tak powiem: niech to przedszkole cieszy jak najdłużej. Niech ma ducha i klimat. I niech je w przyszłości dobrze wspominają nasi dzisiejsi przedszkolacy i ich rodzice.

Tekst i fot. **Kazimierz Dzierżanowski**





PASZTET Z BAŻANTA? SALAMI TRUFLOWE Z JELENIA? PROSZĘ BARDZO!

I Mazowiecki Konkurs Kuchni Myśliwskiej i Łowieckiej im. dra Grzegorza Russaka za nami. Cieszył się dużym zainteresowaniem pułtuszczan, którzy przybyli na podzamcze, gdzie swoje dania i produkty wystawiały liczne koła łowieckie i kilka KGW

Serwowano zrazy z kozła, żurek myśliwski, pasztet z bażanta, salami trufłowe z jelenia, carpaccio z jelenia, smalec i bigos z dodatkiem dziczyzny, pierogi, nawet tort leśny i degustujący zgodnie przyznawali, że nie są to dania i wędliny, które jemy często i na co dzień. To rarytasy, odświętności.

Na tle skocznej muzyki słychać głos Krzysztofa Łachmańskiego, który wita gości i przedstawia pomysłodawcę konkursu Adasia Przybysza, łowczego KOŁA MYŚLIWSKIEGO CZAJKA. – Dziękuję, Adamie, za wspólny pomysł, za zgromadzenie braci myśliwskiej właśnie w tym miejscu i za to, że konkursowi przyświeca imię Grzegorza Russaka. Witam Michała Russaka, członka jury naszego konkursu, wraz rodziną, dziękuję, żeście państwo przyjechali z Warszawy, witam ciepło Piotra Szpigla, szefa kuchni Domu Polonii w Pułtusku, też członka jury. Tu też K. Łachmański przedstawił pokrótce postać Grzegorza Russaka, dobrze znanego pułtuszczanom. A to znany kucharz, lekarz weterynaryjny, dr nauk rolniczych, gawędziarz co się zowie, twarz telewizji, autor książek kulinarnych, wielki propagator polskiej kuchni, który twierdził, że mamy najlepszą kuchnię na świecie, ale jej nie znamy. Specjalizował się w kuchni myśliwskiej, jego legendarne

wręcz danie to rosół z żubra. Też popularyzator kuchni staropolskiej i kresowej.

Wicepremier Henryk Kowalczyk: – Nie mogło być lepszego miejsca na ten konkurs, jak właśnie błonia Domu Polonii, zamek, którego Grzegorz Russak był wieloletnim dyrektorem, gdzie wytrwale promował kuchnię myśliwską. Cieszę się, że żywność pochodząca z łowiectwa jest tak promowana i doceniana. Że eksport polskiej żywności w ogóle rośnie z roku na rok, osiągając prawie 40 miliardów euro. W tym pakiecie znaczące miejsce powinna zajmować kuchnia myśliwska i żywność myśliwska. Będziemy ją promować, otwierając sklepy pod hasłem DOBRE Z LASU.

Co chwila słychać zachętę do smakowania dań: – Żurek proszę! – Pierogi, pierogi! – Gulaszyk, gulaszyk! Ktoś poleca mi GRZEGORZÓWKĘ, ale ja kierowca... Staję przy stoisku z wędlinami pięknymi jak z reklamy. Przed nim Jarosław Karski, z zakładu ziemi warmińsko-mazurskiej (okolicie Grunwaldu). – Prezentujemy wędliny, więc salami z jelenia z orzechami i trufłowe z jelenia, proszę posmakować. I kindziuki. Ciekawostka? Pan Grzegorz u nas w zakładzie bywał, produkowaliśmy razem różnego rodzaju wędliny.

Koło Łowieckie w Zato-

czętuje bigosem, schabikiem, kielbaską i nalewką z wiśni. – Naszym daniem konkurso-

wym jest bigos – mówi. Koło Łowieckie Odnieć z Nieporętu wystąpi na konkursie z trzema daniami – tartar z jelenia, strogonow z jelenia i naleweczka prezesówka, receptura tajna, nalewka pyszna. Koło startuje w każdej dyscyplinie. Rafał Niestępski: – Lubię gastronomię, gotuję hobbistycznie, trudno nie było. Mam dostęp do dziczyzny, jestem myśliwym i robię wiele potraw z jelenia.

