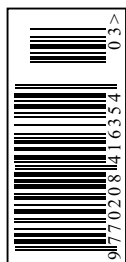


Kochanym babciom, kochanym dziadkom

19-22, 27-28



SLUPO

PODLASKA

nr 3 (2079) 21-27.01.2020 r. 3,30 zł (w tym 5% VAT) nakład 14 000 egz.

PL ISSN 0208-4163 nr ind. 377279



BEZ TOMKA, Neple nie będą takie same



GMINA TERESPOL Akcja poszukiwawcza trwała sześć dni. Sześć dni nadziei na cud. Niestety, 16 stycznia strażacy

odnaleźli w rzece ciało. Dziś już wiemy, że mężczyzną wyłowionym z Krzny był zaginiony radny gminy Terespol Tomasz Sylwesiuk. W dramatycznych okolicznościach zgłosił życie aktywnego samorządowca, wzorowego leśnika, pasjonata myślistwa i dzielnego strażaka. – Kiedy dowiedziałem się o jego śmierci przeżyłem szok – wyznaje przyjaciel zmarłego Wiesław Kowalski. Był świetnie zapowiadającym się radnym i przewodniczącym komisji budżetowej, jego śmierć jest ciosem dla całej gminy. Pogrzeb odbędzie się we wtorek, 21 stycznia o godz. 14 w parafii pw. Podwyższenia Krzyża Świętego w Neplach.

2

NASZE SPRAWY

Plusy i minusy e-recept

Lekarze zaczęli wystawiać e-recepty. Co to oznacza dla pacjenta? Jak założyć Internetowe Konto Pacjenta? Jakie plusy ma korzystanie z e-recepty? Czy koniecznie musimy mieć e-maila i odbierać smsy? Na te i inne pytania naszych czytelników odpowiada Małgorzata Bartoszek, rzecznik oddziału NFZ w Lublinie.



2

BIAŁA PODLASKA

Molestował własną wnuczkę

Na 2 lata więzienia skazał Sąd Rejonowy w Białej Podlaskiej 73-letniego Waldemara M. Mężczyźni nie wolno też przez 5 lat zbliżać się do nastolatki na odległość mniejszą niż 20 metrów.



3

NASZA INTERWENCJA

Szczury wielkie jak koty

Szczury, odór unoszący się ze stojących na zewnątrz brudnych toalet, instalacja elektryczna, do której dostaje się woda podczas ulewnych deszczy, wszechobecne śmieci, wadliwy dach i zapadające się schody. To warunki, w jakich żyją mieszkańcy budynku, znajdującego się w centrum Leśnej Podlaskiej.



4

BIAŁA PODLASKA

Chcą rozmawiać o bazarze

Jeśli miasto pozyska dofinansowanie z funduszy unijnych, wiosną przyszłego roku ruszy modernizacja bazaru przy ul. Janowskiej. Właśnie powstaje projekt tego terenu i handlujący na nim, chcą włączyć się w uzgadnianie koncepcji.



5

GMINA DRELÓW

Nie trzeba nam smrodu

Pomiędzy Drelowem a Żerocinem ma powstać osiem kurników. W każdym z nich hodowanych miałyby być jednocześnie 63 tys. ptaków. Mieszkańcy zapowiadają stanowczy sprzeciw. Wójt Piotr Kazimierski oferuje im swoje wsparcie.



10

WARTO PRZECZYTAĆ

Czas na prawo jazdy



14

Nowoczesny dom



15

Postanowienia noworoczne



18

Gry i zabawy rodzinne



32

E-recepta to elektroniczny dokument, który zastępuje tradycyjną, papierową receptę

Plusy i minusy e-recept. Właśnie weszły do obiegu

BIAŁA PODLASKA Lekarze w całym kraju zaczęli wystawiać e-recepty. Co to oznacza dla pacjenta? Jak założyć Internetowe Konto Pacjenta? Jakie plusy ma korzystanie z e-recepty? Czy koniecznie musimy mieć e-mail i odbierać smsy? Na te i inne pytania odpowiada Małgorzata Bartoszek, rzecznik oddziału NFZ w Lublinie.

ANNA CHODYKA

Od 8 stycznia wszyscy lekarze zobowiązani są do wystawiania e-recept. Oznacza to, że na maila lub smsem możemy otrzymać specjalny kod, który pokażemy farmaceutce przy kupowaniu leków. Jednak osoby niemające poczty elektronicznej ani telefonu nie muszą się martwić, gdyż otrzymają



Dzięki e-receptom wykupienie leków w aptekach ma być łatwiejsze – zapewnia NFZ

w takim przypadku papierową wersję elektronicznej recepty. – E-recepta to elektroniczny dokument, który zastępuje tradycyjną, papierową receptę. E-receptę można zrealizować na podstawie czterocyfrowego kodu, który pacjent otrzymuje e-mailem lub smsem. Można też dostać wydruk informacyjny, w zależności od tego, jak skonfigurujemy swoje indywidualne konto w Internetowym Koncie Pacjenta (IKP), które można znaleźć pod adresem: pacjent.gov.pl – wyjaśnia rzeczniczka oddziału NFZ w Lublinie. Zaznacza też, że elektroniczna recepta niesie ze sobą wiele korzyści.



Małgorzata Bartoszek, rzecznik NFZ w Lublinie: – Nowy sposób wystawiania recept wiąże się z mniejszym ryzykiem błędu, e-recepta jest zawsze czytelna. To eliminuje sytuacje, w których aptekarz nie może odczytać nazwy leku czy jego dawki. Lekarze będą mogli szybko wyszukać w bazie danych nazwy leków i ich zamienniki, a także ponowić wcześniej wystawioną receptę.

Mniejsze ryzyko błędu

Dla pacjentów to przede wszystkim większa elastyczność, gdyż teraz istnieje możliwość wykupienia leków w różnych aptekach, nie tracąc refundacji lub częściowej realizacji e-recepty. Jest to też większa wygoda, ponieważ e-recepty nie można zgubić, można ją otrzymać smsem lub e-mailem, zawsze jest dostępna też na Internetowym Koncie Pacjenta w serwisie pacjent.gov.pl. Zdaniem rzeczniczki e-recepty pozwalają też na oszczędność czasu, bo nie trzeba osobiście stawić się u lekarza, aby otrzymać kolejną e-receptę. – Nowy sposób wystawiania recept wiąże się z mniejszym ryzykiem błędu, e-recepta jest zawsze czytelna. To eliminuje sytuacje, w których aptekarz nie może odczytać nazwy leku czy jego dawki. To także łatwiejsza dostępność, gdyż można upoważnić dowolną osobę przez Internetowe Konto Pacjenta. To ona otrzyma e-receptę smsem i wykupi leki, nie trzeba samemu iść do apteki – wymienia Małgorzata Bartoszek. Dodaje też, iż mogą skorzystać na tej nowości również lekarze, którzy będą mogli szybko wyszukać w bazie danych nazwy leków i ich zamienniki, a także ponowić wcześniej wystawioną receptę. Szybko sprawdzą też czy pacjent wykupił przepi-



E-receptę będziemy mogli zrealizować w każdej aptece

sane leki i będą mieli wgląd w historię leczenia.

E-recepta jest ważna 365 dni

Z kolei dla farmaceutów wprowadzenie e-recept oznacza szybsze wydawanie leków, gdyż nie trzeba wpisywać danych do systemu, a kod odczytuje się poprzez jego skanowanie. Oznacza to również większe bezpieczeństwo, bo zostanie ograniczona liczba fałszywych i nieczytelnych recept. Jak tłumaczy rzeczniczka lubelskiego oddziału NFZ,

standardowa e-recepta ważna jest 365 dni. Jednak musi być to na niej zaznaczone. Wyjątek stanowią e-recepty na antybiotyki, które są ważne 7 dni, na leki odurzające i psychotropowe, ważne 30 dni i preparaty immunologiczne, z terminem 120 dni.

Podobnie jak na receptce papierowej, na tej elektronicznej również zaznaczyć późniejszą datę realizacji, tzw. od dnia, a także specjalne uprawnienia pacjenta, jak np. „S” na nieodpłatne leki dla seniorów powyżej 75. roku życia. E-recepty zrealizujemy w każdej



Lek. okulista Grzegorz Jobda: – Na zwykłej receptce wypisuję leki w minutę. Teraz muszę wchodzić na stronę rządową i dopiero kiedy otrzymam kody smsem, wypisuję receptę. W systemie, co chwilę muszę akceptować kolejne zapytania. To wszystko trwa.

aptece, z pojedynczymi wyjątkami. – Kiedy dany punkt farmaceutyczny dopiero został otworzony lub ma być niedługo zamknięty może nie realizować e-recept – mówi rzeczniczka lubelskiego NFZ.

W całym województwie lubelskim wystawiono w 2019 roku 5 006 536 recept, zaś w 2020 roku, do 14 stycznia – 775 223.

Duże utrudnienie

Lekarz okulista **Grzegorz Jobda** mówi, jak nowa pro-

cedura wystawiania recept wygląda z punktu widzenia lekarza. On osobiście jednak plusów wystawiania e-recept nie widzi. – Wypisywanie e-recepty to dla lekarzy wielki kłopot. Jako specjaliści nie mamy bazy leków, więc wypisanie jednej recepty, tylko na jeden lek zajmuje 10 minut. Jeżeli mam opisać kolejny lek, to muszę na to przeznaczyć kolejne 10 minut. Jest to potworne utrudnienie. Na zwykłej receptce wypisuję leki w minutę. Teraz muszę wchodzić na stronę rządową i dopiero kiedy otrzymam kody smsem wypisuję receptę. W systemie, co chwilę muszę akceptować kolejne zapytania. To wszystko trwa. Jak ktoś ma pięciu pacjentów dziennie to się można w takie rzeczy bawić, bądź jeżeli pacjent bywa u lekarza rodzinnego to ten już wie, jakie leki on bierze. Dla specjalistów jest to droga przez mękę – recenzuje nowy system dr Jobda. – Kolejnym utrudnieniem jest to, iż jak jadę do gabinetu w Sławatyczach czy Kodniu, to muszę brać ze sobą komputer i drukarkę. Całe lata jeździłem w teren, a teraz chyba z tego zrezygnuję. Nie jest to żadne ułatwienie, może jedynie dla władzy państwowej, gdyż szybko się dowiedzą, jakie leki wypisuję, ale po co to komu? – pyta lekarz okulista Grzegorz Jobda i dodaje, że nie jest to tylko jego zdanie, bo podzielają taką opinię również jego koledzy po fachu, z którymi o tym rozmawia. – To zwiększy koszty poradni. Trzeba było kupić komputery i drukarki, a także zapłacić informatykowi, który zainstalował odpowiednie programy. Nie widzę pozytywów ani dla lekarzy, ani dla pacjentów jeśli chodzi o e-recepty. Wprost przeciwnie, jest to duże utrudnienie. A finał jest taki, że i tak muszę wydrukować pacjentowi receptę, bo nikt nie jest zalogowany do Internetowego Konta Pacjenta – stwierdza lek. Grzegorz Jobda.

Centrum Systemów Informatycznych Ochrony Zdrowia podpowiada:

Aby otrzymać e-receptę smsem oraz e-mailem należy zalogować się na Internetowe Konto Pacjenta w serwisie pacjent.gov.pl i uzupełnić

w zakładce „Moje konto” nr telefonu lub/i adres poczty elektronicznej. Jeśli pacjent nie korzysta z Internetowego Konta Pacjenta (IKP) lekarz prze-

kazuje mu wydruk informacyjny. Wydruk informacyjny jest też przekazywany zawsze na żądanie pacjenta, nawet jeśli ma on aktywowane IKP.



E-receptę można otrzymać w trzech postaciach: na papierze, smsem i na maila

Ukazuje się raz w tygodniu (we wtorek) na terenie powiatów: białskiego, łosickiego, łukowskiego, parczewskiego, radzyńskiego i grodzkiego Biała Podlaska.

WYDAWCA:
GRUPA WYDAWNICZA
SŁOWO Sp. z o.o.
02-672 Warszawa
ul. Domaniewska 17/19,
lok. 133
REDAKCJA
Biała Podlaska, ul. Warszawska 15
tel. 83 343 50 66, fax 83 344 75 52



REDAKTOR NACZELNY
Piotr Pyrkosz

ZASTĘPCA REDAKTORA NACZELNEGO
Marcin Kozarski

SEKRETARZ REDAKCJI
Joanna Danielewicz

Telefon dyżurny:
83 344 75 51
sekretariat: 83 343 50 66

KORESPONDENCJA
21-500 Biała Podlaska, skr. poczt. 116
redakcja@slowopodlasia.pl

ZESPÓŁ
Joanna Gaska (Łosice)
Arkadiusz Kielar (sport, Biała Podlaska)
Justyna Lesiuk-Klujewska (pow. bialski)
Tomasz Wachulski (Parczew)
Anna Chodyka (powiat bialski)
Anna Ostapiuk (Międzyrzec Podlaski)
Paulina Chodyka (powiat bialski, Międzyrzec Podlaski)
Adam Trochimiuk (fotoreporter)

SKŁAD KOMPUTEROWY
Artur Wosinek
VRCP Waldemar Pepa

DZIAŁ OGŁOSZEŃ
Joanna Olecka - dyrektor
tel./fax 83 342 25 19, 83 344 75 57
(j.olecka@slowopodlasia.pl)
Agnieszka Tarkowska
Klaudia Mikiciuk-Szpera
Krzysztof Kozłowski
Mariola Glina-Fiutak

DRUK
Seregni Printing Group Sp. z o.o.
ul. Matuszewska 14 hala B3
03-876 Warszawa

Redakcja zastrzega sobie prawo skracania artykułów i korespondencji oraz opatrywania ich własnymi tytułami. Artykułów niezamawianych redakcja nie zwraca i nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń, reklam, tekstów sponsorowanych i promocyjnych.



Był świetnie zapowiadającym się radnym i przewodniczącym komisji budżetowej, jego śmierć jest ciosem dla całej gminy

Bez Tomka, Neple nie będą takie same

GMINA TERESPOL Akcja poszukiwawcza trwała sześć dni. Sześć dni nadziei na cud. Niestety, 16 stycznia strażacy odnaleźli w rzece ciało. Dziś już wiemy, że mężczyzną wyłowionym z Krzny był zaginiony radny gminy Terespol Tomasz Sylwesiuk. W dramatycznych okolicznościach zgłosił życie aktywnego samorządowca, wzorowego leśnika, pasjonata myślistwa i dzielnego strażaka. – Kiedy dowiedziałem się o jego śmierci przeżyłem szok – wyznaje przyjaciel zmarłego Wiesław Kowalski. Pogrzeb odbędzie się we wtorek, 21 stycznia, o godz. 14 w parafii pw. Podwyższenia Krzyża Świętego w Neplach.

ANNA CHODYKA

Przypomnijmy, że 11 stycznia w Starzyńce znaleziono należący do radnego samochód. Pojazd był zanurzony w Krzynie. W zarządzo-



Tomasz Sylwesiuk był radnym gminy Terespol, przewodniczącym komisji budżetowej, a także leśniczym pracującym w Nadleśnictwie Chotyłów, aktywnie angażującym się w życie lokalnej społeczności

ne poszukiwania samorządowca włączyły się służby, a także mieszkańcy Nepli i Starzyńki oraz znajomi i rodzina mężczyzny. 16 stycznia strażacy odnaleźli w rzece ciało. – Okoliczności wskazują na to, że jest to prawdopodobnie zaginiony 45-latek. Mężczyzna znaleziony został około 1000 m od miejsca zdarzenia. Jego tożsamość potwierdzi przeprowadzona sekcja zwłok – informowała tuż po zakończeniu poszukiwań podkom. **Barbara**

Salczyńska-Pyrchla, oficer prasowy Komendy Miejskiej Policji w Białej Podlaskiej. Dziś już wiemy, że mężczyzną wyłowionym z wody był poszukiwany radny.

Wspaniały człowiek i samorządowiec

Tomasz Sylwesiuk mieszkał w leśniczówce, w Neplach. Pracował w nadleśnictwie Chotyłów, pełnił też pierwszą kadencję funkcję radnego w gminie Terespol. Miał żonę i dwójkę dzieci. – Był leśnikiem przez trzydzieści lat. Wywodził się z rodziny z tradycjami. Jego pradziadek był borowym, dziadek Kazimierz gajowym, a ojciec Tadeusz leśniczym. Tomasz był leśniczym i podleśniczym. Był też myśliwym z ok. 25-letnim stażem oraz prezesem koła łowieckiego Dąbrowa nr 63. Służył też przez kilkanaście lat jako strażak w Ochotniczej Straży Pożarnej w Neplach – opowiada zastępca nadleśniczego i przewodniczący rady powiatu bialskiego, **Mariusz Kiczyski**.

Z Tomaszem, z powodu pełnienia przez niego pierwszej kadencji radnego zawsze mieli wiele tematów do rozmowy. – Znałem go 25



W sobotę, 11 stycznia w Krzynie znaleziono samochód należący do Tomasza Sylwesiuka, a po kilku dniach poszukiwań, w czwartek, 16 stycznia z Krzny wyłowiono jego ciało

lat. Wciąż dopytywał, chciał jak najwięcej wiedzieć o samorządzie. Widywaliśmy się niemal codziennie. Był bardzo koleżeński, lubiany i uczynny. Bardzo kochał swoją rodzinę. Niezwykle angażował się w swoją pracę, nigdy nie trzeba mu było nic dwa razy powtarzać, od razu rozumiał, jak może pomóc. Był też bardzo zdyscyplinowany, swoje obowiązki wykonywał wzorowo, chociaż pracował w trudnym leśnictwie, ze względu na drzewostany i gleby. Miał szeroką wiedzę, a w lesie czuł się bardzo dobrze. To

było jego życie – dodaje Kiczyski.

To cios dla całej gminy

Do kandydowania do rady gminy tragicznie zmarłego samorządowca przekonał jego przyjaciel i wieloletni radny **Wiesław Kowalski**. – WOSP Neple pełnił funkcję wiceprezesa. Był niezwykle życzliwy i lubiany przez ludzi, zawsze chętnie pomagał. Ze względu na mój wiek zrezygnowałem z kandydowania na radnego i zaproponowałem Tomaszowi, by wystartował w wyborach i mnie

zastąpił, tak też się stało. Kiedy dowiedziałem się o jego śmierci przeżyłem szok, bo miałem do końca nadzieję, że odnajdą go żywego. To ogromna tragedia – mówi.

Z Tomaszem Sylwesiukiem same dobre wspomnienia ma też wójt **Krzysztof Iwaniuk**. – Szkoda, że doszło do tej tragedii. Był dobrym kolegą, świetnie zapowiadającym się radnym i przewodniczącym komisji budżetowej. To wielka strata. To już nie będą te Neple bez Tomka – zauważa. Zaznacza również, że zmarły radny aktywnie angażował się też w działania parafii w Neplach i wspierał miejscowe koło gospodyń.

Pogrzeb radnego odbędzie się we wtorek, 21 stycznia o godz. 14 w parafii pw. Podwyższenia Krzyża Świętego w Neplach. Godzinę wcześniej zostanie odmówiony różaniec za duszę zmarłego. Przy trumnie leśnicy będą pełnić wartę, będzie też obecny poczet sztandarowy. Oprawę muzyczną zapewni zespół reprezentacyjny Sygnalistów Myśliwskich przy Regionalnej Dyrekcji Lasów w Lublinie. Zostanie również zagrane ostatnie pożegnanie.

Dziadek molestował wnuczkę

BIAŁA PODLASKA Na karę 2 lat pozbawienia wolności skazał Sąd Rejonowy w Białej Podlaskiej 73-letniego Waldemara M. Mężczyźnie nie wolno też przez 5 lat zbliżać się do nastolatki na odległość mniejszą niż 20 metrów. Według prokuratury mężczyzna miesiącami ją krzywdził. Jego adwokat twierdzi, że to pomówienia. Wyrok nie jest prawomocny.

Przypomnijmy, że przypadek zgłosił szpital, gdzie 13-letnią dziewczynkę hospitalizowano z powodu samookaleceń. Proces ruszył w ubiegłym roku. Mężczyzna zasiadł tam na ławie oskarżonych pod zarzutami z artykułu 200 paragrafu 1 w związku z art. 12 par. 1 kodeksu karnego, czyli seksualnego wykorzystywania małoletniego poniżej lat 15. W toku postępowania wywołano opinię psychologiczną pokrzywdzonej oraz psychiatryczną oskarżonego. Śledczy nie ujawniali, w jaki sposób oraz w jakich okolicznościach dziadek miał krzywdzić wnuczkę.

Niedawno wyrok w tej bulwersującej sprawie wydał sąd, który uznał, że Waldemar M. jest winny zachowań o charakterze pedofilskim. Mężczyźnie wymierzono karę 2 lat pozbawienia



Sąd uznał, że Waldemar M. jest winny zachowań o charakterze pedofilskim. Mężczyźnie wymierzono karę 2 lat pozbawienia wolności

wolności. – Orzeczono też wobec niego zakaz zbliżania się do pokrzywdzonej na odległość mniejszą niż 20 metrów przez okres 5 lat – informuje **Magdalena Dobosz** z Biura Prasowego Sądu Okręgowego w Lublinie. Na poczet orzeczonej kary pozbawienia wolności zaliczono oskarżonemu okres zatrzymania i tymczasowego aresztowania od 28 września 2018 roku do 29 października 2018 roku. Zasądzono

również od niego kwotę 300 zł opłaty oraz 1983,89 zł tytułem zwrotu poniesionych wydatków.

Postępowanie początku toczyło się przy drzwiach zamkniętych. Wiadomo jedynie, że zarzuty obejmowały okres od grudnia 2015 roku do czerwca 2016 r. W związku z nimi Waldemar M. trafił nawet do aresztu, który docelowo miał trwać 3 miesiące. Śledczy już jednak po miesiącu nieoczekiwanie się

z niego wycofali. Miast tego prokuratura zastosowała dozór policji polegający na zakazie opuszczania miejsca pobytu, zakazie kontaktowania się z osobą pokrzywdzoną oraz zbliżania do niej. Później jednak uchylono również policyjny dozór i zakaz opuszczania miejsca pobytu dziadka dziewczynki, mimo że nie przyznał się on do zarzucanych mu czynów.

Oskarżycielem posiłkowym w sprawie jest biologiczny ojciec dziecka. Mężczyzna nie mieszka obecnie z matką pokrzywdzonej nastolatki. Zdecydował się jednak stanąć po stronie prokuratury. Zarzutem zdecydowanie zaprzecza oskarżony. – Jestem czterdzieści osiem lat po ślubie z żoną. Wychowałem trzy córki, mam ośmioro wnucząt i jednego prawnuka. Nikt w rodzinie nie widzi przeciwwskazań do spotykania się z nimi, wręcz przeciwnie. Nikt też nigdy przedtem nie zgłaszał podobnych spraw. To nasza osobista tragedia – wyjął nam jeszcze w ubiegłym roku. Waldemar M. nie był jak dotąd karany. Wyrok nie jest prawomocny, wpłynęły już wnioski o uzasadnienie wyroku od oskarżonego, obrońcy oskarżonego i prokuratury.

Marcin Kozarski

Dwa trupy dla żartów

POZA PRAWEM W jednym z domów są dwie ofiary śmiertelne. Takie zgłoszenie w niedzielny poranek otrzymali parczewscy policjanci.

W niedzielę, 19 stycznia nad ranem nieznamy mężczyzna poinformował, że towarzysze, z którymi chwilę wcześniej spożywał alkohol są martwi. Mundurowi przeszukali dom oraz wszystkie pomieszczenia gospodarcze. Nigdzie jednak nie znaleźli

zwłok. Za to po chwili na posesji pojawił się kompletnie pijany 48-latek. Gdy funkcjonariusze zaczęli go wypytwać o szczegóły, przyznał, że żartował. Chciał bowiem sprawdzić, jak szybko policjanci reagują na tego typu zgłoszenie. Mężczyzna został zatrzymany. Za popełniony występek będzie tłumaczył się przed sądem. Grozi mu kara aresztu lub ograniczenie wolności oraz grzywna. (TWA)

Kursy programowania dla dzieci i młodzieży od 7 do 19 lat z podziałem na grupy wiekowe

giganci programowania

W lutym zapraszamy na bezpłatne warsztaty Koduj z Gigantami

Zaprogramuj przyszłość swojego dziecka!

ZAMIAST GRAĆ-TWOJE DZIECKO MOŻE NAUCZYĆ SIĘ JAK TWORZYĆ GRY!

Zapisy na: www.giganciprogramowania.edu.pl
Zajęcia odbywają się w Białej Podlaskiej przy Placu Szkolnym Dmierz 9 tel. 797 068 444

Dyrektor Barbara Protasiewicz: – Gmina nie chce przedłużyć dzierżawy budynku, w którym mieści się szkoła

Szkoła w Berezówce będzie zamknięta?

GMINA ZALESIE Szkoła Podstawowej w Berezówce grozi likwidacją. Władze gminy Rozważają utworzenie w jej budynku, dziennego domu seniora. Pomysł wzbudził sprzeciw rodziców uczniów, a także nauczycieli i dyrekcji szkoły, gdyż wypowiedzenie dzierżawy jest równoznaczne z zamknięciem podstawówki.

ANNA CHODYKA

Szkoła Podstawowa w Berezówce prowadzona jest przez Stowarzyszenie „Za Rzeką Krzną”. Jak wyjaśnia jej dyrektor, **Barbara Protasiewicz**, gmina nie chce przedłużyć placówki dzierżawy budynku. W szkole uczą się dzieci uchodźców, przebywających w ośrodku dla cudzoziemców w Koloni Horbów. Dzieci cudzoziemców jest 49, a polskich uczniów 21. – Dzięki temu, że szkoła jest mała i ma tylko siedemdziesięciu uczniów każdy czuje się tu akceptowany i bezpieczny. Mamy wypracowane sposoby na to, by dzieci się integrowały, gdyż działamy już czternaście lat – zauważa dyrektor. Zaznacza, że przenoszenie dzieci cudzoziemców oznaczać będzie dla maluchów niepotrzebny stres. – One już przyjeżdżają zestresowane, bo muszą całkowicie zmienić swoje środowisko. Nasze dzieci też czują się tu bardzo dobrze, a dzieci



– Dzięki temu, że szkoła jest mała i ma tylko siedemdziesięciu uczniów wszyscy się znają i przyjaźnią. Każdy czuje się tu akceptowany i bezpieczny – zauważa dyrektor Barbara Protasiewicz

cudzoziemców nie są dla nich obcymi, a koleżankami i kolegami. Szkoła jest dla wszystkich stron bardzo dobrym punktem spotkań i rozwoju – podkreśla dyrektor Protasiewicz. – Jeśli dostaniemy wypowiedzenie dzierżawy, będziemy musieli zlikwidować szkołę, gdyż nie mamy budynku zastępczego, do jakiego moglibyśmy przenieść placówkę. Zaadaptowanie innego budynku leży poza naszymi możliwościami finansowymi, bo utrzymujemy się wyłącznie z dotacji z ministerstwa edukacji – wyjaśnia.

Polscy uczniowie w mniejszości, to źle – zdaniem wójta

Dyrektor Protasiewicz odnosi się też do pomysłu wójta gminy Zalesie. – Jeśli

jest takie zapotrzebowanie, dom seniora powinien być stworzony, ale nie kosztem szkoły. Moim zdaniem są inne budynki, w których dom seniora mógłby funkcjonować. Na terenie gminy jest wiele świetlic, które można byłoby wykorzystać – zauważa dyrektor szkoły w Berezówce.

Z kolei wójt Zalesia informuje, że trwa dyskusja nad pomysłem utworzenia w budynku szkoły domu seniora. Swoje opinie wydały już wszystkie komisje samorządu, z których wynika, iż radni chcą zmiany. Odbyło się też spotkanie radnych z rodzicami uczniów uczących się w Berezówce. Jednak nie przyniosło porozumienia. W związku z tym zaplanowano kolejne. – Do szkoły w Berezówce chodzi 21 uczniów polskich, a 49

to dzieci cudzoziemców. Widać, że polscy uczniowie są w mniejszości. Naszym zdaniem nie jest to dobre. My szanujemy i dobrze traktujemy dzieci cudzoziemców, ale większość obcokrajowców po pewnym czasie opuszcza Polskę, a nasze dzieci zostaną w kraju. Taka sytuacja powoduje, że wielu rodziców przeniosło swoje dzieci do szkoły w Zalesiu, gdzie obecnie uczą się 25 uczniów z rejonu tamtej szkoły. Myślę, że to dużo mówi – stwierdza wójt **Jan Sikora**. Zaznacza też, że uczniów w szkołach będzie ubywać ze względu na niż demograficzny, a starszych osób z każdym rokiem przybywa. – W szkole w Zalesiu są wolne klasy, więc uczniowie z Berezówki spokojnie się zmieszczą – mówi wójt Sikora.

Seniorzy zostali sami, więc trzeba im pomóc

– W gminie mamy ponad 700 osób powyżej 60 roku życia. Doszliśmy do wniosku, że powinniśmy stworzyć dzienny dom pobytu dla osób starszych. Szkoła w Berezówce mieści się w budynku parterowym, który idealnie się nadaje dla seniorów. Jego wielkość pozwala na urządzenie stołówki i sal do rehabilitacji, a także biblioteki. W budynku mieściłaby się też świetlica, można byłoby w niej urządzić również kuchnię, a także pomieszczenia, gdzie spotykałaby się również młodzież. Przy budynku jest duży plac, więc starsi mieliby, gdzie spacerować. Obecnie na ten cel można otrzymać pieniądze zewnętrzne. Może za jakiś czas takiej szansy nie będzie. Szkoły może nie być, bo zabraknie uczniów, a budynek zostanie niewyremontowany jeśli nic nie zrobimy. Stąd nasze działania – mówi wójt Zalesia. Przyznaje też, że problem osób starszych dopiero się zaczyna, ale będzie się potęgował. – W sprawie przedłużenia dzierżawy szkoły zdecydowały radni, a ja się przychyliłem do ich stanowiska – obiecuje wójt Zalesia.

Jedyna lokalizacja?

Wójt mówi, że inne budynki, będące w zasobach gminy, niestety nie spełniają warunków, by stać się siedzibą domu seniora. – Są to mniejsze budynki i nie dałoby się w nich zorganizować

miejsca dla większej liczby osób – tłumaczy wójt.

Magda Wiraszka jest mamą dwójki uczniów chodzących do szkoły w Berezówce. – Szkoła jest moim zdaniem bardzo bezpieczna. Dzieci są dopilnowane. Jeżeli pojawia się problem, jest on szybko rozwiązywany. Mam blisko do szkoły, co jest bardzo wygodne. Wychowuję córkę z orzeczeniem o niepełnosprawności, więc w każdej chwili możemy z mężem po nią przyjechać. Gdybym miała wystać dzieci do szkoły w Zalesiu, bałabym się, czy nic im się nie stanie w autobusie dowożącym dzieci na lekcje. Likwidacja szkoły będzie dużym problemem dla mnie, ale także dla pozostałych rodziców. Nie chcemy posyłać dzieci do większej placówki edukacyjnej. Stąd walczymy, by szkoła nie została zamknięta – podkreśla mama dwójki uczniów. Przytacza też ostatnią sytuację z udziałem jej dzieci. – Byliśmy u dentysty, w szkole w Piszczacu, więc spytałam dzieci, czy chciałby chodź do tak dużej szkoły. Syn odpowiedział, że by się w niej nie odnalazł, a córka przyznała, że usiadłaby na korytarzu i płakała – opowiada mama uczniów prowadzonej przez stowarzyszenie szkoły. Dodaje, że rodzice i dyrekcja szkoły w Berezówce planują spotkanie z posłem Dariuszem Stefaniukiem, gdyż mają nadzieję, że pomoże on uratować szkołę. – Będziemy podejmować wszelkie możliwe działania, by nie doszło do zamknięcia szkoły – zaznacza Wiraszka.

Szczury w piwnicy latają jak koty

GMINA LEŚNA PODLASKA Szczury, odór unoszący się ze stojących na zewnątrz brudnych toalet, instalacja elektryczna, do której dostaje się woda podczas ulewnych deszczy, wszechobecne śmieci, wadliwy dach i zapadające się schody. To warunki, w jakich żyją mieszkańcy budynku znajdującego się w centrum Leśnej Podlaskiej. Do naszej redakcji z prośbą o pomoc zgłosił się **Jan Chwesiuk**, który wraz z rodziną wynajmuje tam mieszkanie.

Jan Chwesiuk wraz z rodziną wynajmuje mieszkanie w budynku przy ul. Bialskiej 15. Zdenerwowany opowiada o sytuacji, z jaką musi się zmagać, a wraz z nim jego sąsiedzi. – Nie mamy kanalizacji. Może w XIX wieku było lepiej, niż w tej chwili. W budynku mieszka pięć rodzin. Podwórko też jest w strasznym stanie. Wójt wniósł tylko czynsze, do tej pory nie

było całkowitej naprawy dachu. – opowiada mężczyzna. – Włożyłem duże pieniądze, by doprowadzić mieszkanie do stanu, w którym da się mieszkać. Mieszkamy tu już szesnaście lat. Kiedy się wprowadzaliśmy, przez dach można było gwiazdy oglądać. Wymieniłem też wtedy wszystkie okna, naprawiłem belki stropowe i pomalowałem ściany. Obecnie jak są większe deszcze, woda spływa po instalacji elektrycznej, przez to grozi nam zapalenie. W moim mieszkaniu instalacja paliła się już kilkakrotnie. W lokum sąsiadki ulał się czad, doszło nawet do zapalenia. Po tym zdarzeniu kupiono nowy piec. Można było to wykonać wcześniej, a nie czekać aż wydarzy się nieszczęście.

Mężczyzna uważa, że mieszkańcom grozi epidemia. – Wkoło są same śmieci. Z ubikacji, która znajduje się na zewnątrz nie da się korzystać, bo jest brudna



W budynku przy ul. Bialskiej 15 w centrum Leśnej Podlaskiej mieszka pięć rodzin, jednak warunki, w jakich żyją budzą trwogę

i zniszczona. Szczury w piwnicy latają jak koty. Poza tym schody na klatkę schodową są w tragicznym stanie, w każdej chwili może dojść do wypadku – mówi **Jan Chwesiuk**. Pokazuje pi-

smo, z którego wynika, że problem żyje w przestrzeni publicznej już od lat, bo na sygnały mieszkańców, przewodniczący rady gminy odpowiadał już w 2018 roku. W piśmie przewod-

nicząca rady gminy **Ewa Kulińska** informowała, że trwa procedura administracyjna, w celu uzyskania pozwolenia na budowę. Dodała też, że wysokość opłat czynszowych wynika z poziomu i standardu lokalu.

Wójt **Paweł Kazimierski** mówi, że budynek przy ul. Bialskiej 15 należy do gminy od 2014 r., a od 2015 r. wprowadzono czynsze. – Od tej pory zaczęły się skargi. Jednak niektóre mieszkania remontowaliśmy, dzięki czemu wyglądają jak nowe. Stale w tym budynku coś naprawiamy. W tamtym roku remontowaliśmy dach, a w grudniu zeszłego roku dostaliśmy pozwolenie na przyłączenie kanalizacji. W tym roku rozpocznie się jej budowa, co będzie kosztować

gminę ok. 100 tys. zł. Jest to stary budynek, podlegający nadzorowi konserwatorskiemu, powstały w XIX wieku. Rzeczywiście wymaga gruntownej modernizacji, jednak robimy wszystko na miarę naszych możliwości – mówi wójt.

Dodaje, że rozważa również inne rozwiązanie. – Chcemy dokonać analizy kosztów. Jeśli okaże się, że naprawy, które są potrzebne, są nieekonomiczne, będziemy musieli rozważyć alternatywne rozwiązanie. Zaproponujemy mieszkańcom inne lokale i zamknijemy ten budynek. Nie będziemy mogli go wyburzyć, bo jest pod nadzorem konserwatora, ale pomyślimy czy nie warto go sprzedać, gdyż działka jest atrakcyjna, bo znajduje się centrum Leśnej Podlaskiej. Wówczas zainwestowalibyśmy w lokale socjalne poza centrum – wyjaśnia wójt **Paweł Kazimierski**.

Anna Chodyka



Miasto przygotowuje projekt targowiska przy ul. Janowskiej, handlujący się niepokoją

Chcą konsultować przestrzeń bazaru

BIAŁA PODLASKA Jeśli miasto pozyska dofinansowanie z funduszy unijnych, wiosną przyszłego roku ruszy modernizacja bazaru przy ul. Janowskiej. Właśnie powstaje projekt tego terenu i handlujący na nim, chcą włączyć się w uzgadnianie koncepcji, pod względem użyteczności. Twierdzą, że nikt nie chce z nimi rozmawiać.

JOANNA DANIELEWICZ

Modernizacja bazarku w środku miasta ma kosztować około 3 mln zł. – Miasto wystąpiło z wnioskiem o dofinansowanie inwestycji ze środków UE w ramach RPO WL na lata 2014–2020. Jeżeli uda się pozyskać środki, prace powinny ruszyć wiosną przyszłego roku – informuje **Gabriela Kuc-Stefaniuk**, rzecznik prasowy magistratu.

Na razie powstała koncepcja urbanistyczno-architektoniczna tego miejsca. – Zakres inwestycji obejmuje modernizację infrastruktury placu targowego u zbiegu ulic Przechodniej i Wąskiej, na którym prowadzony jest obecnie handel. Zaplanowano modernizację nawierzchni, modernizację i rozbudowę sieci technicznych, wymianę wiat handlowych

na bardziej funkcjonalne i estetyczne, zagospodarowanie małą architekturą i zielenią oraz modernizację sąsiadującego z placem targowym zdegradowanego budynku handlowego przy ul. Wąskiej 4 celem utworzenia hali targowej oraz zaplecza rynku, gdzie przewidziano toaletę, pomieszczenie techniczne i administracyjne – wylicza rzeczniczka.

Informacje o wstępnej koncepcji zagospodarowania terenu bazaru dotarły do kupców w ubiegłym roku. Ponieważ mają swoje uwagi do organizacji tego terenu, postanowili nawiązać kontakt z władzami miasta, by wnieść swoje pomysły do rodzącego się projektu, zanim nie został jeszcze zatwierdzony. – Na przełomie listopada i grudnia klient targowiska powiedział nam, że w przygotowywanym projekcie nie ma przewidzianych parkingów typowo wydzielonych dla klientów. Zainteresowaliśmy się tematem, bo to dla nas istotne, czy klient będzie miał swobodny dostęp do targowiska. Jeśli nie będzie mógł się blisko zatrzymać autem, to nie będzie tu kupował – mówi jeden z handlujących. Mówi, że już w obecnym stanie rzeczy z zaparkowaniem wokół bazarku jest problem, gdyż miejsca parkingowe są zajmowane przez mieszkańców okolicznych kamienic lub



Handlujący obawiają się, że po modernizacji przy targowisku będzie problem z parkowaniem aut przez klientów

pracowników okolicznych lokali usługowych i biur. – Tu powinna być wyznaczona strefa w formie zatoczki, z parkometrami, gdzie darmowy postój to będzie powiedzmy 30 min. Wówczas zachowana zostanie rotacja i będą miejsca dla kolejnych klientów – tłumaczy przedstawiciel handlujących.

Innym problemem, który zauważają handlujący, to problem z parkingiem dla ich samochodów, którymi dowożą do stoisk towar. „Jeśli nie będzie parkingu dla nas, oraz naszych klientów na ok. 30 miejsc z parkometrem, to cała inwestycja nie ma najmniejszego sensu. Szkoda pieniędzy.” – piszą handlujący w piśmie, jakie skierowali do prezydenta miasta 23 grudnia ubiegłego roku. Od jednego z sygnatariuszy pisma słyszymy, że zwrócili się do magistratu z oficjal-

nym dokumentem, gdyż do tej pory nikt z UM nie podjął z nimi dialogu. – To chyba ma być miejsce naszej pracy, my najlepiej wiemy, jak to wszystko zorganizować, by było funkcjonalne i przyjazne tak nam jak i klientom. No chyba, że chodzi tylko o to, żeby było ładnie, a nie praktycznie – słyszymy w rozmowie z przedstawicielem handlujących.

Przedstawiciele kupców spotkali się w tej sprawie z konserwatorem zabytków, który koncepcję architektoniczną miał okazję oceniać i jest z niej zadowolony. – To będzie naprawdę udany projekt. Teren jest zorganizowany tak, by było to miejsce atrakcyjne w przestrzeni miejskiej. Handlujący chcieliby specjalne zatoki parkingowe, ale teren będzie jedną płaszczyzną, na której brzegu będzie miejsce do

postawienia samochodów. Zaplanowano przestrzeń ograniczoną z jednej strony murkiem, z drugiej pasem zieleni, tam będzie miejsce na parkowanie aut dla klientów. Nie widzę przeciwwskazań, żeby ustawić tam odpowiednie znaki, to sprawy techniczne, które dla mnie nie stanowią problemu – mówi **Jan Maraśkiewicz**. Dodaje, że w koncepcji zaplanowano również miejsca między oficyną a budynkiem po PSS (gdzie ma zostać zorganizowana hala targowa), dla samochodów dostawczych handlujących. – To będzie 5 stanowisk, gdzie handlujący będą mogli podjechać, wyładować towar i odjechać – wyjaśnia konserwator i przyznaje, że być może handlujący chcieliby samochody trzymać przy stanowiskach pracy, ale niestety takiej możliwości na zmodernizowanym targu nie będzie. – Ta przestrzeń ma zachować pewną schludność, po to zostanie uporządkowana – twierdzi konserwator.

Przedstawiciele kupców przyznają, że po rozmowie z konserwatorem entuzjazmu nie odczuwają, wręcz przeciwnie, mają więcej obaw, dlatego skierowali pismo do prezydenta miasta. Chcieliby wraz z pracownikami urzędu pochylić się nad projektem i odpowiedzieć swoje rozwiązania. Na razie

jednak urząd miasta kupcom nie odpowiada.

Nam na pytania dotyczące ryneczku odpowiedzi udzieliła rzeczniczka magistratu. – Koncepcja została uzgodniona z Wojewódzkim Urzędem Ochrony Zabytków. Na jej podstawie opracowywany jest obecnie projekt budowlany. W przygotowanie projektu zaangażowany jest ZGL, administrator targowiska. Pan prezes konsultuje planowane rozwiązania z kupcami – zapewnia rzeczniczka **Gabriela Kuc-Stefaniuk**.

Handlujący przekazują nam jednak inne informacje. – Dwukrotnie byłem u pana prezesa. Za każdym razem usłyszałem, że nie ma on dla mnie czasu – mówi nasz rozmówca. Tygodnik również próbował dowiedzieć się, jak ZGL rozmawia z handlującymi o modernizacji targowiska. Wysłaliśmy na adres mailowy ZGL pytania adresowane do prezesa **Wojciecha Chilewicz**, 8 stycznia. Pytaliśmy m.in. o to: czy projekt będzie konsultowany z handlującymi, czy w projekcie przewidziano miejsca parkingowe dla klientów rynku i jak będą oznaczone, oraz czy handlujący mogą wnieść uwagi do projektu i w jakim trybie?

Odpowiedzi nie otrzymaliśmy, więc maila powtórzyliśmy 14 stycznia. Na odpowiedzi wciąż czekamy, tak jak handlujący na spotkanie z prezesem ZGL.

Święto Jordanu było niezwykle nastrojowe

ŚLAWATYCZE Wielikaja Agiasma czyli Wielkie Poświęcenie Wody, sprawowane w obrządku prawosławnym, tuż po prawosławnych świętach Bożego Narodzenia, przyciąga wielbicieli duchowości prawosławia. W tym roku podczas święta Chrztu Pańskiego w procesji z cerkwi pw. Opieki Matki Bożej w Ślawatyczach uczestniczyło kilkadziesiąt osób, w tym fotografowie z całej Polski.

Święto Chrztu Pańskiego ma wiele nazw, jedna z nich to Objawienie Pańskie. Jak wyjaśnia ks. Michał Wasilczyk, proboszcz parafii pw. Opieki Matki Bożej, 6 stycznia według kalendarza juliańskiego, a 19 stycznia według kalendarza gregoriańskiego prawosławni obchodzą objawienie się Trzech Osób Trójcy Świętej. Dodaje, że święto rozpoczęło się poprzedniego dnia. – Wieczorem w cerkwi śpiewaliśmy pieśni opiewające o chrzcie Jezusa. Na drugi dzień odprawiana jest święta liturgia, a po niej kapłan wraz z chórem i wiernymi w procesji przechodzi nad Bug – mówi proboszcz.



W czasie święta Chrztu Pańskiego z cerkwi nad Bug wyrusza uroczysta procesja

W tym roku, jak to się dzieje od lat, prawosławni nieśli duży drewniany krzyż i ferytrony. Nad rzeką ustawiona była tratwa – ołtarz, na której kapłan wznosił prośby do Boga. Następnie trzykrotnie zanurzył w wodzie poślaczany krzyż i wypuścił białe gołębie oraz okadził miejsce. Po zaśpiewaniu religijnych pieśni i troparionów (śpiewy przypominające znaczenie teologiczne danego święta), uczestnicy mogli nabrać dla siebie poświęconej wody z Bugu.



Woda w rzece zostaje poświęcona, dzięki modlitwie, której towarzyszy zanurzenie trzykrotnie krzyża

W tradycji prawosławnej przyjęte jest święcenie tego dnia domów i budynków gospodarczych, co ma sprawić, iż Bóg będzie chronił daną rodzinę przed nieszczęściami, a także zwierzęta do niej należące. Przy tej okazji na drzwiach maluje się kredą znak krzyża, by poświadczyć o tym, że w domu mieszkają wyznawcy Chrystusa i znajdują się pod jego opieką. – Nie zawsze wierzone, że święcona woda pomaga, ale ludzie

się przekonali po tym, jak nabrali wody z rzeki po zanurzeniu w niej krzyża przez księdza i modlitwie. Przed religijnym obrzędkiem zacierpnięta woda szybko robiła się zielona, a ta nabrana po liturgii była przed bardzo długi czas krystalicznie czysta. To mieszkańców Ślawatycz przekonało, iż warto wrócić do zwyczajów przodków, którzy tutaj obchodzili święto Jordan – zauważa **batuszka**.

Anna Chodyka

Zapraszamy do mojego biura poselskiego

Posła na Sejm RP lek. med. Riada Haidara

Biała Podlaska	Międzyrzec Podl.
ul. Narutowicza 32/3	Plac Jana Pawła II 3
tel: 533 334 054	tel: 501 532 008
Godziny otwarcia:	Godziny otwarcia:
poniedziałek 10.00-17.00 (przyjmowanie interesantów 15.00-17.00)	poniedziałek-czwartek 10.00-14.00
wtorek - piątek 10.00-14.00	piątek - niedzielne
	Obsługa biura p. Andrzej Kalinowski

Zapraszamy

ON diesel

Oferujemy paliwa najwyższej jakości

+48 796 16 15 15 83 378 11 22



STUDENTKI PSW W BIAŁEJ PODLASKIEJ NAJLEPSZE W WOJEWÓDZTWIE LUBELSKIM

Zawodniczki Państwowej Szkoły Wyższej wywalczyły złote medale podczas Akademickich Mistrzostw Województwa Lubelskiego. Rozgrywki traktowane jako ćwierćfinał Akademickich Mistrzostw Polski w futsalu kobiet.

W minioną sobotę w hali sportowej PSW odbyły się zmagania czterech najlepszych zespołów w futsalu kobiet. Podopieczne Marcina Kasprowicza spisały się znakomicie, notując dwie wysokie wygrane. W półfinałach rozgrywek zawodniczki AZS PSW ograły 6:0 reprezentację KUL-u, zaś w najważniejszym meczu dnia aż 9:3 UMCS.