Dyrektor Michał Kisiel: – Wspominając potrawy, które razem z panem Russakiem budowaliśmy tutaj, w zamku, trzeba wspomnieć zupę gulaszową, to naprawdę wyszukane danie, to rogie z jelenia, to gulasz z łosia, to schab z dzika po bartnicku, nadziewany śliwką, ale podawany z sosem miodowo-piwnym – nie poznałam go wyjąć z karty dla pamięci pana Russaka, też kielbasa z dzika, podsuszana, sarna duszona w śmietanie – 90 ingrediencji potrzeba, by ta potrawa stała na stole. Nie da się byle jak zamarynować i byle jak przyrządzić potraw z dziczyzny. Trzeba się na tym znać. A za kuchnię myśliwską mi się dostało kilka lat temu i przestaliśmy robić HUBERTUSA, bo ktoś obłudnie zaczął mówić o rzezi dzikich zwierząt. A to normalna gospodarka, która

musi się odbywać, ale pod kontrolą człowieka.

Andrzej Jaworski, łowczy KOŁA ŁOWIECKIEGO MEWA w Pułtusku zachęca do degustacji nalewki ZEMSTA NIETOPERZA Z GŁĘBI LASU. – To nalewka z dodatkiem mniszka lekarskiego. Mocna, 70%, na samogonie, zdrowie samo w sobie. Polecam w niewielkich ilościach, oczywiście. Mieszczuchowi wydaje się bardzo mocna, ale w zimne dni, kiedy pół dnia stoimy na mrozie, to marzenie na rozgrzewkę.

Wreszcie mam sprawcę myśliwskiego zamieszania, Adasia Przybysza. – Wsparli mnie ludzie z Ostrołki, Olsztyna, Nieporętu, Wyszkiwa, Ciechanowa, wsparły nasze KOŁA, w sumie aż 14 KOŁ, też KGW – cztery. Też zakłady pracy. Nie spodziewałem się, że to będzie aż taka impreza. A dziczyzna? Do tej pory wszystko szło do Niemiec, wszystkie punkty skupu, prócz Lenarcika to były niemieckie. Tam mięso było przerabiane i wracało w innym stanie do Polski. Od sezonu zależy, co sprzedajemy. W tej chwili sarnę... Dzik? Mocno je zredukowaliśmy, w tej chwili ustaliliśmy, że dzika można wziąć dla siebie, wnieść opłatę dla KOŁA i zabrać zdobycz, szkoda oddawać do skupu... A Konkurs? W przyszłym roku pojawimy się najpewniej w czerwcu. Jako oddzielna impreza.



I Mazowiecki Konkurs Kuchni Myśliwskiej i Łowieckiej stanie się imprezą cykliczną, ale wyjątkiem z kalendarza DNI PUŁTUSKA. Co przemawia za tym konkursem, za kuchnią myśliwską? Ano to, twierdzi pomysłodawca, że dziczyzna to mięso zdrowe, mamy go w Polsce dużo, trzeba sprzedawać je do restauracji, jak i te rarytasy, które tu serwujemy. Trzeba wyjść z tą dziczyzną!

Tegoroczny konkurs odbył się przy udziale:

Stowarzyszenia Wspólnota Polska, Klubu Łowieckiego CZAJKA w Pułtusku, Domu Polonii, PZŁ (Ciechanów, Olsztyn, Ostrołęka). Patronat medialny sprawowało MRiRW, którego minister Henryk Kowalczyk został odznaczony medalem za zasługi dla okręgu Ciechanów PZŁ. Medal wręczył łowczy okręgu Daniel Nitowski.

Kazimierz Dzierżanowski
– tekst i fot.