- Jesteśmy bardzo zadowoleni, gdyż zrealizowaliśmy plan w stu procentach. Bardzo chcieliśmy wywalczyć złoty medal i pod to przygotowaliśmy się już od jakiegoś czasu. Mecz finałowy z UMCS był dla nas szczególnie, bo w pamięci mieliśmy porażkę 2:3 z roku poprzedniego i bardzo chcieliśmy się zrewanżować. Wiedzieliśmy, że jest to bardzo dobra drużyna, która w fazie eliminacyjnej wygrała wszystkie spotkania strzelając bardzo dużo bramek. Ponadto w jej szeregach znajduje się wiele doświadczonych zawodniczek na czele z Sylwią Matysik etatową reprezentantką Polski seniorek.

Dziewczyny świetnie spisały się w obronie i w ataku, a kibice zgromadzeni w hali PSW mogli obejrzeć sporo pięknych bramek. Jestem dumny z naszych zawodniczek - skomentował opiekun dr Marcin Kasprowicz

MECZ PÓŁFINAŁOWY

AZS PSW Biała Podlaska - KUL Lublin 6:0 (1:0)

Bramki: Klaudia Lefeld x2, Klaudia Płaska x2, Magda Konieczna, Aleksandra Klukha.

MECZ FINAŁOWY

AZS PSW Biała Podlaska - UMCS Lublin 9:3 (4:2)

Bramki: Oksana Dranouskaya x2, Katarzyna Michalska, Krystyna Kusiak, Aleksandra Klukha, Klaudia Płaska, Klaudia Lefeld, Magda Konieczna, br samobójcza.

STUDIUM W PSW
www.pswbp.pl

W ośrodku przyjmowałby nie tylko internista, ale też stomatolog

Ludzie czekają na przychodnię

GMINA TERESPOL W tym roku samorząd zmierzy się z wieloma wyzwaniami. Budowa ośrodka zdrowia w Kobylanach, oddanie do użytku zbiornika małej retencji wraz z jego zagospodarowaniem oraz zakończenie projektu transgranicznego Czysta Rzecka - to kluczowe inwestycje. Ważnym wydarzeniem będzie też jubileusz trzydziestolecia miejscowego samorządu, połączony z coroczną imprezą Kultura Bez Granic.

ANNA CHODYKA

W tym roku samorząd zamierza rozpocząć budowę ośrodka zdrowia i punktu apotecznego przy urzędzie gminy. - Planujemy stworzenie projektu i rozpoczęcie budowy, której zakończenie wyznaczaliśmy na 2021 r. Wynika z tego, że przygotowujemy się do polityki senioralnej, zwłaszcza, że już co czwarty mieszkaniec ma więcej niż sześćdziesiąt lat. W ośrodku przyjmowałby nie tylko internista, ale też stomatolog. Jednak w ostatnim przypadku będzie to praktyka prywatna. Byłaby również pielęgniarka i gabinety dla innych specjalistów. Wydaje mi się, że to główna inwestycja, na którą mieszkańcy czekają - wyjaśnia wójt **Krzysztof Iwaniuk**.



- To było dobre trzydzieści lat i chcemy je uczcić w czasie wydarzenia Kultura Bez Granic. Mamy z czego się cieszyć, gdyż zrobiliśmy skok cywilizacyjny jeśli chodzi o infrastrukturę komunalną - mówi wójt **Krzysztof Iwaniuk**

Oddanie do użytku zbiornika małej retencji

Uroczyste oddanie do użytku zbiornika małej retencji, jak wyjaśnia wójt odbędzie się prawdopodobnie w Dzień Strażaka, 4 maja. Obiekt ma 25 hektarów, czyli znajduje się w nim milion metrów sześciennych wody. Jego powierzchnia to niemal 1/3 wielkości Jeziora Białego. Inwestycja kosztowała ponad 8 mln zł. Gmina w tym roku przygotowuje projekt zagospodarowania terenu wokół wody, czyli ścieżki, parkingu i dojazdu do niego. - Mam nadzieję przy tej okazji pozyskać fundusze zewnętrzne na ten cel - zdradza wójt. W dalszych planach jest

też utworzenie ośrodka rekreacji i sportu. Drugim ważnym przedsięwzięciem jest rozwój nowo powstającego osiedla „Zielone Wzgórza”, znajdującego się w pobliżu zbiornika. To 60 hektarów przeznaczonych pod budownictwo jednorodzinne, znajdujące się poza strefą zalewową Bugu. Dotychczas działki nabyło około sześćdziesięciu kupców, a wszystkich jest ponad trzysta. W tym roku mają być wykonane dwie lub jedna, drogi dojazdowe. Dzięki projektowi transgranicznemu Czysta Rzecka wybudowano w centrum gminy ponad 4,52 km sieci kanalizacji sanitarnej, a w Żabince na Białorusi utworzono oczyszczalnię ścieków. Obec-

nie zostało rozliczenie przedsięwzięcia.

Rozbudowa oczyszczalni ścieków

Samorząd planuje również odświeżenie planów rozbudowy oczyszczalni, co będzie niezbędne ze względu na nowe osiedle w centrum gminy. - Przybędą też ścieki z inwestycji kolejowych w Małaszewiczach. Po modernizacji terminala przez PKP Cargo, ma pracować w nim ok. trzysta osób. Obecnie rozmawiamy z realizatorami przedsięwzięcia, na jakich zasadach będziemy w tej kwestii współpracować - wyjaśnia wójt Iwaniuk. Kolejny istotny projekt to zakończenie modernizacji ujęcia wody. Zbiorniki dostosowano już do obowiązujących standardów, mają one teraz dodatkowe zabezpieczenia, w tym lampy ultrafioletowe i nowe dozowniki chloru. Przedsięwzięcie realizuje miejscowa spółka Eko-Bug, ale za pieniądze gminy, gdyż podwyższono jej kapitał. Do gminy wprowadza się też nowy inwestor. Dlatego powstanie nowy terminal na wolnym obszarze celnym w Małaszewiczach. Wójtowi marzy nam się także stworzenie z sąsiadami z innych powiatów organizacji transgranicznej. - Chodzi o to by rozmawiać więcej o małym ruchu granicznym, o ucywilizowaniu granicy. Odżyły dyskusje między Mińskiem,

a Warszawą, więc może jest to pora by zacząć rozmawiać o konkretnych. Chcemy by plany założenia stowarzyszenia nabrały w tym roku kolorów - zaznacza.

To było dobre trzydzieści lat

Mieszkańców czeka też 30-lecie istnienia samorządu. - Chcemy je uczcić w czasie wydarzenia Kultura Bez Granic. Mamy z czego się cieszyć, gdyż zrobiliśmy skok cywilizacyjny jeśli chodzi o infrastrukturę komunalną. Inwestujemy w przyszłość budując nowe osiedle. Mamy też zamiast dziury budżetowej nadwyżkę. Jednak kończymy spłacać kredyt, zostało nam pół miliona. Obecnie szykujemy się do nowej perspektywy finansowej, przygotowując się do dużych inwestycji. Oczywiście dzięki zewnętrznym pieniądzom jesteśmy tu, a nie gdzie indziej. Jest to prawie nie do powtórzenia, patrząc jak się komplikuje sytuacja w finansach publicznych kraju - podsumowuje wójt Iwaniuk. Jego zdaniem sytuacja finansowa się jednak znacznie pogarsza, głównie przez to, iż trzeba przeznaczać dodatkowe pieniądze na oświatę. Pogłębiają się też dysproporcje pomiędzy samorządami. Coraz więcej jest gmin, które ledwo wiążą koniec z końcem. - Zatem gdzie jest polityka zrównoważonego rozwoju? - pyta retorycznie wójt Terespoli.

Świąteczne pieśni w pięknym pałacu

GMINA SOSNÓWKA Blask choinkowych świątełek, klasyczne pałacowe wnętrza i zasłuchana publiczność. Tak można podsumować Noworoczny Koncert Kolęd, który odbył się w Romanowie. Jak co roku, wieczór obfitował w doznania muzyczne i przeniósł w magiczny nastrój Bożego Narodzenia. Patronat medialny nad wydarzeniem objęło Słowo Podlasia.

Kolęda to pierwotnie pieśń noworoczna. Słowo „calendae” sięga czasów przedchrześcijańskich w Rzymie i oznaczało pierwszy dzień miesiąca. Ludzie odwiedzali się wtedy i składali sobie życzenia. Kolędy miały charakter świecki, z czasem jako rotule, kantyki albo kantyczki trafiły do sfery sakralnej. Potem przejęły formę pieśni bożonarodzeniowej. - Koncert organizujemy co roku, wspólnie z wójtem Sosnowki Marcinem Babkiewiczem, Gminnym Ośrodkiem Kultury i Starostwem Białskim - zaznaczał dyrektor Muzeum im. J.I. Kraszewskiego w Romanowie **Krzysztof Bruczek**. - Życzę zasłuchania się w kolędy. Myślę, że przed nami jest niezapomniany wieczór - mówi



W murach muzeum panował bożonarodzeniowy nastrój

wiła podczas powitania dyrektor GOK-u **Jolanta Mikulska**.

A repertuar był bogaty. Na początek przy choince wystąpili uczniowie Szkoły Podstawowej z Sosnowca, przedstawiając jasełka. Wśród biblijnych postaci, takich jak Dzieciątko, Maryja czy Józef, pojawiły się też myszki oraz kot, który pod stajenką się nawrócił. Przedstawienie zostało nagrodzone gromkimi brawami. Po nim przyszedł czas na występy. Zachwyt publiczności wzbudził występ Zespołu Śpiewaczego z Rozwadowki, Zespołu „Biesiadnicy” z Żeszczynki i Zespołu Śpiewaczego „Echo Polesia” Klubu Seniora w Terespolu.

Równie entuzjastycznie przyjęto energetyczny występ scholi parafii pw. Narodzenia NMP w Motwicy. - To dziecięcy zespół wokalny, a do jej repertuaru należy ponad 150 pieśni i piosenek wykonywanych z akompaniamentem gitarowym. Dzieci występują w niebieskich pelerynach ze znakiem Maryi, patronki parafii w Motwicy - wyjaśniała opiekunka scholi **Monika Chudzik**. Goście muzeum

w Romanowie mogli też podziwiać śpiew Chóru Parafii Najświętszego Serca Pana Jezusa „Corde Christi” w Zarczu Łukowskim. Koncert zakończyli „Chłopcy z bandu”. - Wszyscy artyści otrzymali od nas podziękowanie i pamiątkową tablicę. Mam nadzieję, że w takim samym lub większym gronie spotkamy się za rok - podsumowuje wójt Sosnowki **Marcin Babkiewicz**.

Justyna Lesiuk-Kłujewska

KINO MERKURY

WIELKI POWRÓT FRANZA MAURERA

PLSY
W IMIĘ ZASAD
Premiera 17 stycznia

rezerwacja:
83 343 28 97
www.kinomercury.pl

14⁰⁰ zł
W PONIEDZIAŁKI

15⁰⁰ zł
OD WTOREKU DO NIEDZIELI

FILMY 2D I 3D

Oficer z lubelskiej komendy wojewódzkiej będzie kierował białą policją, wcześniej był komendantem powiatowym w Kraśniku i Puławach

Zmiana na stanowisku szefa policji

BIAŁA PODLASKA W piątek 17 stycznia młodszy inspektor Grzegorz Pietrusik pożegnał się ze sztandarem i białą jednostką. Obowiązki komendanta miejskiego policji powierzono insp. Wojciechowi Czapli, pełniącego uprzednio funkcję naczelnika wydziału prewencji w lubelskiej komendzie wojewódzkiej.

MARCIN KOZARSKI

Nowego szefa KMP w samo południe wprowadził do komendy zastępca komendanta wojewódzkiego, insp. Radek Bąchór, który jednocześnie podziękował ustępującemu komendantowi za lata efektywnego kierowania białą komendą, podkreślając przede wszystkim wysoki poziom jednostki. Nowemu komendantowi życzył powodzenia i samych sukcesów na obejmowanym stanowisku. Wspominał też o czekających go wyzwaniach. Ten z kolei zadeklarował, że dołoży wszelkich starań, aby sprostać stojącym przed nim zadaniom.



Inspektor Wojciech Czapla (z prawej) zadeklarował, że dołoży wszelkich starań, aby sprostać stojącym przed nim zadaniom

Podkreślił również, że liczy na bardzo dobrą współpracę z lokalnymi samorządami oraz instytucjami.

Wojciech Czapla służbę rozpoczął 16 sierpnia 1991 roku. Od 1997 roku piastował stanowiska kierownicze. W minionych latach był komendantem powiatowym w Kraśniku oraz Puławach. Bezpośrednio przed powołaniem na stanowisko komendanta w Białej Podlaskiej pełnił funkcję naczelnika wydziału prewencji w lubelskiej KMP.

Żegnający się z mundurem po ponad 25 latach Grzegorz Pietrusik podziękował za współpracę zaproszonym

gościom, a także wszystkim podległym policjantom i pracownikom cywilnym. Wyraził wdzięczności i życzenia złożyli mu też samorządowcy, przedstawiciele białskiej prokuratury okręgowej i rejonowej oraz inni zaproszeni goście. Przypominamy, że b. biały komendant urodził się 14 września 1973 roku w Kodniu i jest absolwentem Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego oraz Wyższej Szkoły Policji w Szczytnie. W resorcie od lipca 1994 roku, początkowo służył w VII Komendzie Rejonowej Policji Warszawa-Praha Południe, gdzie piastował stanowiska wykonawcze.



Za współpracę Grzegorzowi Pietrusikowi podziękował m.in. jego zastępca komisarz Mariusz Kononiuk

W 1998 roku służbę kontynuował w komisariacie policji w Kodniu, a później w komisariacie policji w Terespolu. Przez lata swojej kariery związany był z pionem prewencji. Zajmował się m.in. prewencją kryminalną, był również kierownikiem rewiru dzielnicowych. To wieloletnie doświadczenie zawodowe było podstawą do mianowania go w 2006 roku na stanowisko naczelnika sekcji prewencji w Terespolu, a w 2013 roku na stanowisko naczelnika sztabu białskiej KMP. Przez cały okres służby, dał się poznać jako policjant o wzorowo wyrobionym poczuciu odpo-



Swego nowego szefa powitała też kadra oficerska

wiedzialności za powierzane mu zadania i obowiązki, które konsekwentnie realizował, nie szczędząc czasu wolnego.

W kwietniu 2015 roku objął stanowisko zastępcy, a rok później pierwszego zastępcy komendanta miejskiego w Białej Podlaskiej. W czerwcu 2017 r. został powołany na stanowisko komendanta miejskiego, wcześniej zaś przez kilka miesięcy pełnił obowiązki szefa KMP. Odchodzący biały komendant odznaczony jest Srebrnym Medalem Za Długoletnią Służbę oraz Brązową Odznaką Zasłużony Policjant. Wśród wielu pasji i zainteresowań, które

posiada zdecydowanie dominuje turystyka i aktywny wypoczynek – w tym jazda rowerem. Już niebawem zrealizuje zaś jeden ze swych projektów, którym jest wielka podróż po Ameryce Południowej.

W uroczystości oprócz policjantów i pracowników cywilnych udział wzięli m.in. poseł Riad Haidar, konsul Białorusi w Białej Podlaskiej Wasyl Kurlowicz, prezydent Michał Litwiniuk, starosta Mariusz Filipiuk oraz przedstawiciele duchowieństwa, służb mundurowych, wymiaru sprawiedliwości, instytucji i organizacji publicznych oraz policjanci emeryci i renciści.

Międzynarodowy projekt „Wspólnego Świata”

BIAŁA PODLASKA Niedawno w Brześciu odbyła się konferencja międzynarodowa, podczas której uczestnicy poruszyli temat metod i narzędzi pomocy dzieciom z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. To jeden z elementów projektu Stowarzyszenia „Wspólny Świat”, który realizuje ono w ramach współpracy transgranicznej.



Konferencja w Brześciu odbyła się w ramach programu współpracy transgranicznej Polski, Białorusi i Ukrainy realizowanej przez Stowarzyszenie „Wspólny Świat”

Wydarzenie stanowi część programu Stowarzyszenia „Wspólny Świat” pt. „Rozwój współpracy transgranicznej w zakresie pomocy osobom z autyzmem na pograniczu polsko-białoruskim” realizowanym w ramach Programu Współpracy Transgranicznej Polska-Białoruś-Ukraina 2014-2020, który wdrażany jest w ścisłej współpracy z Departamentem Edukacji Administracji Okręgu Lenińskiego miasta Brześć.

Swoje prelekcje prezentowała tam Marta Łukowska-Almaszy, dyrektor Ośrodka Terapii i Diagnostyki stowarzyszenia oraz Anna Ososińska, koordynator projektu. – Konferencja była bardzo ważnym wydarzeniem zarówno dla naszego stowarzyszenia jak i Szkoły Specjalnej

w Brześciu – zaznacza **Marta Łukowska-Almaszy**. – Mielismy okazję przekonać się, że narzędzia diagnostyczne, które stosujemy w naszym stowarzyszeniu od kilku lat, są wysoko oceniane przez białoruskich specjalistów. Możemy więc z naszym doświadczeniem w ich wykorzystaniu służyć radą i pomocą terapeutom z Brześcia.

– Wymiana doświadczeń w zakresie pomocy dzieciom i młodzieży ze spektrum autyzmu to priorytet naszej współpracy z partnerem białoruskim – podkreśla prezes Stowarzyszenia **Anna Chwałek**. – Zależy nam na tym, aby prowadzić intensywne

konsultacje z naszym partnerem, obserwować bieżące trendy, dzielić się nowymi spostrzeżeniami. Możliwość dokształcania naszej kadry w tym zakresie jest wartością dodaną do realizacji działań projektowych. Oferta białskiego ośrodka wzbudziła ogromne zainteresowanie. – Otrzymałam mnóstwo pytań dotyczących możliwości diagnozy dzieci w Białej Podlaskiej – dodaje Łukowska-Almaszy. Konferencja pod tytułem „System kompleksowej pomocy dzieciom z zaburzeniami ze spektrum autyzmu” odbyła się 10 stycznia.

Paulina Chodyka



KREDYT KONSOLIDACYJNY

Połącz swoje kredyty w jeden wygodny do spłaty

RRSO 17,4%

GET IN BANK

Biała Podlaska, Plac Wolności 27

506 173 991, 603 680 683,
797 501 646, 728 441 494

KOSZT POŁĄCZENIA WG TARYFY OPERATORA
poniedziałek-piątek 9:00-17:00

Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania (RRSO) wynosi 17,4% i wyliczono ją na dzień 12.11.2019r. na reprezentatywnym przykładzie. Oferta dotyczy kredytu konsolidacyjnego na kwotę do 200 000 zł udzielonego na okres do 10 lat. Warunkiem skorzystania z oferty jest konsolidacja co najmniej jednego zobowiązania z innego banku. Oferta dostępna w placówkach franczyzowych. Szczegóły i warunki oferty, w tym opłaty i prowizje dostępne w placówkach franczyzowych (nie dotyczy placówek własnych Banku). Lista placówek, ze wskazaniem placówek franczyzowych dostępna na getinbank.pl. Udzielenie i wysokość kredytu uzależnione są od wyniku badania i oceny zdolności kredytowej. Materiał nie stanowi oferty w rozumieniu art. 66 Kodeksu Cywilnego. Pośrednik kredytowy jest umocowany przez Getin Noble Bank S.A. do zawierania w imieniu i na rzecz Banku umów o kredyt konsumencki i rachunek bankowy oraz wykonywania czynności faktycznych związanych ze wskazanymi umowami. Getin Bank jest częścią Getin Noble Bank S.A.

Bezproblemowa sprzedaż mieszkania, czyli o czym musimy pamiętać



REGION Sprzedaż mieszkania jest nie lada wyzwaniem i skomplikowanym procesem. Rynek nieruchomości zmienia się. Podobnie jest z przepisami. Dlatego, jeśli podjęliśmy decyzję o sprzedaży lokum, warto skorzystać z pomocy agenta nieruchomości, który nie tylko doradzi, jak atrakcyjnie przedstawić ofertę, ale ją wypromuje, poprowadzi rozmowy negocjacyjne z potencjalnym kupcem, pomoże w przygotowaniu niezbędnej dokumentacji i dopilnuje, by wszystko odbyło się sprawnie.

Agent nieruchomości to nasz zaufany doradca, który ma za zadanie przeprowadzić cały proces sprzedaży jak najszybciej i bezpiecznie z punktu widzenia prawa. Udanie się do biura nieruchomości to gwarancja powodzenia transakcji. To również głos rozsądku, który jest nieoceniony, szczególnie w rozmowach z potencjalnym kupcem, kiedy emocje biorą górę.

Wartość nieruchomości

Już na samym początku procesu sprzedaży możemy mieć problem z wycenieniem nieruchomości. Dlaczego? Niecodziennie zbywamy dom czy nieruchomość. Nie znamy cen obowiązujących w naszym regionie lub na terenie, gdzie znajduje się lokum. Może się zdarzyć, że odziedziczyliśmy dom po babci w drugiej części kraju albo sprzedajemy mieszkanie, w którym spędziliśmy dzieciństwo. Często sentyment bierze górę i wyceniamy nieruchomość wyżej niż jest warta w rzeczywistości. Doświadczony agent wie, że o powodzeniu transakcji decyduje nie tylko satysfakcjonująca dla obu stron cena, ale też liczba potencjalnych kupców i możliwość negocjacji z nimi. Paradoksalnie, za wyższą cenę może odstraszyć zainteresowanych i znacznie wydłużyć proces sprzedaży.

Język korzyści
O przygotowaniu oferty pisaaliśmy szerzej w poprzednich numerach tygodnika. Warto jednak przypomnieć, że stworzenie atrakcyjnego i jasnego przekazu nie jest łatwe. Sprzedając kładzie nacisk na inne elementy oferty niż kupujący. Doświadczony doradca nieruchomości doskonale wie, jak językiem korzyści przedstawić nieruchomość, by była kusząca i budziła zainteresowanie. Korzystając z jego usług, mamy pewność, że znając oczekiwania obu stron, stworzy ofertę zachęcającą dla odbiorców. Co ważne, agent posiada dostęp do platform, na których potencjalni kupcy szukają ofert. Dysponuje też narzędziami promocji, aby wyróżnić ogłoszenie i dotrzeć do jak największej liczby kupców. Jasny komunikat wzbogaci o profesjonalne zdjęcia, na których nie pojawią się zbędne komponenty wystroju mieszkania i będzie panowała harmonia. Zadaniem agenta

jest również pokazanie lokum potencjalnemu kupcowi podczas jego wizyty. Tu również doradca przekazuje rzetelne informacje o obiekcie, ale używając języka korzyści.



Zadaniem agenta jest czuwanie nad bezpieczeństwem prawnym transakcji oraz dopilnowanie, aby przekazanie mieszkania czy domu odbyło się sprawnie. Decydując się na doradztwo Północ Nieruchomości mamy pewność, że bezproblemowo przeprowadzi nas przez wszystkie etapy sprzedaży

Sprawdzi aspekt prawny
Ważnym krokiem po znalezieniu kupca jest przygotowanie całej dokumentacji. I tu możemy napotkać na szereg problemów, szczególnie jeśli odziedziczyliśmy mieszkanie lub je wynajmowaliśmy. Doświadczony agent będzie wiedział, jakie dokumenty dostarczyć notariuszowi i jak wcześniej sprawdzić stan prawny nieruchomości. Nasza wiedza i świadomość mogą okazać się niewystarczające. W zależności od sytuacji poprosi o dostarczenie aktu nabycia nieruchomości, zaświadczenia ze spółdzielni, zaświadczenia o braku osób zameldowanych, wypis i wyrys z rejestrów gruntów itp. Weryfikacja prawna na tym etapie

jest bardzo ważna. Pomaga nam uniknąć nieporozumień po sprzedaży i ewentualnego tłumaczenia się przed sądem. Do transakcji może też nie dojść w przypadku braku księgi wieczystej lub zaległości w opłatach. Agent pomoże w wyprostowaniu dokumentacji, tak by nieruchomości i jej właściciel byli wiarygodni. Co ważne, odpowie na trudne pytania w rozmowach negocjacyjnych, np. o to, jak właściciel zamierza poradzić sobie z kredytem hipotecznym zaciągniętym na zakup sprzedawanego obecnie mieszkania. Pamiętajmy, że notariusz może zażądać przyniesienia takich dokumentów, jak np. wypis aktu notarialnego, postanowienie sądu oraz podstawę nabycia lokalu przez właściciela w przypadku spadku, wypis aktu notarialnego dokumentującego umowę majątkową małżeńską, oświadczenie wierzyciela hipotecznego (podmiotu, na rzecz którego

ustanowiona jest hipoteka), o aktualnej wysokości zadłużenia oraz terminie i warunkach zwolnienia hipoteki w przypadku pełnej spłaty wierzyciela lub oświadczenie wierzyciela hipotecznego zawierające zgodę na wykreślenie hipoteki, umowa przedwstępna sprzedaży, jeśli była podpisywana, zaświadczenie ze wspólnoty mieszkaniowej o braku zaległości w opłatach związanych z eksploatacją lokalu, zaświadczenie o liczbie lub braku osób zameldowanych w lokalu, zaświadczenie o braku zaległości w podatku od nieruchomości i/lub opłacie za użytkowanie wieczyste gruntu, umowa kredytowa wraz z załącznikami. Wcześniejsze uporządkowanie dokumentów pomoże wyeliminować ryzyko niepowodzenia przy sporządzaniu umo-

wy wstępnej oraz właściwej w kancelarii notarialnej.

Decydując się na doradztwo agenta, mamy pewność, że nie tylko przeprowadzi nas przez etapy sprzedaży, uświadomi nt. opłat z nią związanych, ale może nam również towarzyszyć u notariusza. Jego zadaniem jest czuwanie nad bezpieczeństwem prawnym transakcji oraz dopilnowanie, aby przekazanie mieszkania czy domu odbyło się sprawnie. Pomoże w przygotowaniu protokołów i podpisów, jak rozliczyć media, aby zaoszczędzić czas obu stron.

Jeśli jesteś zainteresowany naszą ofertą, zapraszamy do kontaktu z doradcą Północ Nieruchomości Białą Podlaską Klaudią Mikiciuk-Szperą, tel. 885 851 172

ARTYKUŁ SPONSOROWANY

PROFESJONALIŚCI W NIERUCHOMOŚCI

PÓŁNOC NIERUCHOMOŚCI

KUP ✓ SPRZEDAJ WYNAJMU

BIŁA PODLASKA, UL. WARSZAWSKA 15 TEL. 669 494 058

Pamiątki po pilotach opuściły byłe lotnisko

BIŁA PODLASKA Od stycznia tego roku wszystkie instytucje, które korzystały z terenów byłego lotniska, nie mają już takiej możliwości. Swoją siedzibę w budynku byłej wieży kontroli lotów opuściło Stowarzyszenie Seniorów Lotnictwa. Wraz z nim lotnisko opuściły pamiątki po lotnikach, którzy w Białej Podlaskiej działali.

Po tym jak w ubiegłym roku radni miejscy przekazali 64 ha terenu na byłym lotnisku, należącego do gminy miejskiej wojsku, wszystkie podmioty prowadzące na nim działalność na podstawie umowy z miastem, zobowiązane zostały do opuszczenia terenu do stycznia 2020 roku. – W 2020 roku mam tu sformować dwa pododdziały. Rozpoczynamy też remont tego, co już jest w naszym posiadaniu. Prowadzone są rozmowy z właścicielem

jednego z budynków, który wojsko widziało w swoich zasobach jako internat. Cała inwestycja będzie jak budowa nowego osiedla. Potrzebne są budynki, wewnętrzna infrastruktura drogowa, doprowadzenie wodociągów i prądu. Kompleksowo to projekt na 5-6 lat – tłumaczył na jednej z jesiennych sesji rady miasta w 2019 roku generał **Jarosław Gromański**, dowódca 18. Dywizji Zmechanizowanej.

W grudniu ubiegłego roku lotnisko opuścił stacjonujący na nim od 2012 roku SB Lim 2. – Wszystkie podmioty, które korzystały z lotniska na podstawie umów zawartych z miastem, musiały je opuścić do 31 grudnia. Równolegle trwa procedura wyrejestrowywania lotniska i przekazywanie dokumentacji i terenu dla Agencji Mienia Wojskowego – mówił w grudniu **Mariusz**



Członkowie Stowarzyszenia Seniorów Lotnictwa pożegnali się ze swoją bazą w budynku wieży kontroli lotów. Teraz myślą o muzeum

Kozioł, wówczas kierownik lądowiska Biała Podlaska.

Wyprowadzka z lotniska dotyczy również Stowarzyszenia Seniorów Lotnictwa. Na terenie budynku byłej wieży kontroli lotów gromadziło ono wiele pamiątek związanych z lotnictwem. – W obecnie zaistniałej sytuacji pragniemy zachować pa-

mięć o lotnictwie. Jakby nie było, tych 123 lat na niebie Białej Podlaskiej, to ponad wiek. Posiadamy różne pamiątki i pragniemy te nasze zbiory pokazać dla mieszkańców, a szczególnie dla młodzieży – informował **Franciszek Ostrowski**, członek SSL i radny miejski, przy okazji wyprawki z terenów lotniska.

Plan na działalność stowarzyszenia w sferze krzewienia tradycji już jest. – Pracujemy nad tym, by stworzyć filię Muzeum Południowego Podlasia, która będzie eksponować pamiątki związane z lotnictwem własnie. Myślimy o wystawie stałej, którą mogłyby odwiedzać szkolne wycieczki, by poznać przeszłość swojego miasta. Jako stowarzyszenie mamy dużo pamiątek po 61. Lotniczym Pułku Szkolno – Bojowym, który działał na białym lotnisku od 1977 roku do 2000. Jako byli piloci mamy też możliwość sprowadzenia do muzeum innych ciekawych eksponatów, które są w posiadaniu naszych znajomych. Jest co pokazywać i nie chcemy tego chować w szafach. Stąd pomysł, by stworzyć wreszcie pod skrzydłami MPP odpowiednią ekspozycję – wyjaśnia Ostrowski.

Obecnie trwają rozmowy z miastem i muzeum, nad

prawnym umocowaniem przedsięwzięcia i lokalizacją przyszłej wystawy lotniczej. – Myślę, że konkretne uzgodnienia będą zapadały w lutym. Na razie mamy obietnicę władz miasta, o chęci współpracy w tym temacie. Wstępnie omówiliśmy już warunki lokalowe, które miasto mogłoby zapewnić, a stowarzyszeniu mogłyby odpowiadać – dodaje Franciszek Ostrowski.

Lotnicy seniorzy lobbują również za tym, by pamiętać o tradycji związanej z żelaznymi skrzydłami, istniała w przestrzeni miasta nie tylko w formie muzealnych wystaw. – Są plany, by jedno z rond w mieście nazwać nazwą Podlaskiej Wytwórni Samolotów. Chcielibyśmy też jakoś uwiecznić w przestrzeni miasta 61. Lotniczy Pułk Szkolno – Bojowy – przyznaje Ostrowski.

Joanna Danielewicz

Nowa naturalna metoda może zapobiec rozprzestrzenianiu się epidemii głuchoty w Polsce

TO, ŻE ZNÓW SŁYSZY, zawdzięcza wnuczce!

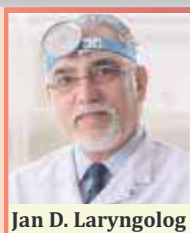
Pani Irena (85 lat) traciła słuch, a wraz z nim pogodę ducha. Z dnia na dzień przestawała słyszeć swoich bliskich, dziennikarkę wiadomości, ekspedientkę w sklepie... Od całkowitej głuchoty uratowała ją wnuczka.

W Polsce co drugi człowiek w wieku 56-95 lat ma poważne problemy ze słuchem. Wśród nich aż 4 na 10 jest w zasadzie głuchy, ale ukrywa te problemy przed bliskimi i znajomymi. Statystyki są alarmujące: 50% ludzi niedosłyszących nie nosi aparatów słuchowych, ponieważ ich na to nie stać. W efekcie ludzie dotknięci niedosłuchem izolują się, przestają wychodzić z domu, spotykać się ze znajomymi. Większość z nich denerwuje się, że inni mówią cicho i niewyraźnie i nie chce (nawet przed sobą!) przyznać się do tego, że po prostu traci słuch.

Operacji się nie doczekała

Pani Irena była jedną z tysięcy osób niedosłyszących w Polsce. Czekając aż 6 lat na operację słuchu tylko po to, żeby po tych 6 latach usłyszeć od lekarza specjalisty: Bardzo mi przykro, ale przy pani niedosłuchu i w pani wieku taka operacja jest poważnym ryzykiem. Mogą nastąpić powikłania, szumy uszne, nieprzewidziane zaburzenia neurologiczne.

— Próbowałam pogodzić się z tym, że prawie nic nie słyszę — wspomina pani Irena. — Ale jak? Córka, zięć i wnuki starali się jak mogli. A ja siedziałam przy stole, uśmiechałam się do nich, ale... nic nie rozumiałam, co do mnie mówią! Syn wściekał się, że głośno słucham wiadomości, uciekałam więc i zamykałam się w swoim pokoju. Próbowałam już wielu aparatów słuchowych, ale jakoś dźwięku była w nich okropna. Te aparaty tak człowieka denerwują, te wszystkie piśki, trzaski, gwizdy. Wolałam już być głucha jak pień niż je nosić! — opowiada.



Jan D. Laryngolog

Specjalista ds. układu słuchowego

Muszę otwarcie przyznać, że gdy moi pacjenci przychodzili do mnie z tymi plastrami, byłem do nich sceptycznie nastawiony. Wiedziałem, że ta metoda jest w 100% bezpieczna, ale sądziłem, że na niewiele się zda. Powiem szczerze, byłem mocno zaskoczony, gdy jedna z moich pacjentek przyszła do mnie po kilku tygodniach stosowania plastrów na wizytę kontrolną. Po badaniach okazało się, że słuch poprawił się aż 5-krotnie, regeneracji uległ cały układ słuchowy, dzięki czemu zanotowano poprawę jakości słyszalnych dźwięków o 87%, a spektrum słyszalności niskich i wysokich tonów wróciło do poziomu jaki odnotowujemy u osób około 25-30 roku życia. Z ekscytacją muszę przyznać, że w końcu doczekaliśmy się rewolucji w walce z dolegliwościami układu słuchowego!

— Tak naprawdę wszystko zawdzięczałam mojej kochanej wnuczce, która pracuje jako pielęgniarka w ekskluzywnym domu starców w Szwajcarii nad jeziorem Bodeńskim.

Czego tam nie ma! Baseny, masaże, zabiegi, nowoczesne terapie — no wszystko! Beata [wnuczka pani Ireny] poruszyła niebo i ziemię, żeby jakoś uratować mój słuch, który pogarszał się w zastraszającym tempie. Przyszła do mnie pewnego dnia i mówi: Wiesz, Babciu, moi podopieczni z ośrodka, w którym pracuję, dostają taką naturalną kurację zamkniętą w naklejkach za uchem, po której słuch im się poprawia. Przywiozłam Ci ją! Uśmiechnęłam się, bo jak niby jakieś tam plastry pomogą, jak nie pomógł sam lekarz, taki specjalista. Ale Beata jest uparta i kupiła mi tę kurację. Nie chciałam jej robić przykrości, więc naklejałam plastry zgodnie z zaleceniami. Mój lekarz powiedział, że

to na pewno mi nie zaszkodzi, ale i pewnie nie pomoże...

Czy lekarz miał rację?

— Kurację rozpoczęłam w marcu. W maju zorientowałam się, że znów słyszę ludzi w autobusie, na ulicy, że słyszę, co do mnie mówią! Nie musiałam już ciągle prosić o powtórzenie. Myślę sobie: cuda się nie zdarzają, może mi się zdaje?... Ale tak już zostało! Znowu słuchałam chętnie radia i telewizji, zaczęłam odwiedzać znajomych, chętnie przebywać z rodziną. Nie wyobrażacie sobie, jakie to uczucie znów słyszeć ludzi wokół siebie!

Lekarz był zбитy z tropu...

Pani Irena zrobiła po kuracji badanie słuchu i okazało się, że słyszalność w obu uszach znacznie się poprawiła, zwłaszcza słyszenie mowy ludzkiej. Fakty są takie, że dzięki tej kuracji słuch pani Ireny nie tylko przestał się pogarszać. Próg słyszenia w uszach znacząco podniósł się. Kuracja zawiera bowiem naturalny składnik, który silnie pobudza krążenie mózgowe, regeneruje komórki słuchowe i wspiera procesy naprawcze nerwu słuchowego. Jest to środek w 100% naturalny i bezpieczny.

Szwajcarska kuracja poprawiająca słuch jest od niedawna dostępna również w Polsce w sprzedaży telefonicznej. Obecnie trwa promocja: pierwsze 150 osób, które zadzwoni w terminie, otrzyma zniżkę.



Pani Irena K. z Wrocławia z wnuczką Beatą

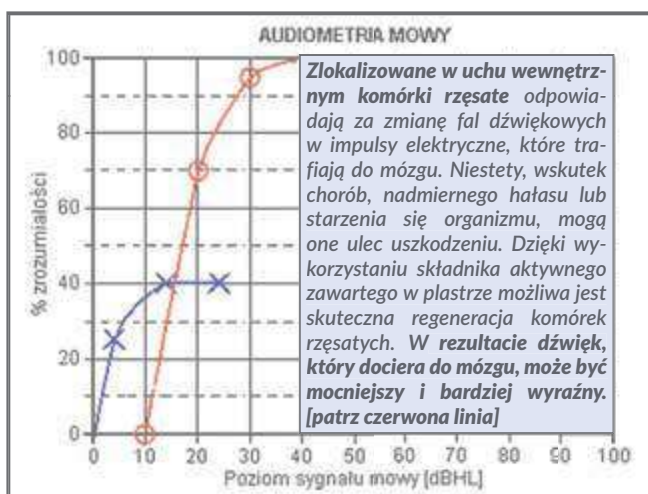


Głuchota już mi nie grozi!

Podczas rozmowy z siostrą, która od lat mieszka w Anglii, żaliłam się jej, że mój słuch jest w opłakanym stanie - ledwo

słyszałam, co do mnie mówi. Siostra powiedziała „Krysiu, nie martw się, już niedługo będziesz słyszeć jak w młodości! Wyślę Ci specjalne plastry, tutaj wszyscy ich używają zamiast aparatów słuchowych. Zapewniam Cię, to prawdziwy hit - spróbujesz i się przekonasz!”. Miałam już dosyć aparatu, który podrażniał mi uszy, więc długo się nie zastanawiałam. I nie żałuję! Jak tylko otrzymałam przesyłkę, od razu naklejałam plastry za uchem. Mięły 3 tygodnie, a ja słyszę wszystko głośno i wyraźnie, nawet stojąc tyłem do rozmówcy. Dźwięk jest czysty, bez żadnych zakłóceń. Nigdy bym nie pomyślała, że technologia tak poszła do przodu. Gdyby nie te plastry, zupełnie bym ogłuchła!”

Krystyna Z., 64 lata, Jasło



LIMITOWANA OFERTA DLA PIERWSZYCH 150 OSÓB

Pierwsze 150 osób, które zadzwoni do 28 stycznia 2020r., dostanie **gwarantowane 72% zniżki!** Otrzymasz wówczas szwajcarskie plastry, które poprawiają słuch i niwelują szumy uszne **tylko za 323 zł 87 zł (przesyłka GRATIS)!**

Zadzwoń: 81 300 34 46

Poniedziałek - Niedziela 8:00 - 20:00
(Zwykle połączenia lokalne bez dodatkowych opłat)

Na Bukaciarni pomiędzy Drelowem a Żerocinem ma powstać kurza ferma. Mieszkańcy zapowiadają stanowczy sprzeciw

„To miejsce miało być zieloną ostoją”

GMINA DRELÓW Po raz kolejny ludzie mobilizują się, by nie dopuścić do budowy kurzej fermy. Tym razem kurniki mają powstać na tzw. Bukaciarni pomiędzy Drelowem a Żerocinem. Stowarzyszenie przeciwko budowie jest już w trakcie zawiązywania, a właściciele sąsiadujących działek otwarcie mówią, że taka inwestycja będzie dla nich uciążliwa i będą walczyć wszelkimi możliwymi sposobami. Wójt Piotr Kazimierski oferuje im swoje wsparcie.

PAULINA CHODYKA

Na początku grudnia ubiegłego roku do urzędu gminy w Drelowie wpłynął wniosek kolejnego inwestora o wydanie decyzji środowiskowej dla budowy ośmiu kurników pomiędzy Drelowem a Żerocinem na tzw. Bukaciarni. W każdym budynku maksymalnie hodowanych miałoby być jednocześnie 63 tys. zwierząt. Mieszkańcy sąsiadujących działek od razu po wpłynięciu pisma postanowili zaprotestować, ponie-

waż widzą w inwestycji przyszłe uciążliwości. – Mamy z żoną działkę niedaleko planowanej inwestycji. Nie wyobrażamy sobie takiego sąsiedztwa. Chcieliśmy założyć gospodarstwo agroturystyczne i jak mamy to zrobić, skoro niedaleko ma powstać kurza ferma. To miało być miejsce, które będzie dla mnie i moich najbliższych zieloną ostoją, cudownym, cichym miejscem do odpoczynku i ukojenia. Nie będzie takie, jeśli w odległości kilkuset metrów powstaną kilka kurników – tłumaczy **Grzegorz Szymański**, właściciel sąsiadującej z inwestycją działki.

Będzie z tego niesamowity smród

Mężczyzna zwraca również uwagę na czynniki zagrażające zdrowiu, które generuje taka inwestycja. – Nie dość, że będzie z tego niesamowity smród, to boimy się też o zdrowie nasze i naszych dzieci. Wszelkie pyły, używane środki chemiczne i bakterie z kurników przenoszone przez wiatr zagrażają zdrowiu i życiu. Jak mamy się więc godzić na takie inwestycje? – dopytuje zdenerwowany. Tłumaczy również, że kilka lat temu inny przedsiębiorca



W pobliżu działki Grzegorza Szymańskiego ma powstać kurza ferma. On i mieszkańcy Drelowa chcą zapobiec wybudowaniu ośmiu kurników

chciał wybudować w tym miejscu fermę, jednak udało się tego uniknąć, bo zgodnie z przepisami działka, na której mają powstać kurniki znajduje się zbyt blisko sąsiednich. – Teraz okazuje się, że zgodnie z wyliczeniami nowego inwestora działki są w odpowiedniej odległości, by na Bukaciarni powstała kurza ferma. Skąd niby pojawiło się te kilkadziesiąt metrów więcej nie wiem – zastanawia się Szymański.

Sprzeciw zgłaszają również inni mieszkańcy Drelowa, którzy nie chcą problematycznej inwestycji w pobliżu swoich domostw, a do tego skarżą się, że ciężarówki dowożące np. paszę czy sprzęt zniszczą drogę dojazdową do ich

domów. Niedawno odbyło się spotkanie mieszkańców obu miejscowości, by wspólnie zastanowić się nad przyszłymi działaniami i możliwością zablokowania inwestycji. Powstał pomysł założenia stowarzyszenia, które pomogłoby w walce z inwestycją. Aktualnie jest w fazie konstruowania struktury i wybierania zarządu. Powstające jak grzyby po deszczu kurze fermy, to problem wielu mieszkańców powiatu białskiego i nie pierwszy w gminie Drelów.

Paskudny widok, ciężar dla mieszkańców

Podobny mają mieszkańcy Aleksandrówki, którzy już rok temu założyli stowarzy-

szenie przeciwko rozbudowie kurzej fermy, która kilka lat temu powstała w ich wsi. – U nas problem jest tym większy, że kurniki stoją w środku wsi. Smród jest nie do wytrzymania, szczególnie latem. A teraz dowiadujemy się, że inwestor chce rozbudować fermę. Cały czas jednak walczymy, za każdym razem zgłaszamy, jeśli według nas pojawiają się jakieś nieprawidłowości. Tak było w przypadku wywożenia gnoju z kurników na sąsiadujące pola, który nie był nawet niczym zabezpieczony. To nie tylko paskudny widok, ale przede wszystkim niewyobrażalny smród. Nie poddajemy się, a nasze stowarzyszenie cały czas monitoruje działalność inwestora

– mówi z kolei prezes Stowarzyszenia Nowy Staw, **Małgorzata Piątek**.

Wszystkie działania mieszkańców obiecuje wspierać wójt **Piotr Kazimierski**. – Jeśli tylko będę miał taką możliwość będę blokował inwestycje, które są uciążliwe dla mieszkańców. Przy takim sprzeciwie lokalnej społeczności nie mogę postępować inaczej. Zależy nam oczywiście na rozwoju gminy i nie sprzeciwiamy się przecież wszystkim przedsięwzięciom. Podkreślę jednak, że większość inwestorów, którzy ubiegają się o budowę ferm jest spoza naszej gminy. Nie będę ukrywał, że zdecydowanie przychylniej patrzymy na swoich, a ci którzy są spoza naszego terenu i mimo tego chcą budować tu inwestycje, będąc ciężarem dla mieszkańców, muszą się liczyć także ze sprzeciwem samorządu. Bacznie przyglądamy się takim przedsięwzięciom i jeżeli to tylko możliwe, reagujemy i wspieramy mieszkańców – mówi wójt. Przypomnijmy, że na terenie gminy Drelów funkcjonuje obecnie pięć kurzych ferm, a do urzędu trafiły cztery nowe wnioski o wydanie decyzji środowiskowej w sprawie budowy nowych ferm.

Nie będzie fermy w środku wsi

GMINA DRELÓW Mieszkańcy Żerocina otrzymali ważną dla nich informację, która wielu pozwoli pogodzić spoglądać w najbliższą przyszłość. Mając na względzie dobro społeczeństwa, zewnętrzny inwestor oficjalnie wycofał się z planów budowy rozległej fermy brojlerów w centrum miejscowości.

17 stycznia urzędu wpłynęło pismo, w którym Iwona i Piotr Mielnicki wnoszą o wycofanie wniosku z 21 września 2018 r. o wydanie decyzji środowiskowej w sprawie „Budowy fermy brojlerów” na posiadanej działce w Żerocinie, jednocześnie informując, iż wycofują się z planowanej inwestycji.

„W nawiązaniu do spotkania z przedstawicielami mieszkańców miejscowości Żerocin i przeanalizowaniu



FOT. ARCHIWUM

powstałej sytuacji społecznej, stwierdziliśmy, że realizacja inwestycji możliwa jest jedynie w zgodzie z interesem mieszkańców. Jesteśmy zdania, że dobro mieszkańców, spokój społeczny jest ważniejsze, niż budowa fermy. W dzisiejszych czasach takie wartości muszą zawsze stać ponad interesem finan-

sowym. Inwestycja tego rodzaju może być realizowana tylko w zgodzie z interesem mieszkańców i wychodzić naprzeciw ich oczekiwaniom” – informują inwestorzy.

Piotr Mielnicki wcześniej spotkał się z sołtysiem i przedstawicielami rady sołectkiej w obecności starosty Mariusza Filipiuka w siedzibie starostwa, by przedstawić swoją decyzję. – W imieniu mieszkańców dziękuję za spotkanie i wspólne pochopenie się nad zaistniałą sytuacją – powiedział sołtys Żerocina **Tomasz Bieniek**. – Wyrażamy wdzięczność państwu Iwonie i Piotrowi Mielnickim za zrozumienie naszej troski o spokojny byt mieszkańców i rozwój naszej miejscowości, którą – mamy nadzieję – będą chętnie zasiedlać młode rodziny.

Anna Ostapiuk

Koniec aktywnych kobiet

GMINA DRELÓW Urząd poinformował o zakończeniu działalności Stowarzyszenia Kobiet Aktywnych Gminy Drelów powstałego w 2009 roku.

Organizacja zakończyła swą działalność na mocy uchwały Nadzwyczajnego

Walnego Zebrania Członków Stowarzyszenia Kobiet Aktywnych Gminy Drelów. Obecnie w VI wydziale gospodarczym Krajowego Rejestru Sądowego w Sądzie Rejonowym Lublin-Wschód z siedzibą w Świdniku trwa procedura likwidacji stowarzyszenia.