OTO STAŚ. STAŚ PUCEK I WIERSZE DLA NIEGO

Dziś trzecie wejście ze strofami z szuflady, napisane dla Stasia, ku pokrzepieniu serc jego rodziców, babć, dziadków, rodziny. I olbrzymiej rzeszy wolontariuszy oraz pułtuszczan i mieszkańców powiatu, którzy – z olbrzymim poświęceniem – zbierali pieniądze na terapię genową chłopczyka. Dziś Stasio jest już po terapii w obcym kraju, w Niemczech. Ma się dobrze! Śmieje się. Jest wesoły. A jego STASIOWA DRUŻYNA niesie obecnie pomoc choremu na SMA WIKTORKOWI

A OTO WIERSZE

Dla Stasia Pucka

ktoś dla Stasia Pucka
rozdziela sekundy
szczodrze
z wyczuciem
według nadziei
by odkryć pieśń
z drugiego brzegu
i scala
chcąc zatonać w nim
zamienić słów kilka
o zwycięstwie
nad śmiercią

Lidia Izabela Lachowska

Mały bohater

Staś to chłopiec dzielniejszy od nas wszystkich,
Który cierpienie znosi, nieustannie z nim walczyć.
Nie cofa się nigdy, dumnie kroczy do przodu.
A jego rodzice wraz z nim przyspieszają kroku.
SMA to nie jest gra, w której każdy z nas zasady zna.
To wielkie wyzwanie, w którym nie wiadomo,
Jakie karty przez chorobę rozłożono.
Jednak nawet nieznane nam karty
Nie zniszczą pięknej miłości, która jest twardsza od
prawdy.

Julia Piecychna,
kl. VIII PSP Przewodowo Poduchowne

Pomagajmy!

Dziś jest dzień niespotykany.
Układamy wiersz i pomagamy.
Staś potrzebuje naszego wsparcia.
My je damy
i do pomagania zachęcamy.
Miłość nasza do Ciebie wzrasta,
bo Ty jesteś dziecina kochana.
Dlatego wszystko co zbieramy,
z serca Tobie oddamy.

Patrycja Kowalska i Agata Kalinowska, ucz. kl. V.
PSP im. bł. JPII w Płocochowie
Podała GMD



SMACZNIE I ZDROWO. Centrum Dietetyczne Natur House poleca:

Salatka z mango i awokado

Składniki:
garść rukoli
dojrzałe mango
kilka orzechów włoskich
ser mozzarella (w kulkach)
oliwa
sok z cytryny
½ awokado
sól morską
pieprz świeżo mielony
Drink Levanat do popicia.
Przygotowanie:
Awokado obieramy
i kroimy w ćwiartki, mango

obieramy i kroimy w dowolne kawałki. Ser mozzarella odsączamy z zalewy. Orzechy włoskie wrzucamy na patelnię i rumienimy. Rukolę posypujemy solą morską, dodajemy awokado, mozzarellę, pokrojone mango i orzechy. Dodajemy sos winegret (oliwa, sok z cytryny, świeżo mielony pieprz). Popijamy drinkiem LEVANAT.



A TO CIEKAWE...

Czy wiecie, że w POPLAWSKIM SZPITALU znajduje się wirydarzyk, pełen bujnej zieleni, z ławką przy ścieżce? Wyraźnie przywodzi na myśl ten ze starego szpitala przy 3 Maja. Prawdopodobnie tam pozostała figurka Maryi Niepokalanej, znana pułtuszczanom, która mogłaby stanąć w nowym wirydarzu, odnowiona.

Tak została połączona przeszłość z teraźniejszością, a nawet i przyszłością Szpitala Powiatowego Gajda-Med w Pułtusk.

GMD

PODZIĘKOWANIE

PANU DYREKTOROWI DOMU POLONII W PUŁTUSKU
ZA BEZPŁATNE UDOSTĘPNIENIE
AMFITEATRU KRZYSZTOFA KLENCZONA

Dziękujemy Sponsorom:

ISBUD

DROGI I MOSTY JAN KACZMARCZYK

PIEKARNIA SŁAWOMIR BIAŁCZAK

OŚRODEK REHABILITACJI PIO

ZESPÓŁ SZKÓŁ IM. BOLESŁAWA PRUSA W PUŁTUSKU

KWIACIARNIA U KASI

PAULINA KUCZYŃSKA CREDIT AGRICOLE

JULIA BIELIŃSKA

NAUCZYCIELE PSP

ETI POLAM

ZAKŁAD STOLARSKI DARIUSZ GODLEWSKI

ZAKŁAD MLECZARSKI WINNICA SP. Z O.O.

BNP PARIBAS BANK POLSKA S.A. ODDZIAŁ W PUŁTUSKU



PATRON HONOROWY:



Marszałek
Województwa
Mazowieckiego