Likwidatorem ustanowiona została Anna Bobrek. Ewentualne roszczenia można składać do 31 stycznia 2020 r. na adres: Stowarzyszenia Kobiet Aktywnych Gminy Drelów, Drelów ul. Ogrodowa 2, 21-570 Drelów.

(ao)

Pamięć o Unitach wciąż żywa

GMINA DRELÓW W 146 rocznicę męczeństwa Unitów Drelowskich uczniowie i absolwenci drelowskiej szkoły przedstawili spektakl „W imię Boże” przybliżający historię unickiego skazańca Ignacego Daniluka.

Owacją na stojąco nagrodziła młodych aktorów publiczność zgromadzona 17 stycznia w Gminnym Centrum Kultury w Drelowie, gdzie odbyła się wzruszająca uroczystość w hołdzie patronów drelowskiej szkoły. Tego dnia, tradycyjnie uczniowie szkoły zaprezentowali spektakl poświęcony tragicznym losom Unitów Drelowskich. Tegoroczny scenariusz sztuki opracowała **Katarzyna Polewska**. – Przez siedemnaście lat gimnazjum przygotowywało spektakle, więc podjęliśmy się przygotowania takiej sztuki teatralnej. W ramach castingu wybraliśmy grupę i co tydzień robiliśmy próby, po dwie godziny w piątki – przybliżyła przygotowania autorka scenariusza.

Dzięki warsztatom z zawodowymi aktorami, Bożeną i Jackiem Dragun, którzy zajęli się reżyserią utalentowana młodzież stanęła na wysokości zadania. Perfekcyjnie opanowane teksty, śmiałość i odwaga sceniczna wywarły wraże-



FOT. ANNA OSTAPIUK

Jak co roku przygotowano spektakl przypominający losy drelowskich unitów

nie na licznej publiczności. – Jesteśmy dumni z uczniów i absolwentów. Od października poświęcacie swój wolny czas, w każdy piątek zamiast przebywać w domu spotykaliście się tutaj, aby ćwiczyć te kwestie, aby być również ze sobą – podkreśla **Dorota Sawczuk**, dyrektor szkoły. – Jesteście cudownymi aktorami, pani Kasia zrobiła z was zawodowców. Myślę, że w dobre ręce przekazałam to dziedzictwo unickie – dziękowała aktorom **Ewa Strok**, dotychczasowa organizatorka corocznych spotkań.

Obecny na uroczystej premierze biskup siedlecki ks. Kazimierz Gurda również nie krył wzruszenia wyrażając swoją wdzięczność za trud wkładany w coroczną

inicjatywę. Z kolei wójt **Piotr Kazimierski** przypomniał, że miejscową społeczność łączy fundamentalne wartości. – Wytrwać w wierze ojców dla unitów, dla naszych bohaterów, to było oczywiste, dla nas też takie powinno być. Teraz, dzięki temu, że nasi ojcowie wytrwali w wierze i dali wsparty przykład, możemy się cieszyć wolną niepodległą ojczyzną – wyznał. Coroczne spektakle przygotowywane przez społeczność drelowskiej szkoły wystawiane były wielokrotnie w wielu miejscowościach. Aktorzy gościli m.in. w lubelskim ratuszu, w Muzeum Józefa Ignacego Kraszewskiego w Romanowie oraz w okolicznych miejscowościach.

Anna Ostapiuk

– Utrzymanie oświaty jest zadaniem samorządu, ale subwencja miała to pokrywać. To dla nas dramat inwestycyjny – ostrzega Zbigniew Kot

Ten rok jest ogromnym wyzwaniem

MIĘDZYRZEC PODLASKI O podsumowaniu ubiegłego roku w inwestycjach, planach na obecny, problemach związanych z wydatkami na oświatę i ograniczeniu wydarzeń kulturalnych oraz o innych sprawach ważnych dla lokalnej społeczności z burmistrzem **Zbigniewem Kotem** rozmawia **Paulina Chodyka**.

Jak podsumuje pan kolejny rok zarządzania miastem? Co było powodem do zadowolenia w roku 2019, a jakich planów nie udało się zrealizować?

W minionym roku przede wszystkim kontynuowaliśmy działania wynikające z umów podpisanych z urzędem marszałkowskim. Zajęci byliśmy także przygotowaniem nowych projektów, przygotowane wnioski dotyczyły m.in. dofinansowania instalacji odnawialnych źródeł energii. Pozyskaliśmy pieniądze z Funduszu Dróg Samorządowych na inwestycje w ulicach Adamki i Pułaskiego. Południowa część miasta została zauważona. Mieszkańcy przez lata znosili fatalny stan ulicy, aż wreszcie udało się wyeliminować te uciążliwości. Zakończyliśmy też wymianę oświetlenia ulicznego na ledowe oraz budowę nowej siedziby Warsztatu Terapii Zajęciowej. To był też ważny rok dla naszych przedsiębiorców. Jako samorząd

wspieraliśmy rozbudowę Wipaszu i przygotowania do kolejnych inwestycji, m.in. rozpoczęcia budowy nowej siedziby Nadleśnictwa Międzyrzec w strefie nowoczesnych usług i produkcji przy ulicy Kaczyńskiego. Rozpoczęcie swoich inwestycji na tym terenie planują dwaj kolejni inwestorzy. Z kolei firma ZREMB otrzymała spore środki unijne na modernizację swojego zakładu, Sedar również inwestuje.

Jednak najważniejszą inwestycją z pewnością jest budowa obwodnicy wschodniej miasta. Czy w tej sprawie udało się panu uzyskać jakiegokolwiek pozytywne sygnały ze strony zarządu województwa? Jak przedstawia się perspektywa budowy tej drogi?

Bardzo się cieszę, że na nasz apel był odzew ze strony ministerstwa infrastruktury, senatora Grzegorza Biereckiego i zarządu województwa. Są propozycje i deklaracje, więc czekamy tylko na ustabilizowanie się sytuacji politycznej i podjęcie tematów, które nam przekazano.

Zarząd województwa chce ująć tę inwestycję na liście projektów priorytetowych w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Lubelskiego na lata 2021–2027. Może się wydawać, że to daleka perspektywa, ale przypomnijmy ile już czekamy na budowę naszego odcinka autostrady A2. Będę namawiał marszałka na szybkie podjęcie decyzji i przygotowanie doku-



Zbigniew Kot zapowiada, że ze względu na m.in. zbyt niską subwencję oświatową ograniczona zostanie ilość wydarzeń kulturalnych w mieście

mentacji budowlanej, bo to pozwoli przyspieszyć tempo wykonania obwodnicy. Mając projekt budowlany nie musielibyśmy czekać na rozpoczęcie inwestycji do 2027 roku, tylko wystartować wcześniej. Budowa mogłaby się rozpocząć na koniec tej kadencji samorządu i wpisać w politykę rozwojową samorządu województwa. Otworzyłbyśmy również na ofertę senatora Biereckiego dotyczącą funduszu budowy 100 obwodnic. Będziemy obserwować, jak będzie nabierał kształtu ten nowy rządowy program. Poprosimy senatora, aby pomógł nam z niego skorzystać.

Samorządy biją na alarm, że w tym roku mogą mieć problemy z realizacją nowych inwestycji. Czy przewiduje pan takie problemy w Międzyrzeczu?

2020 rok jest dla nas ogromnym wyzwaniem. Na pewno budżet negatywnie odczuje zmianę wielkości stawki PIT, czy zaprzestanie poboru podatku dochodowego od osób do 26 roku życia. Poza tym doszło do zmian w wielu innych obszarach, które mają bezpośredni wpływ na zmniejszenie dochodów samorządów. Trudno jest planować i realizować inwestycje, jeżeli otoczenie

jest nieprzewidywalne na przestrzeni kadencji. Z doniesień medialnych wiemy, że wszystkie samorządy obecnie zachowują dużą ostrożność planując wydatki. Od lat powtarzamy, że ogromnym wyzwaniem jest dla nas finansowanie oświaty. Subwencja oświatowa na przyszły rok w przypadku Międzyrzecza jest w wysokości około 14,4 mln zł, a my do utrzymania szkół musimy dołożyć 13,5 mln zł, czyli prawie drugie tyle. Te proporcje z roku na rok zmieniają się na naszą niekorzyść i coraz więcej musimy dokładać. Nie możemy co roku podwyższać mieszkańcom podatków, po to żeby inwestować. Utrzymanie oświaty jest zadaniem gminy, ale subwencja miała to pokrywać. To dla nas dramat inwestycyjny. Wszyscy szukamy oszczędności. Będzie mniej pieniędzy na dodatkowe zajęcia edukacyjne, sportowe i kulturalne. Będzie mniej wydarzeń.

Jak przedstawia się budżet na rok 2020? Jakie inwestycje będą priorytetowe?

W czerwcu zakończy się wielomilionowa inwestycja na międzyrzeckich jeziorach oraz termomodernizacja budynku Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej. We współpracy z powiatem chcemy dokończyć ulicę Zarówie oraz wybudować chodnik w ul. Piłsudskiego. Wybudujemy też kolektory deszczowe na ul. Zahajkowskiej oraz częściowo usuniemy linię średniego napięcia na międzyrzeckich jeziorach. Jest też duża szansa, że wybudujemy ulicę

Modrzewiową w ramach Funduszu Dróg Samorządowych. W parku Potockich z inicjatywy mieszkańców w ramach realizacji budżetu obywatelskiego, pojawi się kolejny plac zabaw.

Mieszkańcy najczęściej pytają o budowę hali sportowej przy ZPO nr 1, mówi się też o modernizacji sali kinowej, czy jest szansa na rozpoczęcie w tym roku tych przedsięwzięć?

Co prawda nie rozpoczęliśmy modernizacji sali kinowej, ale złożyliśmy wniosek w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego o dofinansowanie tego zadania. Przez ostatnie lata w kinie przeprowadzono małe remonty. W 2020 roku rozpoczniemy prace związane z przygotowaniem modernizacji kina za nasze pieniądze. Jeżeli wniosek przejdzie procedury konkursowe i dostaniemy dotację, to poprowadzimy remont w taki sposób, aby nasze wydatki zostały uznane i zrefundowane w oparciu o wnioski. W ten sam sposób przygotowujemy budowę hali widowiskowo-sportowej. Jednak w dużej mierze zależne jest to od programów ministerstwa sportu. Niestety z roku na rok resort przeznacza coraz mniej pieniędzy na tego typu inwestycje. Niemniej jednak działamy w tym kierunku, aby znaleźć fundusze na ten cel. Zakończenie inwestycji w tej kadencji jest wątpliwe, bo to wyzwanie rzędu 10–12 milionów złotych. Należy pamiętać, że to co robimy wymaga również późniejszego utrzymania.

Najzimniejsza impreza

MIĘDZYRZEC PODLASKI Już niebawem na miejscowych jeziorach zostanie zorganizowana nietypowa impreza. 150 pływaków z całej Polski i świata wskoczy do zimnej wody, by rywalizować na kilku dystansach. W międzyczasie odbywać się będzie też tradycyjne morsowanie.



oraz hartowanie organizmu w formie morsowania. – To pierwsza taka impreza w naszym regionie. Tym bardziej cieszy nas fakt, że na trzy tygodnie przed imprezą lista startowa była już zamknięta. Wystartują zawodnicy nie tylko z Polski, ale także z Białorusi czy Rosji – mówi **Rafał Miszkiniuk** z klubu Łodotamacze Biała Podlaska.

Organizatorzy zapraszają wszystkich chętnych do kibicowania pływakom. Oprócz sportowej rywalizacji będzie też gorący poczęstunek i napoje. Impreza odbędzie się 1 lutego, na międzyrzeckich jeziorach przy ul. Zahajkowskiej w godz. 8:00–16:00. Tego nie możecie przegapić!

Paulina Chodyka

Międzynarodowy program wymiany

GMINA MIĘDZYRZEC PODLASKI 6 uczniów Publicznej Szkoły Podstawowej im. Mikołaja Kopernika w Tłuszcach uczestniczyło w wymianie międzynarodowej w ramach programu Erasmus Plus. Odwiedzili Szkołę Yavuz Selim Ortaokulu w Goksun w Turcji, gdzie przeżyli niezapomnianą przygodę edukacyjną, kulturalną i turystyczną.

Natalia Wsół i Jakub Kondracki z klasy VII, Iga Raczynska, Karina Tymoszyk, Paweł Makaruk i Mikołaj Chodziński z klasy VIII pod opieką dyrektora Elżbiety Demczuk i Anny Meleszczuk-Domańskiej uczestniczyło w wyjeździe w ramach programu Erasmus Plus i projektu pn. „Media społecznościowe w celach edukacyjnych.” Celem podróży było tureckie Kayseri, gdzie po przylocie przywitani ich dyrektor szkoły Ramazan Golluce oraz koordynatorki projektu Seden Akel i Irem Atay. – Mimo późnej pory



Młodzież ze szkoły w Tłuszcach uczestniczyła w kilkudniowym wyjeździe do Turcji, w ramach programu Erasmus

zostaliśmy zaproszeni na kolację z tureckimi przysmakami. Następnie poznaliśmy uczniów i nauczycieli ze szkoły w Turcji oraz przybyłych uczniów i koordynatorów partnerskich szkół z Grecji, Bułgarii i Rumunii – opowiada dyrektor **Elżbieta Demczuk**.

Uczniowie wraz z opiekunami dokonali prezentacji szkół, miast, krajów i platformy mediów społecznościowych wykorzystywanych do celów edukacyjnych. Pod-

czas spotkania nauczycieli rozstrzygnięto konkurs na logo projektu. Zwyciężyła propozycja przygotowana przez uczennicę z Turcji. Drugie miejsce zajęło logo przygotowane przez uczennicę klasy V szkoły z Tłuszcach – Aleksandrę Romaniuk. Młodzież uczestniczyła w warsztatach poświęconych umiejętnościom komunikacji i współpracy poprzez wielokulturową pracę grupową oraz opracowywaniu i stosowaniu działań rozwijających

kreatywność. Miały one formę praktycznych ćwiczeń z nauczycielem języka angielskiego. Uczniowie wzięli także udział w debacie na temat zagrożeń związanych z mediami społecznościowymi. Podczas spotkania ustalono także szczegóły związane z wdrażaniem projektu, terminy wymiany uczniów i nauczycieli, omówiono rolę i obowiązki każdej szkoły partnerskiej oraz wytyczne dotyczące kolejnego spotkania, które będzie miało miejsce w marcu w Rumunii.

Dzięki uprzejmości gospodarzy goście z Polski zwiedzili historyczną krainę Kapadokię, miasto Kahramanmaraş oraz Kayseri. Skosztowali też słynnych tureckich smaków: baklawy i lodów Maraş. – Wyjazd był niezapomnianą przygodą edukacyjną, kulturalną i turystyczną – dodaje dyrektor. Wycieczka odbyła się w dniach 30 listopada – 6 grudnia.

Paulina Chodyka

Zużyli, więc dopłacą

GMINA DĘBOWA KŁODA 24 tony – tak dużo według wyliczeń urzędników jest folii rolniczej na terenie gminy. Samorząd ubiega się o dofinansowanie na jej utylizację, ale dopłacić będą musieli też sami gospodarze.

Folia jest coraz częściej wykorzystywanym produktem w gospodarstwach rolnych, szczególnie tych dużych. Nie można jej oddać razem z odpadami komunalnymi. Winna być odrębnie przewieziona i zutylizowana w specjalistycznym zakładzie. Rolnicy musieli złożyć stosowne deklaracje, w których określili jej ilość. Wyliczono, że koszty przetworzenia 24 ton tego odpadu

wyniosą 18 tys. 631 zł. To spory wydatek.

– Złożyliśmy wniosek o dofinansowanie na usuwanie i utylizację folii rolniczej. Z Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska powinniśmy otrzymać 12 tys. 323 zł wsparcia – informowała podczas ostatniej sesji wójt **Monika Mackiewicz-Drag**.

Resztę kwoty, czyli tzw. wkład własny wynoszący 6 tys. 309 zł samorząd musi pokryć we własnym zakresie. W budżecie gminnym trudno jednak będzie znaleźć nawet taką, wydawałoby się niezbyt wygórowaną sumę. – Chcemy, aby ten wkład własny pokryli rolnicy – dodała wójt.

(TWA)

Sto lat w szczęściu i zdrowiu!



FOT. FOT. UG SIEMIEN

GMINA SIEMIEN 100. urodziny świętowała wraz z rodziną Janina Matynkowska z Gródka Szlacheckiego. Z bukietem kwiatów, tortem oraz życzeniami i gratulacjami odwiedzili ją także wójt Tomasz Kanak, kierownik USC Ilona Matejczuk oraz kierownik placówki terenowej KRUS w Parczewie Teresa Hołubowicz. Wręczyli oni jubilatce list gratulacyjny od premiera Mateusza Morawieckiego. Janina Matynkowska wychowała trzech synów i jedną córkę, z którą mieszka od ponad trzydziestu lat. Doczekała się też 11 wnuków, 23 prawnuków i 3 praprawnuków. Mimo sędziwego wieku wciąż cieszy się dobrym zdrowiem i pogodą ducha. Do życzeń dołącza się również Słowo Podlasia.

(TWA)

Zmiany na drogach

POWIAT PARCZEWSKI Aż pięć dróg powiatowych zostanie w tym roku przebudowanych. Wykonawców zadań już wybrano. Na modernizację kolejnych pięciu tras ma być opracowana dokumentacja techniczna.

– Podpisaliśmy umowy na wykonanie inwestycji drogowych, na które pozyskaliśmy dofinansowanie z ostatniego rozdania środków w ramach Funduszu Dróg Samorządowych – informuje wicestarosta **Artur Jaszczuk**. Przebudową Al. Jana Pawła II na odcinku od ronda przy ul. Kościelnej do ronda przy ul. Wojska Polskiego zajmie się Przedsiębiorstwo Robót Drogowo-Mostowych z Parczewa. Ta sama firma wygrała przetarg na przebudowę drogi w Paszenkach. Obydwa zadania mają być wykonane jeszcze w tym roku. PRDM podej-

mie się także przebudowy drogi na odcinku od Rusi do Kodeńca. Na wykonanie tej inwestycji ma czas do przyszłego roku. Z kolei Strabag zajmie się przebudową trasy od skrzyżowania z drogą wojewódzką 820 w Nowym Orzechowie przez Lejno aż do granicy z Łomnicą w gminie Urszulin. Cały odcinek ma być wykonany w tym roku. Przebudowy drogi od Rudna do Radcza jeszcze w bieżącym roku podejmie się przedsiębiorstwo Fedro. W planach do przebudowy przewidziano ul. Lipową na trasie Parczew-Wierzbówka, drogę wraz z mostem w Jasionce, ul. Kościelną w Milanowie, odcinek od torów kolejowych do Gródka Szlacheckiego oraz odcinek od skrzyżowania do RSP w tej miejscowości.

(TWA)

Mimo trudnej sytuacji finansowej w mieście znalazły się pieniądze na inwestycje

Skonstruowali realny budżet

PARCZEW Tegoroczne dochody gminy wyniosą 66 mln 631 tys. 404 zł. Wydatki będą o 3 mln 369 tys. 309 zł wyższe i pokryte zostaną m.in. z kredytów. Mimo malejących wpływów udało się wygospodarować pieniądze również na inwestycje.

TOMASZ WACHULSKI

– Nasze dochody własne z tytułu PIT oraz subwencji z budżetu państwa w stosunku do ubiegłego roku zmalały o 1 mln 900 tys. zł. Stworzenie tego budżetu było ogromnym wysiłkiem. Powinniśmy jednak mieć odczucie, że mimo trudnej sytuacji finansowej został przygotowany realny budżet. Z jednej strony pokrywa zapotrzebowanie na bieżące wydatki, a z drugiej uwzględnia inwestycje – tłumaczy burmistrz Parczewa **Paweł Kędracki**.

Tegoroczne wydatki wliczono na 70 mln 713 zł.



FOT. FOT. ARCHIWUM

Stworzenie tego budżetu było bardzo trudne. Niemniej jednak udało się nam zaspokoić bieżące potrzeby i wygospodarować pieniądze na inwestycje

Najwięcej pójdzie na oświatę i wychowanie. Będzie to kwota aż 23 mln 722 tys. 479 zł. Przy czym subwencja wyniesie zaledwie 10 mln 457 tys. 873 zł. Ponad 13 mln zł miasto musi dołożyć z własnego budżetu. Drugim pod względem wielkości wydatkiem będzie pomoc społeczną. Aż 13 mln 27 tys. zł trafi do mieszkańców w ramach

świadczenia 500+. Kolejne 5 mln 307 tys. zł zostanie wypłacone w ramach różnego rodzaju świadczeń rodzinnych i funduszu alimentacyjnego.

Sporą część budżetu zje administracja. Na ten cel zapisano 5 mln 7 tys. 150 zł. Z czego 4 mln 228 tys. 367 zł pochłona wynagrodzenia i pochodne, nagrody jubileuszowe, zakup materiałów biurowych i sprzętu oraz szkolenia. 212 tys. zł ma kosztować utrzymanie rady miejskiej. Do niezbędnego minimum obcięto wydatki na promocję. Będzie to zaledwie 36 tys. 600 zł.

Znalazły się pieniądze na inwestycje, choć nie było to łatwe. Na realizację programów i projektów z udziałem funduszy unijnych zapisano 6 mln 337 tys. 729 zł. Mieszkańcy mogą w tym roku liczyć na montaż solarów i paneli fotowoltaicznych za 1 mln 323 tys. 920 zł. Ponad 4 mln zł ma kosztować kontynuacja projektu rewitalizacyjnego „Parczew – tradycja, pasja, nowoczesność – Plac

Wolności otwarty na kulturę i integrację” oraz utworzenie Centrum Spotkań Międzykoleńskich.

W planach inwestycyjnych ujęto również trochę mniej kosztownych zadań. 537 tys. 894 zł miasto przekaże starostwu na wsparcie przebudowy Al. Jana Pawła II na odcinku od ronda przy ul. Kościelnej do ronda przy ul. Wojska Polskiego. Na budowę ulicy Zbożowej w Parczewie zapisano 1 mln 57 tys. 433 zł. Budowa ścieżki pieszo-rowerowej w Koczergach będzie kosztowała 12 tys. 500 zł. Kolejne 12 tys. 200 zł to koszt ocieplenia świetlicy wiejskiej w Babiance. Na zakup i montaż klimatyzacji w świetlicy wiejskiej w Sowinie zapisano 15 tys. 800 zł. Wygospodarowano również 20 tys. zł na kostkę brukową w ramach budowy chodnika w Laskach oraz 8 tys. zł na remont boiska w Przewłocze. Gmina kupi i zamontuje też tzw. urządzenia zabawowe na boisko w Zaniówce, co będzie kosztowało 13 tys. zł.

Cichosz podsumował cały ubiegły rok

GMINA MILANÓW To był udany rok dla Stowarzyszenia Cichosz działającego na rzecz mieszkańców sołectwa Cichostów. Organizacja na realizację zamierzonych celów pozyskała aż 67 tys. 926 zł z funduszy zewnętrznych.

Aktywiści podejmują różnego rodzaju działania na rzecz rozwoju sołectwa i integracji mieszkańców. – Miniony rok był dla nas sprawdzianem, czy po szalonym 2018 roku jesteśmy w stanie utrzymać tempo projektowe, czy nasze działania i pomysły dalej będą wspierane. Zastanawialiśmy się, czy pierwszy tył dotacji, jaki na nas spłynął nie zakończy się nagle odcięciem „tłenu” – tłumaczy **Konrad Dąbrowski** ze Stowarzyszenia Cichosz.

Przypomnijmy, że w styczniu 2018 roku organizacja



FOT. ARCHIWUM

W lutym stowarzyszenie uruchomiło mobilną serdeczną biblioteczke.

starła się o dofinansowanie z Fundacji Tesco na budowę ścieżki rowerowej w Cichostowie, ale w konkursie zajęła trzecie miejsce i otrzymała tylko 1000 zł na działania statutowe. W lutym uruchomiła mobilną serdeczną biblioteczke, na co otrzymała 5 tys. zł dotacji z Fundacji Orlen.

Z kolei w marcu, w ramach projektu „Moja mała ojczyzna”, Cichosz pozyskał 19 tys. 930 zł na budowę drewnianej altany służącej mieszkańcom do spotkań oraz organizowania imprez. W tym samym miesiącu dzięki 24 tys. zł pozyskanym z Fundacji PZU ustatuiła też dwa wyświetlacze

prędkości rzeczywistej, które mają przypominać piratom drogowym o ograniczeniu prędkości.

W kwietniu mieszkańcy się zjednoczyli i wysprzątało pobocza oraz rowy przy drodze prowadzącej przez wieś. W maju stowarzyszenie włączyło się w zorganizowaną przez Caritas akcję „Kilometry dobra”, zaś w czerwcu pozyskało 1000 zł na cele statutowe. Taką samą kwotę dostali we wrześniu, więc zorganizowali wycieczkę dla mieszkańców do Poleskiego Parku Narodowego. Potem były Europejskie Dni Dziedzictwa, sprzątanie świata, a w grudniu spotkanie z Anną Solską-Mackiewicz, która opowiadała o tym, jaki był jej mąż Tomasz Mackiewicz. To spotkanie było związane z promocją książki o Tomku zatytułowanej „Czapkins”.

Tomasz Wachulski

Wielki artysta na domowym koncercie

POWIAT PARCZEWSKI Ragnar Ólafsson z Islandii – muzyk, multiinstrumentalista i kompozytor rozpoczyna trasę koncertową. Zagra w Polsce, w Czechach i w Niemczech. Jednym z jego przystanków jest Wierzbówka koło Parczewa.

Artysta, którego dwa albumy dotarły na szczyt listy najpopularniejszych płyt w Islandii wystąpi w kilkunastu miastach i miasteczkach. Zaśpiewa też w Wierzbówce,

w prywatnym mieszkaniu, 18 lutego. Impreza rozpocznie się o godzinie 18. Liczba miejsc jest ograniczona do 30. Wejściówka to tzw. co łaska.

– W trakcie koncertu zostanie puszczony kapelusz. Wrzucisz ile będziesz chciał lub chciała. Sugerowana kwota to 15 zł (nie wypada wrzucić mniej, ale wypada wrzucić więcej). Będzie to koncert akustyczny więc prosimy o wyciszenie telefonów oraz innych urządzeń



FOT. AGENCJA BORÓWKA MUSIC

Liczba miejsc na koncert tego artysty jest ograniczona. Na domowe granie może wejść tylko 30 osób. Zainteresowani powinni się pospieszyć

elektrycznych. Na koncert można przynieść jedzenie oraz napoje. Weźcie kaptcie, koc i poduszkę, bo na kocu jest wygodniej niż na podłodze, a w kapiach cieplej – mówi **Bartek Borowicz** z Agencji Artystycznej Borówka Music, która jest organizatorem wydarzenia.

Zainteresowani szczegółowe informacje na temat koncertu uzyskają wysyłając maila na adres: borowkamusic.promocja@gmail.com

Tomasz Wachulski

Temat stanu zdrowia łabędzi na radzyńskich stawach wciąż absorbuje mieszkańców

Radzynianie mówią: padły dwa łabędzie. Miasto nie potwierdza

RADZYŃ PODLASKI Po tym jak światło dzienne ujrzała sprawa padłego pod koniec grudnia łabędzia bytującego na stawach przy radzyńskim pałacu, mieszkańcy alarmują, że to nie pierwszy przypadek, bo jeden łabędź padł w listopadzie. Urzędnicy miejscy twierdzą, że o drugim przypadku nic nie wiedzą.

JOANNA DANIELEWICZ



Mieszkańcy twierdzą, że w ostatnim czasie zdechły dwa łabędzie bytujące na radzyńskich stawach przy pałacu. Miasto nie potwierdza tych doniesień

Sprawa łabędzi stała się publiczna po wystąpieniu mieszkanki Radzyna Podlaskiego na sesji rady miasta pod koniec grudnia. Opowiadała wówczas o akcji, jaką mieszkańcy przeprowadzili w centrum miasta, próbując zagonić młodego łabędzia z ruchliwej ulicy do ostoi na stawach. Jak wspomina mieszkanka zaangażowana w akcję z łabędziem, ludzie zatrzymywali pędzące ulicą samochody i zmusili skołowanego ptaka, który znalazł się na ulicy, do przemieszczania się w kierunku stawów. Kobieta dodaje, że o sytuacji powiadomiona była policja, po jakimś czasie pojawił się pracownik weterynarii, która współpracuje z miastem. – Nie dojechał pracownik urzędu miasta, choć był poinformowany, a my mieliśmy nawet informację, że jest w drodze –

wspomina kobieta. Między innymi dlatego postanowiła wystąpić na sesji miejskiej, by uzyskać informację, kto odpowiada za dobrostan łabędzi na radzyńskich stawach.

Pytanie zasadne tym bardziej, że kilka dni wcześniej padł jeden z ptaków i jak wówczas informowała mieszkanki radzyńskiego magistratu **Anna Wasak**: – 21 grudnia na prośbę urzędnika miejskiego interweniował lekarz weterynarii. Ptak wyszedł na ulicę i latał nisko, przez co powodował zagrożenie dla siebie i ruchu drogowego. Ponieważ nie było możliwości schwytania ptaka, zdiagnozował go na podstawie jego wyglądu i zachowania. Łabędź był osłabiony, miał bladą błazkę dziobową, co jest objawem anemii. Postawio-

na została diagnoza: anemia spowodowana nicieniami z podejrzeniem salmonellozy. Łabędzie miały podawany z jedzeniem antybiotyki. Mimo tych działań jeden łabędź padł 27 grudnia. Został zabezpieczony i 30 grudnia przekazany specjalistycznej firmie do utylizacji – relacjonowała rzeczniczka magistratu.

Zapewniła, że po tym zdarzeniu na stawie bytują trzy łabędzie. – Są to ptaki dzikie, wolno żyjące, nieprzypisane do radzyńskich stawów, bywają widziane też na cegielni, w Borkach i w Ustrzeszy – zaznacza rzeczniczka.

Pytanie brzmi więc, w jakiej rzeczywistej kondycji są radzyńskie łabędzie? Po informacjach związanych z padnięciem jednego pod koniec grudnia i dziwnym zachowaniem innego, w tym



Anna Wasak, rzeczniczka radzyńskiego magistratu: – Miasto ma wiedzę na temat jednego padłego łabędzia, który został przekazany – zgodnie z procedurami – odpowiedniej firmie do utylizacji

samym czasie, o czym opowiadała mieszkanka Radzyna, dochodzą jeszcze informacje o tym, że zgonów łabędzi pojawiających się na radzyńskich stawach miało być więcej. – Na pewno padły dwa łabędzie. Jeden w okolicach listopada, drugi pod koniec grudnia. Teraz z obserwacji wynika, że na stawie są trzy ptaki. Dwa chyba młode, bo nie mają jeszcze do końca wybarwionych na biało piór – informują nas mieszkańcy Radzyna Podlaskiego, zapewniając, że w mieście jest stała grupa ludzi, która funkcjonowanie łabędzi na stawach śledzi na bieżąco.

Choć o jednym z padłych ptaków zrobiło się głośno, miasto nie poinformowało oficjalnie o padnięciu łabędzi inspekcji weterynaryjnej. Powiatowy lekarz wetery-

narii przyznał, że o padłym ptaku dowiedział się z doniesień prasowych, nie miał jednak oficjalnych powiadomień, które zobligowałyby go do podjęcia czynności. O sprawdzeniu kondycji ptaka inaczej, jak na podstawie obserwacji, zdaniem rzeczniczki trudno mówić. – Nie jest możliwe odłowienie ich z wody, gdyż dno stawu jest bardzo muliste. Człowiek, który brnie zanurzony w mule po pas, nie jest w stanie schwycić dzikiego łabędzia. Próbowano odłowić ptaka z wody, zakończyło się to przewróceniem łódki, w której znajdował się strażak, ponieważ łabędzie są bardzo silne – wyjaśnia Anna Wasak.

Co do pogłosek o padnięciu jednego z łabędzi jeszcze w listopadzie, mówi: – Rozmawiałam z pracownikiem urzędu, Jerzym Kaczanem, który zajmuje się m.in. zwierzętami na terenie miasta. Miasto ma wiedzę na temat jednego padłego łabędzia, który, jak pisałam, został przekazany – zgodnie z procedurami – odpowiedniej firmie do utylizacji. Po epizodzie z łabędziem, o którym mówiła mieszkanka na sesji, ptakom podawany był antybiotyk. Do urzędu miasta nie dotarły inne informacje – zapewnia rzeczniczka. Dodaje, że jeśli rzeczywiście wcześniej ktoś widział martwego łabędzia, powinien zgłosić taką sytuację urzędnikom miejskim. – Być może ktoś

widział wcześniej więcej łabędzi, później było ich mniej i wywnioskował, że jakiś padł. Tymczasem te ptaki się przemieszczają, więc być może wcześniej było ich po prostu więcej – uspokaja Anna Wasak.

Uczula natomiast na formę dokarmiania ptaków, przez mieszkańców. – Lekarze weterynarii zwracają uwagę, że dokarmianie ma sens wyłącznie wtedy, gdy są silne mrozy i ptaki nie są w stanie zdobyć pożywienia. W warunkach, gdy ptaki są w stanie same się wyżywić, dokarmianie ich jest dla nich wręcz szkodliwe. Uważa, że od niezdrowej diety, opartej głównie na białym chlebie, zawierającym głównie białka węglowodanowe, powoduje niedobory witamin D, E i manganu. Może to powodować choroby, włącznie z tzw. anielskim skrzydłem, uniemożliwiającym ptakom latanie. W efekcie zjedzenie chleba może się zakończyć dla łabędzia czy kaczki poważną chorobą, a nawet śmiercią – instruuje rzeczniczka Wasak. – Jeśli już dokarmiać to w czasie silnych mrozów, gdy stawy są pokryte grubym lodem, a podawać im można: ziarna zbóż, w szczególności kukurydzy, posiekaną marchewkę, suszony głóg i jarzębinę. Jako przysmak można im dać pokrojoną drobno słoninę czy boczek – ale bez soli, która może uszkodzić nerki ptaków.

Orkiestra wsparta przez radzynian

POWIAT RADZYŃSKI Wielka Orkiestra zagrała po raz 28. także w Radzynie Podlaskiej i gminach ościennych. W mieście finałowe granie, już tradycyjnie odbyło się w sali kinowej Radzyńskiego Ośrodka Kultury. Radzynianie wesprze Orkiestrę mogli na ulicach, napętniając puszki wolontariuszy, jak i uczestnicząc w koncercie finałowym na scenie ROK.

Właśnie na tym koncercie odbywały się dodatkowo licytacje. W puszkach pod sceną znalazło się na koniec dnia 13 tys.40 zł, a łącznie miasto Radzyń Podlaski zebrało 52 tys. 232 zł.

Sztab Orkiestry pracował również w komarowskim liceum. Tu zbiórka zakończyła się kwotą 6038 zł. Taką kwotę



Wolontariusze działający w sztabie WOŚP przy GOKiS w Woli Osowińskiej

gmina zawdzięcza całodzienną pracę 16 wolontariuszy.

Zbiórka na rzecz wsparcia najwyższych standardów diagnostycznych i leczniczych w dziedzinie medycyny zabiegowej, bo na to w tym roku zbierała WOŚP, odbyła się również w gminie Borki. Sztab zorganizowany przez GOK w Woli Osowińskiej zebrał 16 tys. 421 zł.

(joan)

Zbiórka dla Szymka stanęła w miejscu

GMINA KOMARÓWKA PODLASKA Po raz kolejny nie udało się zebrać kwoty potrzebnej na wykonanie operacji korekcji nóżek małego mieszkańca Przegaliny. Wciąż brakuje prawie połowy z kwoty ponad 400 tys. zł, jaką rodzice chłopca muszą mieć, by mały został zoperowany. – Nie tracimy nadziei, ale jest trudno – przyznaje Małgorzata, mama Szymka.

Szymek był już bohaterem tekstów, ukazujących się na łamach naszego tygodnika. Mały, niespełna 4-letni mieszkaniec Przegaliny Dużych urodził się z rzadką wadą genetyczną – hemimelią kości kończyn dolnych i górnych. Schorzenie charakteryzuje się brakiem całości lub fragmentów części kończyn. Wadzie towarzyszą zrosnięte palce u rąk i nóg, brak niektórych palców rąk



i stóp, ręka homara, brak kości strzałkowych, skokowych i piętowych nóg. U Szymka prawa rączka ma trzy paluszki, w tym dwa zrosnięte.

Rodzice małego początkowo szukali pomocy u polskich specjalistów, ponieważ zabieg, jakiemu chcą poddać syna, jest refundowany przez NFZ. Mieli zoperować Szymka w Poznaniu, jednak zrezygnowali, gdy dowiedzieli się, że najlepsze wyniki dają zabiegi przeprowadza-

ne przez amerykańskiego ortopedę dr. Drora Paley'a. Uruchomiono zbiórki na portalach siepomaga.pl i uratujecie.pl. Zbierano pieniądze w gminie, gdzie podczas różnych imprez organizowane były zbiórki. W pomoc zaangażowało się stowarzyszenie „W Komarówce”. Niestety pierwszy termin zabiegu, jaki wyznaczono w klinice, gdzie operuje Paley, przepadł. Nie udało się zbierać odpowiedniej

kwoty. Niestety, po tym jak udało się zbierać ponad połowę kwoty, zbiórka stanęła i na kolejny styczniowy termin również nie było szans. – Pełna kwota musi być na koncie kliniki na dwa tygodnie przed zaplanowanym zabiegiem. Nie udało się kolejny raz. Znowu mamy wyznaczony termin, tym razem na koniec kwietnia – informuje mama chłopca. – Czekamy na ten zabieg, jak na nic innego. Szymek jest coraz większy, chce biegać z kolegami – mówi pani Małgorzata.

Na chętnych, by udzielić wsparcia Szymkowi, wciąż czekają zbiórki na portalach siepomaga.pl i uratujecie.pl. Zbierano pieniądze w gminie, gdzie podczas różnych imprez organizowane były zbiórki. W pomoc zaangażowało się stowarzyszenie „W Komarówce”. Niestety pierwszy termin zabiegu, jaki wyznaczono w klinice, gdzie operuje Paley, przepadł. Nie udało się zbierać odpowiedniej

Joanna Danielewicz

Auto-Iga
Zapraszamy na kurs kat: AM, A1, A2, A, B, B+E, C C+E, D

- badania psychologiczne kierowców • ADR
- kwalifikacja wstępna • szkolenia okresowe

www.auto-iga.pl
21-500 Biała Podlaska, ul. Rolnicza 3A
tel. 83 342 50 80, kom. 503 985 150

**„HEMAREX”
NAUKA JAZDY**

Kat. B, A, A1, A2
30.01.2020
czwartek, godz. 12:00

KURS „HEMAREX”
UWAGA! WÓZKI WIDŁOWE
16.01.2020
czwartek, godz. 16:00

KURS KOPARKI ŁADOWARKI KOPARKO-ŁADOWARKI
sobota godzina 9.00
25.01.2020

KURS 25.01.2020
Dla Kandydatów na instruktorów nauki jazdy
sobota godzina 9.00

inż. Henryk Zawistowski P.W.
„HEMAREX”
Biała Podlaska
ul. Słowackiego 15
www.hemarex.pl
83 343 40 01

PRACOWNIA PSYCHOLOGICZNA
mgr Beata Klimiuk

ul. Dokudowska 10, 21-500 Biała Podlaska

- Profesjonalna pomoc psychologiczna, konsultacje i interwencja kryzysowa dla osób dorosłych.
- Badania psychologiczne z ciemnią m.in. dla kierowców zawodowych, kandydatów na kierowców kat. C, C+E, D, D+E, instruktorów nauki jazdy, kandydatów na instruktorów oraz kierowców pojazdów uprzywilejowanych, TAXI, kierowców przedłużających uprawnienia do kierowania pojazdami i kierowców z zatrzymanym prawem jazdy.

Rejestracja telefoniczna
tel.: 502 858 382
beata.klimiuk@gmail.com
www.kierowcy-pracownia.pl

WORD
BIAŁA PODLASKA

Zapisz się na egzamin PRZEZ INTERNET

bez wychodzenia z domu

www.wordbp.pl

Biała Podlaska
ul. Orzechowa 60
83 342 58 20

Szkoła z 20-letnią tradycją

BIAŁA PODLASKA Jedną z najważniejszych rzeczy, które musi zrobić przyszły kierowca jest wybór szkoły jazdy. Ośrodka, spełniającego najwyższe wymagania oraz gwarantującego wysoką zdawalność. Choć w naszym regionie istnieje kilkanaście ośrodków szkoleniowych, Auto-Iga z Białej Podlaskiej wyróżnia się właśnie świetnie wykwalifikowaną kadrą oraz nowoczesnym zapleczem sprzętowym.

PAULINA CHODYKA

Obecnie oferta ośrodków szkolenia kierowców jest ogromna. Klienci – potencjalni kandydaci na kierowców – mogą w ofertach przebiegać. Warto więc pamiętać o tym, że wybór ośrodka szkoleniowego to wręcz życiowa decyzja, to bowiem jej powierzymy swoją przyszłość oraz swoje pieniądze.

Najwyższa jakość usług

Firma Ośrodek Szkolenia Kierowców Auto-Iga została założona w 2000 roku. Oferuje szkolenia kierowców na kat. AM, A1, A2, A, B, B1, B+E, C, C+E, D, D+E, T, a także szkolenia okresowe kierowców zawodowych, kwalifikację wstępną kierowców zawodowych transportu osobowego i ciężarowego, a także podstawowe i rozszerzone kursy na ADR. To dwadzieścia lat tradycji, doświadczenia i znajomości branży, w której realia bardzo dynamicznie się zmieniają. – Jesteśmy od 20 lat na rynku, przez ten czas wyszkoliliśmy kilka tysięcy kierowców. Od zawsze stawiamy na jakość naszych usług, dlatego cały czas się rozwijamy i in-



Firma OSK Auto-Iga oferuje świetnie wykwalifikowaną kadrę, posiada własny, profesjonalny plac manewrowy oraz wszystkie pojazdy tej samej marki, nieodbiegające od sprzętu egzaminacyjnego

westujemy w infrastrukturę i bazę szkoleniową naszej firmy. Biorąc pod uwagę branżę, w której od lat pracujemy, nie ma mowy o tym, by spocząć na laurach. Śledzimy najnowsze trendy i staramy się dostosować do wymagań kolejnych klientów. Stawiamy też przede wszystkim na wykwalifikowaną kadrę szkoleniową – mówi właściciel firmy Auto-Iga, **Ryszard Samociuk**.

Wybierając ośrodek szkolenia kierowców kandydaci powinni zwracać szczególną uwagę na jakość infrastruktury i floty, jaką dysponuje szkoła. Nie bez znaczenia pozostaje plac manewrowy ośrodka: jakość nawierzchni, fakt jego oświetlenia bądź nie, jakość elementów malowanych na nawierzchni czy pachotków i tyczek wykorzystywanych na placach manewrowych. Wbrew pozorom nie są to błahe sprawy. Należy bowiem pamiętać, że w Wojewódzkim Ośrodku Ruchu Drogowego, a więc w miejscu, w którym zdaje się egzaminy, plac manewrowy jest na wysokim poziomie. Z tego powodu ośrodek Auto-Iga posiada własny, profesjonalny plac manewrowy oraz wszystkie pojazdy tej samej marki, nieodbiegające od sprzętu egzaminacyjnego. To tutaj przyszli kierowcy mogą ćwiczyć swoje

umiejętności, używając wysokiej jakości urządzeń.

Czołowe miejsca w rankingach

Dodatkowo OSK daje kursantom możliwość zdawania egzaminów państwowych na swoim sprzęcie. Uczniowie Auto-Igi mają również możliwość przed egzaminem państwowym skorzystać z jazdy na torze egzaminacyjnym w Wojewódzkim Ośrodku Ruchu Drogowego. Pomieszczenia ośrodka spełniają najwyższe standardy szkoleniowe, a firma posiada własną pracownię psychologiczną do badań kierowców, może też pochwalić się największym zapleczem technicznym wśród białskich szkół. – Jako jeden z nielicznych w naszym regionie posiadamy akredytację Lubelskiego Kuratorium Oświaty, które jest potwierdzeniem najwyższej jakości szkolenia kierowców. Od ponad roku mamy również europejski certyfikat ISO 9001:2015, dając tym samym naszym klientom nowe możliwości, dzięki którym m.in. mogą korzystać z kursów dofinansowanych ze środków Unii Europejskiej. Certyfikat o kodzie ISO 9001 jest na całym świecie traktowany jako symbol wysokiej

jakości świadczonych usług – zaznacza założyciel.

Jednym z najważniejszych elementów, który ma wpływ na umiejętności przyszłego kierowcy jest jednak nauczyciel. Dlatego też firma Auto-Iga od lat zatrudnia wysoko wykwalifikowaną kadrę szkoleniową, która systematycznie dokształca się, aby uzyskiwać bardzo dobre wyniki w szkoleniu. Instruktorzy mają wspaniałe podejście pedagogiczne do swoich podopiecznych, dbają o ich komfort i udzielają merytorycznych uwag. Pozwalają tym samym, by przyszli kierowcy czuli się przy nich bezpiecznie i systematycznie zwiększali swoją wiedzę, by w niedalekiej przyszłości bezpiecznie wyruszyć na drogi i poradzić sobie w każdych warunkach. – Nadrzędnym celem, który przyswieca działalności szkoły, jest maksymalne podniesienie poziomu jakości usług oraz dbanie o stałych i pozyskiwanie nowych klientów. Ponadto ciągle pracujemy nad zwiększeniem renomy naszej firmy w mieście i w regionie – dodaje Ryszard Samociuk. Wszystko to sprawia, że od lat OSK Auto-Iga plasuje się na czołowych miejscach w rankingach zdawalności kandydatów w naszym regionie, ciesząc się tym samym bardzo dobrą opinią.

OSK M-Car Dawid Mucha

OŚRODEK SZKOLENIA KIEROWCÓW
kat. B, C, C+E oraz B+E (już wkrótce, zapisy trwają)

kwalifikacja wstępna • kwalifikacja wstępna przyspieszona oraz szkolenia okresowe

ul. Narutowicza 40, Biała Podlaska, tel. 502 720 181
Biuro czynne: Pn.-Pt. 9.00-16.00

Ośrodek Szkolenia Kierowców
AUTO-TRANS
Justyna Nurzyńska

Prawo jazdy kategorii: B, C, C+E

Kwalifikacje wstępne dla kierowców zawodowych:
- przewóz rzeczy i osób
- szkolenia okresowe

Biuro czynne: 8⁰⁰-16⁰⁰
ul. Stodolna 7, Międzyrzec Podlaski
608 319 841 881 200 805

NOWOŚĆ! kursy ADR
oskautotrans@gmail.com
www.osk-auto-trans.pl

Kursy i szkolenia dla kierowców

UNI-ANDRAGOS

- prawo jazdy kat. B, C, CE • ADR • kwalifikacja wstępna
- szkolenie okresowe • obsługa tachografu • czas pracy kierowcy

ul. Kolejowa 38A Biała Podlaska
tel. 535 165 166
www.uni-andragos.pl

osk Leon

PROWADZI KURSY NAUKI JAZDY kat. B

SZKOLENIA w systemie SP5 JAZDY doskonalące

MOŻLIWOŚĆ PŁATNOŚCI ZA KURS PRZELEWEM W RATACH 0%

ul. Francuska 2 A, Biała Podlaska
502 392 304 | 505 105 283 | 792 911 666

Kolory dające spokój i równowagę

Z architektem Damianem Hołownią prowadzącym pracownię projektową H+ Architektura w Lublinie, którego prace możemy znaleźć na stronie www.haplus.pl, o kolorach, jakie powinny dominować w naszym domu rozmawia Anna Chodyka.

Jakie kolory w urządzeniu wnętrza są w tym roku najmodniejsze?

Jak co roku najwięksi producenci farb wybierają swój kolor roku i nie inaczej jest w 2020 roku. Skupiono się na naturalnych, stonowanych barwach pozwalających uzyskać spokój i złapać równowagę. Wybory padły na odcienie zieleni, od mięsotowych szarości, poprzez ziemistą, oliwkową aż po głębokie i ciemne. Do tego granaty o odcieniu kobaltu i atramentu, pastelowy róż kojarzony ze wschodem słońca, przygaszone odcienie żółtego z dodatkami brązu. Poza wyborem producentów myślę, że wciąż lubiane będą biele, szarości, kolory naturalnego drewna, akcenty z użyciem czerni, ciemnego granatu i zieleni.

Czy w przypadku urządzania domu powinniśmy się kierować trendami czy raczej postawić na dobór kolorów do naszej osobowości?

Wnętrze jest odbiciem osobowości osoby, która je użytkuje i aby dobrze się czuć w takim wnętrzu wypadałoby aby było ono urządzone w zgodzie z samym sobą. Oczywiście nie wyklucza to aktualnych trendów, gdyż pozwalają one odkrywać nowości i elementy, które wpasują się w charakter naszego domu.

Jakie kolory najlepiej pasują do sypialni i dla czego?

W sypialni odpoczywamy i regenerujemy się. Może łatwiej wskazać, jakich barw unikać w sypialni, tj. jaskrawych i pobudzających. Odpocząć można patrząc na uspokajającą zielen jak również otaczając się ciemnymi barwami w towarzystwie nastrojowego oświetlenia o ciepłej barwie.

Czy to dobry pomysł, by w dziecięcym pokoju użyć intensywnych barw?

Warto porozmawiać z dzieckiem o kolorach, które lubi. Dziecko potrzebuje kre-



FOT. ARCHIWUM DAMIANA HOŁOWNI

– Warto porozmawiać z dzieckiem o kolorach, które lubi. Dziecko potrzebuje kreatywnych rozwiązań oraz pobudzających wyobraźnię, ale proszę pamiętać, że maluch w swoim pokoju również odpoczywa – mówi architekt Damian Hołownia

atywnych rozwiązań oraz pobudzających wyobraźnię, ale proszę pamiętać, że maluch w swoim pokoju również odpoczywa. Kolorowe bodźce można wprowadzać w wyposażeniu – szafki, kolorowe pudła na zabawki, kolorowa ściana jako akcent. Ideałem byłoby podzielenie pokoju na strefy – odpoczynek, zabawa, nauka, oczywiście jeśli ktoś ma na to miejsce.

O czym powinniśmy pamiętać urządzając dziecięcy pokój?

O bezpiecznych i dopasowanych do wieku dziecka rozwiązaniach. Należy też pamiętać, że dziecko i jego potrzeby dosyć szybko się zmieniają, a tym samym wystrój pokoju. Ważne są półki i szafki dostosowane do wzrostu, miejsce do przechowywania zabawek tak, aby dziecko samo mogło zadbać o porządek, odpowiednia wysokość krzesła i biurka, przy którym się uczy oraz oświetlenie, które nie męczy wzroku i będzie dostosowane do wykonywanej aktualnie czynności np. czytania czy zabawy.

Jakie kolory mebli najlepiej sprawdzają się w kuchni i czym powinniśmy się kierować przy ich doborze?

Kolory w kuchni traktujemy jak w pozostałej części domu, jednak pamiętać należy, że np. czerń i w ogóle ciemne kolory w kuchni będą bardziej wymagające ze względu na częste dotykanie frontów. Zdecydowanie ważniejszy w kuchni jest prawidłowy ciąg roboczy oraz miejsce do przechowywania.

Czy to prawda, że lepiej wybrać kolorowe dodatki, a meble w stonowanych kolorach? Skąd się wzięło to przekonanie i czy jest słuszne?

Uważam, że takie podejście jest bardzo bezpieczne. Tworzymy tło w postaci ścian i mebli, w barwach, w których się dobrze czujemy, a charakter jesteśmy w stanie zmienić z dnia na dzień za pomocą kolorowych dodatków. Takie wnętrza znudzi się zdecydowanie wolniej niż czerwony pokój.

Jakie nowości mogą sprawić, iż ocieplimy atmosferę w domu?

Polecam przywiązywać większą wagę do oświetlenia, jego rodzaju oraz barwy światła, jaką stosujemy w poszczególnych pomieszczeniach. Nowinki technologiczne pozwalają dzisiaj całkiem sprawnie zmieniać nastrój w pomieszczeniu za pomocą własnego światła i smartfona. Jednym kliknięciem można zmienić pokój do pracy oświetlony żarówkami o barwie 4000-5000K w pokój do odpoczynku z ciepłym światłem 2700K.

Czy używanie tapet wyszło z mody, czy może

przeżywa renesans, dzięki wielu dostępnym wzorom i fototapetom?

Tapety wróciły do wnętrza, ale w innej postaci niż ta, którą znamy z dawnych lat. Zmieniła się jakość oraz ilość dostępnych wzorów, na plus oczywiście. Dzisiaj tapetę widzimy jako akcent w pomieszczeniu np. ściana za łóżkiem, wyeksponowana ściana w salonie. Popularne są motywy roślinne i geometryczne grafiki.

Mając dzieci często zastanawiamy się, co zrobić, gdy zaczną rysować na ścianach. Czy pomalowanie domu odpowiednią farbą wystarczy?

Można pomalować ściany wytrzymałymi farbami ceramicznymi jednak nawet powierzchnia pokryta taką farbą po wielokrotnym szorowaniu wymaga odświeżenia. Warto przeczekać etap dziecięcego malarstwa ściennego i dopiero po nim ponownie pomalować ściany. Niełatwym zadaniem, ale możliwym do zrealizowania, np. poprzez wspólną zabawę, jest nakłonienie dziecka do malowania na konkretnej ścianie, pomalowanej farbą tablicową.

Nawiązania do antyku

W trendach wnętrzarskich dominujących w 2020 roku można zauważyć inspiracje starożytnym Rzymem i Grecją, kulturą afrykańską oraz stylistyką lat 70. XX wieku. Wciąż utrzymuje się też moda na ekologię czyli wykorzystywanie materiałów z recyklingu i naturalnych surowców.

Odniesienia do starożytności widać w meblach i dodatkach, w których można dostrzec elementy przypominające kolumny doryckie i stare wazy. Popularne w tym roku będą również marmury i terrazzo, jako ozdoby lamp i stołów. W przypadku inspiracji Afryką widać zachwyt kolorami spalonej ziemi, czerwieniami, żółciami, pomarańczami i beżem. Projektanci proponują też wykorzystanie w domowych wnętrzach zwierzęcych wzorów jak np. cętki lamparta czy pasy tygrysa.

Geometryczne wzory

Popularne też będą geometryczne wzory tworzące fantazyjne figury. Materiały wykorzystywane w tym stylu to ciemne drewno, plecionki z roślinnych włókien i grubo tkane tkaniny. Do tego zachęcają by z wycieczek do Kambodży czy Nigerii przy-



FOT. PIXABAY.COM

W tym roku do najmodniejszych należą motywy zwierzęce, szczególnie charakterystyczne dla Afryki

wozić drewniane rzeźby, które nadadzą mieszkaniu niepowtarzalnej atmosfery. W przypadku stylistyki lat 70. XX wieku architekci stawiają na obite aksamitem sofy i pufy, a także złote wykończenia i wszechobecne frędzle. Złote mogą być wykończenia mebli, a także nogi od stolików kawowych, których blaty powinny być szklane.

Materiały z recyklingu

Zdaniem specjalistów z tym kolorem świetnie łączą się błękity i zielenie o szmaragdowym odcieniu oraz pudrowe róże. Z kolei wybrane ściany warto ozdobić tapetami z kwiatowym wzorem.

W przypadku stylu ekologicznego najważniejsze jest zaopatrzenie się w przedmioty z materiałów z recyklingu, a także zrobionych z naturalnych surowców. Stąd warto postawić na drewno, rattan i ceramikę, a także na kolorystykę lnu czy zielonej oliwki oddającą spokój, jaki zawdzięczamy życiu w zgodzie z naturą. Z mody natomiast wychodzą styl industrialny i oszczędny w ozdobnikach skandynawski.

Artykuł powstał na podstawie relacji Joanny Markus, właścicielki BM Housing, która podsumowała trendy we wzornictwie na 2020 rok portalowi czasnawnetrze.pl.

(ach)

Alians

SKORZYSTAJ Z PROGRAMU MÓJ PRĄD I OTRZYMAJ 5000 ZŁ DOTACJI

- ✓ **POMOC W UZYSKANIU FINANSOWANIA NA PREFERENCYJNYCH WARUNKACH**
- ✓ **WYPEŁNIENIE I ZŁOŻENIE KOMPLETNEGO WNIOSKU O DOFINANSOWANIE**
- ✓ **DOSTOSOWANIE PROJEKTU INSTALACJI DO WYMOGÓW PROGRAMU**
- ✓ **UNIKNIĘCIE PODWYŻEK CEN PRĄDU**

ZADZWOŃ I CIESZ SIĘ DARMOWYM PRĄDEM!

539-333-900

Kościelny dzwon wzbudził panikę w całej wsi

GMINA MILANÓW Blady strach i przerażenie padły na mieszkańców Rudna, gdy usłyszeli bicie dzwonu kościelnego. Nawet ksiądz nie wiedział co się mogło stać.

Ludzie wpadli w panikę, gdy wczesnym rankiem 19 stycznia obudził ich hałas kościelnego dzwonu. Urządzenie nigdy o tej porze nie biło. Tym bardziej zaniepokoiło to ludzi. Niektórzy mieli na myśli najgorsze. – To był przeraźliwy tomot. Ludzie zaczęli do siebie wydzwaniać, pytając o co chodzi. Nikt jednak nie wiedział co się stało – relacjo-

nuje jeden z mieszkańców Rudna.

Mieszkańcy zaczęli wydzwaniać na policję, aby dowiedzieć się o co chodzi. Sprawa szybko się wyjaśniła. Okazało się, że 20-letni mieszkaniec tej samej gminy wracając z imprezy urodzinowej najwyraźniej szukał dodatkowych atrakcji. Wszedł na teren kościoła i wpadł na pomysł, aby zadzwonić kościelnym dzwonem. Tak mu się ta zabawa spodobała, że tomotął urządzaniem, aż postawił na nogi całą wieś. Za swój wybryk został ukarany mandatem.

(TWA)

Śmierć pod kołami



GMINA MILANÓW Do tragicznego zdarzenia doszło 17 stycznia nad ranem w Kostrach, w gminie Milanów. Kierujący dostawczym busem mieszkaniec gminy Parczew potrafił przechodzącą tam przez jezdnię kobietę. Obrażenia, jakie odniosła 77-latką były na tyle poważne, że pomimo podjętej reanimacji jej życia nie udało się uratować. Badanie alkometrem, jakie na miejscu przeprowadzili mundurowi wykazało, że 32-letni kierowca busa był trzeźwy. Droga była przez kilka godzin zablokowana. Policja zorganizowała objazdy. Policjanci pod nadzorem prokuratury wyjaśniają teraz wszystkie okoliczności tego zdarzenia.

(el)

Krótko z Regionu

Zlikwidowali melinę

BIALA PODLASKA Funkcjonariusze zajmujący się przestępczością gospodarczą ustalili, że 54-letnia mieszkanka miasta handluje w swoim mieszkaniu alkoholem wytworzonym ze spirytusu nieznanej pochodzenia. Policjanci dotarli też do osoby która zaopatrywała się w wódkę u właścicielki lokalu.

Ukradł przewody

BIALA PODLASKA Złodziej ukradł z terenu nowo budowanej hali magazynowej 180 metrów przewodów elektrycznych. Wcześniej przeprowadzoną po jej konstrukcji instalację odciął. Poszkodowaną jest prywatna firma. Postępowanie po jej zawiadomieniu prowadzi bialska komenda miejska.

Ogień strawił dom

JAKÓWKI Prawdopodobnie w wyniku zwarcia instalacji elektrycznej, doszło do pożaru drewnianego domu, który uległ całkowitemu spaleni, wraz ze znajdującym się w nim mieniem. W wyniku zdarzenia

nikt nie doznał obrażeń ciała. Domownik opuścił bowiem budynek w początkowej fazie pożaru. Postępowanie prowadzi janowski policjanci.

Syn miał wypadek

GMINA ROSSOSZ Oszust zadzwonił pod numer telefonu stacjonarnego do mieszkańca gminy, podając się za policjanta. W trakcie rozmowy poinformował pokrzywdzonego że jego syn miał wypadek i żeby polubownie załatwić sprawę potrzebne jest 100 tys. zł. Gdy usłyszał, że mężczyzna nie posiada takiej gotówki, ani nie ma konta bankowego, wypytywał o złoto i dolary. Następnie rozłączył się.

Złodziej w garażu

POŁOSKI NOWE Nieznany sprawca włamał się do wnętrza garażu, z którego ukradł prostownik akumulatorowy oraz pasy zabezpieczająco-mocujące z napinaczem na szkodę mieszkańca gminy Piszczac. Sprawę wyjaśniają policjanci z Terespoła.

(el)

U zajmujących się włamaniami do samochodów obcokrajowców znaleziono również narkotyki

Okradali auta w całej Polsce

POZA PRAWEM Trzech Gruzinów w wieku 33, 44 i 47 lat włamywało się do samochodów w całej Polsce. Wpadli po ograbieniu citroena berlingo na terenie gminy Borki. Łupem złodziei padła tam torebka z zawartością portfela, dokumentów oraz pieniędzy. Podejrzanych zatrzymali lubelscy i radzyńscy policjanci.

MARCIN KOZARSKI

Do zdarzenia doszło na początku listopada ubiegłego roku. Sprawcy włamali się do samochodu zaparkowanego pod jednym ze sklepów. Z auta skradli damską torebkę z zawartością portfela, dokumentów oraz pieniędzy. Łączna suma strat wyniosła ponad 2 tys.



Personalia podejrzanych ustalili radzyńscy funkcjonariusze służby kryminalnej wspólnie z funkcjonariuszami wydziału kryminalnego Komendy Wojewódzkiej Policji w Lublinie.

złotych. Personalia podejrzanych ustalili radzyńscy funkcjonariusze służby kryminalnej wspólnie z funkcjonariuszami wydziału kryminalnego Komendy Wo-

jewódzkiej Policji w Lublinie. – Okazało się, że są to trzej obywatele Gruzji w wieku 33, 44 i 47 lat, zamieszkujący na terenie Warszawy. W trakcie przeszukania ich miejsc

zamieszkania, mundurowi ujawnili szereg przedmiotów pochodzących z przestępstw w postaci torebek, portfeli, walizek, sprzętu medycznego i wielu innych – relacjonuje aspirant **Paweł Mucha**, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Radzynie Podlaskiej.

Postępowanie wykazało, że obywatele Gruzji mają związek z dokonaniem szeregu przestępstw kradzieży i kradzieży z włamaniem do pojazdów na terenie całego kraju. – W trakcie zatrzymania funkcjonariusze u 47-letniego cudzoziemca znaleźli heroinę, natomiast jego 33-letni kompan posiadał marihuanę – dodaje rzecznik KPP. W ubiegłym tygodniu na wniosek miejscowej prokuratury radzyński sąd aresztował ich na trzy miesiące. Grozi im nawet do 10 lat więzienia. Sprawa ma charakter rozwojowy.

Podejrzani o rozbój trafili już za kraty

BIALA PODLASKA Sąd aresztował dwóch mężczyzn, którzy w połowie stycznia na przystanku autobusowym przy ul. Piłsudskiego napadli i ograbili kobietę. Bandyci rozpylili w jej kierunku gaz i zabrali torebkę, w której miała m.in. pieniądze i telefon komórkowy. Wartość strat pokrzywdzona oszacowała na kwotę około 600 zł.

Sprawców rozbój zatrzymali policjanci zajmujący się zwalczaniem przestępczości przeciwko mieniu. Funkcjonariusze odzyskali skradziony telefon komórkowy. Następnego dnia po zdarzeniu przypadkowy świadek odnalazł też należącą do



Sprawców rozbój zatrzymali policjanci zajmujący się zwalczaniem przestępczości przeciwko mieniu

pokrzywdzonej torebkę wraz z dokumentami.

Podejrzanymi o dokonanie rozbój okazali się: 34-letni mieszkaniec Białej Podlaskiej i jego 30-letni zna-

jomy z gminy Konstantynów. Mężczyźni zatrzymani zostali do wyjaśnienia. – Dodatkowo w trakcie zatrzymania 30-latką, w kieszeni jego kurtki policjanci znaleźli wo-

reczek z suszem roślinnym. Po przeprowadzeniu wstępnego badania potwierdzili, że jest to marihuana – relacjonuje podkomisarz **Barbara Salczyńska-Pyrchla**, oficer prasowy Komendy Miejskiej Policji w Białej Podlaskiej.

Mężczyźni w ostatnim czasie odbywali karę za podobne przestępstwa. 30-latek usłyszał dodatkowo zarzut posiadania środków odurzających. Jeszcze przed weekendem sąd aresztował obu na wniosek policji i prokuratury. – Grozi im do 12 lat pozbawienia wolności, jednak z uwagi na recydywę kara ta może zostać zwiększona o połowę – dodaje rzeczniczka komendy. (el)

Nasi funkcjonariusze windują statystyki

REGION Krajowa Administracja Skarbowa jest w ścisłej czołówce służb i instytucji w Polsce zajmujących się zwalczaniem przestępczości tytoniowej. Znaczący wpływ na ten sukces mają wyniki Izby Administracji Skarbowej w Lublinie, w szczególności funkcjonariuszy z południowego Podlasia.

W ubiegłym roku funkcjonariusze KAS w woj. lubelskim udaremnił wprowadzenie do nielegalnego obrotu m.in. 3,4 mln paczek papierosów o wartości rynkowej blisko 47 mln złotych, a także 14 ton tytoniu oraz 2,7 tony suszu tytoniowego. Lubelska KAS zniszczyła też blisko 157 ton wyrobów tytoniowych, w tym 7,4 mln paczek papierosów oraz 380 kg tytoniu. To zarówno towary pochodzące z przemytu, jak i z nielegalnej działalności na terenie kraju.



We wrześniu 2019 r. na przejściu drogowym w Koroszczynie służby udaremniły przemyt ponad 158 tys. paczek papierosów. Użytki ukryte były w specjalnych skrytkach pomiędzy przewożonym drewnem opałowym

Udaremniany przemyt odbywał się zarówno transportem drogowym, jak też kolejowym. Dwa największe przemyty w województwie zostały wykryte w Oddziale Celnym w Koroszczynie podczas kontroli samochodów

ciężarowych. Ilość zabezpieczonych używek w trakcie tylko tych dwóch zdarzeń to blisko 900 tys. paczek, a ich wartość rynkowa to ponad 12 mln zł. Do największego przemytu drogą kolejową doszło na terenie Oddziału

Celnego w Małaszewiczach. 148 tys. paczek papierosów ukrytych było między legalnym towarem, w jednym z kontenerów jadących pociągiem towarowym z Chin. Wartość rynkową papierosów oszacowano na ponad 2 mln zł.

Poza przemysłem likwidowano też nielegalne fabryki papierosów na terenie naszego kraju. W ubiegłym roku lubelska KAS, w ramach wspólnych działań z Centralnym Biurem Śledczym Policji i Strażą Graniczną – zamknęła cztery takie wytwórnie oraz miejsca składowania gotowych wyrobów. Działania prowadzono w województwach lubelskim, łódzkim i mazowieckim. Poza papierosami, tytoniem i suszem tytoniowym likwidowano też całe linie do produkcji papierosów.

Marcin Kozarski

Do Terespolu co roku zjeżdża publiczność z całej Polski, by posłuchać najpiękniejszych kolęd

Festiwal kolęd już w ten weekend!

TERESPOL Już w najbliższy weekend po raz dwudziesty piątą wybrzmiać wspaniałe pieśni podczas tradycyjnego Międzynarodowego Festiwalu Kolęd Wschodniosłowiańskich. W tym roku odbędzie się on w dniach 25–26 stycznia.

PAULINA CHODYKA

Festiwal nie ma formy konkursu. Zespoły traktowane są równorzędnie i uczestniczą w dwóch dniach przesłuchań festiwalowych. Organizatorom tej imprezy kulturalnej o zasięgu międzynarodowym, przyświecają następujące cele: kultywowanie i pielęgnacja tradycji bożonarodzeniowych, prezentacja kolęd charakterystycznych dla tradycji wschodniosłowiańskich, ze szczególnym uwzględnieniem wielokulturowego i wielowyznaniowego południowego Podlasia,



Co roku, już od 25 lat, do Terespolu zjeżdżają artyści, by zachwycić kilkuset słuchaczy swoimi pięknymi głosami

wymiana doświadczeń, wzajemne poznanie i integracja wielokulturowych środowisk jak również przywracanie roli kolęd w pogłębianiu religijności narodów. Uczestnikami mogą być: chóry, zespoły kolędnicze i folklorystyczne.

W ramach przesłuchań każdy uczestnik wykonuje co najmniej cztery kolędy, w tym minimum dwie w tradycji kościoła wschodniego, o łącznym czasie prezentacji do 15 minut. – Festiwal jest dowartościowaniem tej kul-

tury, która tak swoista jest dla każdego z nas bez różnicy. Prezentujemy bowiem tradycję zarówno katolicką jak i prawosławną, gdyż wcielenie na ziemi Chrystusa Pana Naszego jest wspólnym mianownikiem dla każdego chrześcijanina. Wielką wartością jest to, że do Terespolu przyjeżdżają chóry i zespoły zarówno z Polski, jak i z zagranicy, a także to, że tak chętnie gromadzi się publiczność nie tylko z Terespolu, ale i z Białej Podlaskiej, Lublina, z regionu

i z całej Polski – mówi arcybiskup **Abel**, ordynariusz Prawosławnej Diecezji Lubelsko-Chełmskiej.

– Cieszymy się, gdyż gościmy na festiwalu blisko 700 osób każdego dnia. Na pewno jest to związane z faktem, iż nasz festiwal jest ciekawy. Staramy się jako organizatorzy, żeby co roku pojawiały się nowe chóry i zespoły, których publiczność jeszcze nie widziała. I wydaje mi się, że publiczność odwdzięcza nam się w ten sposób, że tak licznie uczestniczy w naszej imprezie. A publiczność przyjeżdża do nas i z najdalszych zakątków Polski. Dla nas, organizatorów, jest to ogromna nagroda i satysfakcja – dodaje dyrektor festiwalu **Anna Kwiatkowska-Pietrusik**.

Festiwal odbędzie się już w najbliższy weekend, 25-26 stycznia, od godz. 15:00 odbywać się będą przesłuchania festiwalowe w sali widowiskowej Miejskiego Ośrodka Kultury w Terespolu, przy ul. Sienkiewicza 27. Wstęp wolny.

Nadzwyczajni wychowawcy młodzieży

KINO „Nadzwyczajni” to jeden z najlepiej ocenianych francuskich filmów ostatnich lat. Dwaj przyjaciele ruszają do walki z systemem o dobro i przyszłość młodych ludzi, których są opiekunami. Ten poruszający film już w czwartek, 23 stycznia, w ramach spotkań filmowych w kinie Merkury.



dolarów! Komedia obyczajowa „Nadzwyczajni”, której pokaz uświetnił ceremonię zamknięcia ostatniej edycji festiwalu w Cannes to inspirowana prawdziwymi wyda-

rzeniami opowieść o wychowawcach młodzieży.

Bruno (Vincent Cassel) i Malik (Reda Kateb) są najlepszymi kumplami. Na pierwszy rzut oka wszystko ich dzieli – temperament, zainteresowania, a nawet religia. Łączy natomiast gorąca przyjaźń oraz fakt, że od dwudziestu lat czynnie działają na rzecz autystycznych dzieci i młodzieży. W prowadzonych przez siebie ośrodkach szkolą młodych ludzi z trudnych dzielnic, aby ci fachowo zajmowali się przypadkami zakwalifikowanymi przez medycynę jako trudne i złożone. Nie wszystkim jednak metody Bruno i Malika są w smak. Kiedy Inspektorat Opieki Społecznej bierze pod

Kto pierwszy, ten lepszy!

Dla naszych Czytelników przygotowaliśmy dwie pojedyncze wejściówki na seans filmu „Nadzwyczajni” w ramach CzSF. Aby o nie powalczyć wystarczy przyjść do redakcji Słowa Podlasia, przy ul. Warszawskiej 15 z aktualnym numerem tygodnika i pokazać nam ten artykuł. Bilety otrzymają dwie pierwsze osoby, a więc kto pierwszy ten lepszy!

lupe ich działalności i grozi zamknięciem ośrodków, przyjaciele rozpoczynają nierówną walkę z systemem.

Paulina Chodyka

WSPOMNIENIA MISTRZYNI

BIBLIOTECZKA Katorżniczy trening i zdobycie sportowych szczytów. Łzy radości na igrzyskach w Atenach i tragiczna śmierć brata. Życie Otylii Jędrzejczak to prawdziwy rollercoaster i gotowy scenariusz na film.



„Otylia. Moja historia” to intymna i przejmująca opowieść o życiu wielkiej sportsmenki, którą los wyniósł na piedestał, by stracić w prześlad. Słynna pływaczka otwiera się przed czytelnikami, by na własnym przykładzie pokazać, jak ulotne potrafią być chwile szczęścia. W kobiecie, która wydaje się twarda jak stal, widzimy osobę wrażliwą i dojrzałą, która zdołała się podnieść po najtragiczniejszym z ciosów.

Swoją historię sportsmenka wzbogaca fragmentami skrupulatnie prowadzonych pamiętników, listami do brata oraz własnymi próbkami poetyckimi. Prowadzona w pierwszej osobie, niezwykle szczerza

opowieść dowodzi, że pływając od ściany do ściany i wylewając hektolitry łez, można marzyć. A właściwie nie „można”, ale „trzeba”. Żeby wytrzymać nadludzki wysiłek. Nie tylko fizyczny.

Dla naszych Czytelników przygotowaliśmy bezpłatny egzemplarz książki „Otylia Jędrzejczak. Moja historia”. Aby o nią powalczyć należy poprawnie wypełnić znaj-

dujący się obok kupon i dostarczyć go do sekretariatu naszej redakcji, przy ul. Warszawskiej 15, do piątku, 24 stycznia.

Prezentowaną ostatnio książkę „Selekcjoner” Doriana Zawadzkiego otrzymuje Agnieszka Protasiuk z Białej Podlaskiej. Po odbiór zapraszamy w ciągu miesiąca od opublikowania nazwiska.

Paulina Chodyka

KUPON

Ile medali mistrzostw świata w pływaniu zdobyła Otylia Jędrzejczak?

odpowiedz:

wybrać książkę _____

imię i nazwisko _____

adres _____

telefon kontaktowy _____ wiek _____ NIP _____

Jubileusz kabaretu

MIĘDZYRZEC PODLASKI W najbliższy weekend do miasta zawita znany i lubiany Kabaret pod Wyrwigroszem. Zaprezentuje się w jubileuszowym programie z okazji swoich 25 urodzin.



Kabaret ma już 25 lat. Z tej okazji wyrusza w wielką trasę koncertową po Polsce i zagranicę. W dwugodzinny programie przypomni widzowi najlepsze skecze, monologi i piosenki. Niewątpliwie pojawi się na scenie dawno niewidziana, legendarna Rodzina Kresowiaków!

Przypomną się także postaci znane z kupowania mezu, Wietnamczycy handlujący mózgiem, amatorzy tanich linii lotniczych oraz telemarketingowi domokrażcy. Nie zabraknie również przebojowych piosenek, których przez lata Kabaret pod Wyrwigroszem wylansował bardzo wiele.

Występ odbędzie się w sobotę, 25 stycznia, o godz. 20.00 w Miejskim Ośrodku Kultury, przy ul. Warszawskiej 37. Cena biletu to 70 zł. Indywidualnie bilety można nabyć w MOK lub na stronie internetowej www.biletowakasa.pl i www.biletynakabarety.pl. Zamówienia zbiorowe na bilety przyjmowane są pod numerem tel. 501 144 271.

Paulina Chodyka

Na Kodeń marsz!



KODEN Pod takim hasłem odbędą się w Kodniu uroczystości upamiętniające obchody 157. rocznicy bitwy o Kodeń podczas powstania styczniowego w 1863 roku.

Zbiórka uczestników odbędzie się około godz. 16:15 na rynku w Kodniu. Stamtąd przewiezieni będą autobusem do lasku Borek, który znajduje się ok. 4,5 km od Kodnia. Było to miejsce koncentracji powstańców przed atakiem na Kodeń. Tam rozpocznie się pieszy marsz, którego uczestnicy po drodze, już w Kodniu, złożą kwiaty na mogile powstańczej na

miejscowym cmentarzu. Po marszu o godz. 17 odbędzie się msza św. w kościele pw. św. Anny w Kodniu. Później wszyscy spotkają się przy głazie z tablicą upamiętniającą uczestników i wspierających powstanie styczniowe, a pochodzących z Kodnia oraz okolic. Przy kamieniu odbędzie się Apel Pamięci (odczytane zostaną wszystkie nazwiska widniejące na pamiątkowej tablicy), następnie złożony zostanie wieniec od społeczeństwa Kodnia. Po części oficjalnej odbędzie się ognisko z poczęstunkiem przy remizie strażackiej.

(pc)

Zaśpiewa Michał Bajor

BIAŁA PODLASKA Znany artysta zaprezentuje swoją najnowszą płytę, która premierę miała jesienią 2019 roku. Dla sympatyków włoskich i francuskich przebojów będzie to z pewnością niezapomniany koncert!

Kiedy przed laty rówieśnicy Michała Bajora słuchali Beatlesów, on również nucił ich ponadczasowe piosenki. Ale wsłuchiwał się też w utwory włoskich i francuskich wykonawców. Festiwal w San Remo czy piosenki Piaf i Aznavoura, były dla niego wyznacznikiem gustu dobrej estrady. Od kolorowych włoskich po

mądre francuskie przeboje. Tym razem postanowił przemieszać swoje muzyczne fascynacje zbudował z nich koncert.

Michał Bajor wystąpi 1 lutego o godz. 18:00 w sali widowiskowej Białskiego Centrum Kultury przy ul. Brzeskiej 41. Rezerwacja i sprzedaż biletów w cenie 90 zł w Punkcie Informacji Kulturalnej przy ul. Warszawskiej 11 lub online na www.bck24.pl. W związku ze specyficznym i kameralnym charakterem recitalu Michała Bajora, organizatorzy proszą o nieprzyprowadzanie na koncert dzieci poniżej 6 roku życia.

(pc)

Warto mobilizować się do działania!

Z **Sylwią Lewczuk**, psychologiem, trenerem biznesu, wykładowcą w Państwowej Szkole Wyższej w Białej Podlaskiej i założycielką poradni psychologicznej o tym, co zrobić, by udało nam się zrealizować postanowienia noworoczne, a także co może nas zmotywować do pracy nad sobą rozmawia **Anna Chodyka**.

Czym powinniśmy się kierować przy wyborze postanowień noworocznych?

Początek roku motywuje nas do pozytywnych zmian. Kiedy już się zdecydujemy, by wprowadzić coś nowego do swojego życia, to warto zwrócić uwagę na dwa aspekty. Pierwszy z nich to świadomość tego, że jesteśmy istotami nawykowymi. Jeżeli chcemy negatywne nawyki zastąpić pozytywnymi,

to wprowadzenie zmiany będzie trwało od kilku do kilkunastu tygodni. Warto systematycznie i z wytrwałością dążyć, do utrwalenia się nowych nawyków przez ten początkowy okres. Drugim ważnym aspektem jest określenie celu. Warto zastosować tutaj metodę SMART, co znaczy „sprytny”. Ten akronim opisuje kilka cech jakie powinien zawierać dobrze określony cel, S – czyli skonkretyzowany, M – mierzalny, A – akceptowalny, R – rzeczywisty i T – terminowy. Cel musi być bardzo dobrze zaplanowany, jeżeli go nie skonkretyzujemy możemy skazać się na porażkę. Na przykład postanawiamy, że chcemy mieć lepszą kondycję, takie założenie niewiele nam pomoże. Jednak, jeżeli konkretnie postanowimy, że będziemy wykonywać codziennie 40 przysiadów przed śniadaniem, to będzie dobrze sformułowany cel według metody SMART. Dobrze jest też określić postępy



– Myślę, że trzeba mierzyć siły na zamiary i wziąć pod uwagę nasze predyspozycje. Dla niektórych osób szybka rewolucja życiowa będzie do osiągnięcia, ale na pewno tych osób jest mniej – mówi psycholog Sylwia Lewczuk

w realizacji celu, np. przez miesiąc będzie to 40 przysiadów, a w kolejnym zaplanujemy wykonywać 50 przysiadów. Mamy wtedy szansę obserwować progres i kontynuować realizację celu.

Co jest najważniejsze, kiedy już podejmiemy wyzwanie?

Ważne jest uświadomienie sobie swojej wewnętrznej motywacji. Cemu ma służyć ta zmiana? Jasne określenie, po co podejmujemy to wyzwanie lub dla

kogo. To spowoduje, że łatwiej nam będzie wytrwać w dążeniu do tego celu. Dobrze jest zwizualizować sobie i poczuć, jak to by było, kiedy zrealizujemy to wyzwanie. Jeśli ma to na przykład służyć samorozwojowi, to warto wyobrazić sobie, jak będziemy się czuli po osiągnięciu celu. I odpowiedzieć sobie na pytania: Jak to wpłynie na nasze życie? Co się zmieni? Ważne jest również celebrowanie poszczególnych osiągnięć. Pielęgnowanie w sobie wdzięczności, na przykład za to, że zrobiliśmy badania profilaktyczne, lub za to, że zadbałszy o swój dobrostan psychiczny, fizyczny, emocjonalny czy duchowy. Oczywiście w zależności od

naszych bieżących potrzeb, które przyświecały nam przy formułowaniu postanowienia.

Co może pomóc w realizacji postanowień?

Metoda małych kroków, czyli filozofia Kaizen, pochodząca z Japonii. Dzięki tej metodzie redukujemy lęk do minimum. Lepiej jest kiedy np. chcemy zacząć biegać rozpoczynać treningi od 5 minutowej przebieżki, wydłużając czas sukcesywnie, niż od razu zacząć od 30 minutowych biegów. Kiedy wybierzemy drugą opcję, szybko pojawi się opór, duże zmęczenie i zakwasy w mięśniach, a to sprawi, że będziemy się czuć sfrustrowani. Dużo łatwiej popaść wtedy w zniechęcenie. Wówczas trudniej będzie kontynuować swoje postanowienie. Lepiej jest zacząć od małego kroku i sukcesywnie zwiększać czas i wysiłek. Jeśli miałabym dać dobrą radę, to proponowałabym wszystkim, którzy podjęli już postanowienia, by przeznaczyli miesiąc lub dwa na wejście w nowe nawyki i nie zniechęcali się w tym czasie, pomimo kryzysów. Po tym czasie będzie już znacznie łatwiej, ponieważ organizm przyzwyczai się do nowego nawyku i nie będziemy sobie wyobrażać dnia, bez wykonywania nowej czynności.

Czy wielu osobom zdarza się odczuwać zniechęcenie, mimo, iż bardzo chcą zrealizować swój cel?

Tak. Jednak, zniechęcenie i opór, jaki się pojawia na początku jest naturalnym odruchem mózgu, na to, iż organizm musi wydatkować

swoją energię na nowe wyzwania. Mózg dąży do optymalizacji swojego działania i oszczędzania energii. Jest to wychodzenie ze „strefy komfortu”, stąd odczuwane trudności. Dlatego, musimy do postanowienia podejść świadomie i z zaangażowaniem, a także wiedzą, że na wdrożenie nowego nawyku potrzebujemy przynajmniej miesiąca systematycznej pracy. Gdy dochodzi do tego zaniżona samoocena i brak pewności siebie, to mogą wystąpić duże problemy z realizowaniem celu.

Czy powinniśmy dopasowywać postanowienia do naszego charakteru, osobowości?

Myślę, że trzeba mierzyć siły na zamiary i wziąć pod uwagę nasze predyspozycje. Dla niektórych osób szybka rewolucja życiowa będzie do osiągnięcia, ale na pewno tych osób jest mniej. Dla większości metoda małych kroków będzie najlepsza, gdyż przynosi mierzalne rezultaty. Musimy też spojrzeć wstecz. I przeanalizować, czy udawało nam się realizować poprzednie postanowienia. Jeżeli nie osiągnęliśmy celów, należy się zastanowić czy nie były one zbyt ambitne, a może w ogóle nieosiągalne. Wyciągnijmy wnioski z poprzednich doświadczeń, warto zacząć od małych wyzwań, a później podnosić poprzeczkę. Lepiej rozłożyć sobie główny cel, na kilka mniejszych. Wtedy będzie nam dużo łatwiej zmotywować się wewnętrznie. Będziemy też mieć satysfakcję, że udało nam się coś osiągnąć. Krok po kroku będziemy się zbliżać do dużej zmiany.

Jak nie dać się zniechęceniu

Czy są sposoby na motywowanie się, by osiągnąć dany cel? Co jeśli obraliśmy sobie za cel poprawienie sylwetki, tymczasem mamy gorszy dzień i nie czujemy się na siłach, by ćwiczyć?

Przede wszystkim cel musi być bardzo konkretny. Kiedy będzie enigmatyczny trudno nam będzie się mobilizować do działania. Warto też sobie zapisać, co postanowiliśmy. Możemy zrobić np. mapę marzeń lub szczegółowy plan i rozliczać małe cele. Dobrze jest też na bieżąco notować, czy udało się nam je osiągnąć w określonym czasie, czy nie. Jeśli nie, to trzeba się zastanowić, jakie są przyczyny niepowodzenia i znaleźć rozwiązania. Najważniejsze jest jednak, by się nie poddawać. Kiedy coś nam nie wychodzi, wówczas cel trzeba modyfikować.

Ważne jest też byśmy, dzięki naszemu postanowie-

niu doświadczali przyjemności. Czyli jeżeli wybierzemy bieganie, którego nie lubimy, to jest bardzo mała szansa na to, iż taki cel uda nam się osiągnąć. Jednak, jeśli lubimy tańczyć i zaczniemy to robić, to jest duża szansa na to, że będziemy realizować postanowienie poprawienia naszej kondycji poprzez taniec. Dobrze jest się zobowiązać, że będziemy wykonywać jakąś czynność z kimś, z koleżanką czy kolegą. Wtedy chodząc wspólnie np. na zajęcia fitness, będziemy się wzajemnie motywować. Zobowiązanie wobec drugiej osoby również będzie sprawiać, iż mimo chwilowego zwątpienia postaramy się wyjść z domu.

Brak sił lub złe samopoczucie nie mogą być powodem do rezygnacji z postanowienia. Każdy z nas ma gorsze dni i kiepskie samopoczucie, wtedy trzeba odpocząć. Jeśli nam się nie

udaje, nie można się zalać. W takim przypadku trzeba zastanowić się nad tym, co spowodowało, że nie osiągamy celu. Jeśli poznamy przyczyny, to także przy innych okazjach, kiedy będziemy zmieniali coś w swoim życiu, będziemy wiedzieli, co nas blokowało. Przez to będziemy unikać porażek. Zbieranie takiej wiedzy, to bezcenne wskazówki na przyszłość. Warto też mieć plan awaryjny, gdyby nie udało nam się osiągnąć celu. To daje nam furtkę, by z innej perspektywy podejść do kolejnego wyzwania, czy tego samego, ale odrobnie zmodyfikowanego. Wówczas unikniemy poczucia, że coś nam w życiu nie wyszło. Jeżeli będziemy się poddawać wiele razy, może to wpłynąć na obniżenie naszej samooceny, więc warto mobilizować się do działania, nawet takiego minimalnego. (ach)

100% PREMIUM

TRADYCYJNE WĘDLINY

Smaki Doliny Zielawy

Prosto od rolnika

Dawidy 97 • tel: 502 728 447 • e-mail: kontakt@smakidolinyzielawy.pl
www.smakidolinyzielawy.pl

NAJWIĘKSZY W POWIECIE

CholimpeX SKLEP MEDYCZNY

od 17 czerwca nowa lokalizacja
ul. Warszawska 14

SKLEPY MEDYCZNE CHOLIMPEX

- Biała Podlaska, ul. Terebelska 60c 507 072 502
- Biała Podlaska, ul. Warszawska 14 731 405 070
- Parczew, ul. Szpitalna 2B 517 480 777
- Radzyń Podlaski, ul. Wisznicka 111 512 729 090
- Międzyrzec Podlaski, ul. Staromiejska 7 506 414 102

cholimpex@poczta.fm informacja: 537 43 42 41

Wypożyczalnia Sprzętu Medycznego CHOLIMPEX

- łóżka rehabilitacyjne
- ssaki elektryczne
- podnośniki
- koncentratory tlenu

DOWÓZ Z MONTAŻEM tel. 537 43 42 41

SEX SHOP

Brzeska 60
Biała Podlaska
Czynne do godz. 18
507 760 666

Fizjo Relaks

Terapeuci manualni i Masażyści

- bóle kręgosłupa
- bóle mięśniowe
- rehabilitacja pooperacyjna
- bóle trzewne
- skrzywienia kręgosłupa

MASAŻE:

- rozluźniające
- relaksacyjne
- kształtujące sylwetkę
- wyszczuplające
- wzmacniające
- gorącymi kamieniami

Biała Podlaska, ul. Siderska 59A
518 243 400

Dzień babci i dziadka, to czas szczególnej pamięci o tych, których kochamy najbardziej na świecie

Kochanym babciom, kochanym dziadkom

Jak co roku w styczniu przychodzi moment, gdy wszystkie wnuki mają wyjątkową okazję, by swoim babciom i dziadkom powiedzieć, jak są dla nas ważni i jak bardzo ich kochamy. Słowo Podlasia jak zwykle ułatwia przekazanie takich życzeń swoim czytelnikom. Na naszych łamach zamieszczamy życzenia, które za naszym pośrednictwem wysłaliście swoim dziadkom i babciom. Korzystając z okazji, do wszystkich tych ciepłych słów się dołączamy. Życzymy zdrowia, miłości i pociechy z wnucząt, oczywiście. Kochani dziadkowie, żyjcie nam sto lat!

Babci Teresce, z okazji Dnia Babci, dużo zdrowia i radości każdego dnia życzą Da-

wid, Michał, Kuba i Julia. Babciu kochamy Cię najbardziej na świecie

Babcia moja kochana. Babcia jak druga Mama. Nie ma lepszego lekarstwa na ból niż, gdy Babcia przytuli czule. Babcia się troszczy, lubi rozpieszczać – jak zacznie karmić nie może przestać i Babcie nie można nikim zastąpić, więc trzeba ją cenić, pochwał nie skąpić, a Dziadziuś mój kochany jest plasterkiem na moje rany, rozpieszcza mnie i wspiera, uczy jak dobro wybierać, zna wiele historii ciekawych i uczy prawdziwej zabawy.

Zabawny w tym jest na dokładkę, dziękuję, że jest moim Dziadkiem. Najlepsze życzenia w Dniu Waszego święta Babciom Ali i Gosi oraz Dziadkom Stefanowi i Krzysiovi śle wnuczek Filip

Kochana babciu, kochany dziadku, dziś wam przynoszę po jednym kwiatku, do tego dokładam serdeczne życzenia, niech Wam się spełnią wszystkie marzenia! Dziadkom: Markowi i Jankowi oraz babciom: Zosi i Halince życzą wnuczki



Choć babcia z dziadkiem lubią przesadzać, próbując wnukom swoim dogadzać, to kochamy ich za to ogromnie i za to, że zawsze są koło nas, wtedy gdy ich potrzebujemy. Dla Babci Jadzi i dziadka Stasia wszystkiego najwspanialszego życzą wnuki: Krystian, Julia, Wiktor, Eliza



Kochana Babciu, Kochana Mamo! Życzymy Ci mnóstwa kolejnych sukcesów, samych dobrych ludzi wokół oraz przede wszystkim zdrowia! Kochamy Cię bardzo! Jagódka, Ewa, Artur



Kocham mocno Babcię, Dziadka! To nie żarty moi mili! Dzisiaj im życzenia składam, By sto latek jeszcze żyli! Najserdeczniejsze życzenia składa Kubuś!



Babcia z dziadkiem dziś świętują, wszystkie dzieci więc pracują. Zetrą kurze w każdym kątku, przypilnują dziś porządku. W kuchni błyszczą już talerze, wnusia babci bluzkę pierze. Wnusi już podaje kaptcie, bardzo Kocha swoją babcię. Dzisiaj wszystkie smutki precz! Święto Dziadków ważna rzecz! Najlepsze życzenia dla Babci – Celiny i Asi oraz Dziadka – Józka i Mietka składają Oliwia i Kacper



Kochani, dziś okazja rzadka: mamy Dzień Babci i Dzień Dziadka. Jak wiecie, jest ich razem czworo, co można sprawdzić, gdy się zbiorą. Wciąż mówią wtedy o tych latach, gdy dzieckiem jeszcze był mój tata, a moja mama bez swych lalek do łóżka iść nie chciała wcale. A teraz (ach, jak ten czas leci!) cieszą się z dzieci swoich dzieci. I myślą widząc ich gromadkę, że miło babcią być i dziadkiem. Kochamy Was Nikolcia i Kamiś



Babcia Marysia i babcia Celinka z dziadkiem Stasiem dziś świętują, więc ich wnuki dziś pracują. Zetrą kurze w każdym kątku, przypilnują dziś porządku. W kuchni błyszczą już talerze, wnusia babci bluzkę pierze. Wnusi już podaje kaptcie, bardzo Kocha swoje babcie. Dzisiaj wszystkie smutki precz! Święto Dziadków ważna rzecz! Nadia i Fabian



Znamy jedną kobietę o sercu gołębia, jej oczy to czysta tajemnica głębia, przy niej się goi każda nasza rana, taka jest właśnie nasza Babcia kochana. Życzą Dawidek, Maciuś i Amelka



Babciu! Babciu! Dziś Twój wnuczek Szepnie Ci do Twoich uszek Babciu! Babciu! Kocham Cię! Cały rok! – Nie tylko dzień! Dziadku! Dziadku! Tutaj wnuczka: Dzisiaj szepnę Ci do uszka Dziadku! Dziadku! Kocham Cię! Cały rok! – Nie tylko dzień! Najlepsze życzenia z okazji Dnia Babci i Dziadka, dużo zdrowia, pogody ducha i ogromnych pokładów energii życzą dla Babci Marysi i Dziadka Franka Klaudusia i Oskarek



Najlepsze życzenia dla kochanych dziadków Małgosi i Pawła oraz Heni i Andrzeja śle Milusia



Babciu Mirko i Dziadku Józku z okazji waszego święta Madzia, Oliwka i Piotrek zawsze o Was pamięta. Życzymy Wam dużo radości i niech uśmiech na Waszej twarzy codziennie gości



Dziadek i Babcia to zgrana para, która zawsze nas miłością obdarza, cieszy się z każdego naszego sukcesu, daje nam całe swoje serce i nie ma w tym żadnego biznesu. Dzisiaj życzymy Wam z całego serca, by zdrowko zawsze stało Na pierwszym miejscu! Babciu i dziadku Kochamy Was! Antonina i Michalina



Pędzą wnuki ulicami z ogromnymi laurkami. Te laurki pełne kwiatków są dla wszystkich babć i dziadków. A dziadkowie wraz z babciami już czekają przed domami. Przez lornetki patrzą w dal, wystrojeni jak na bal. Wszystkiego najlepszego dla Dziadka Stasia, Babci Eli i Dorotki oraz Prababci Wiesi i Rozalii życzą Amelia i Łucja



Babcia i Dziadek to moja rodzinka, ja jestem córką ich synka. A że dopiero mam kilka latek, ich synek pomaga mi na dodatek w składaniu życzeń z serca płynących. Choć mała jestem mam serce gorące, więc bądźcie zdrowi Babciu i Dziadku i żyjcie 100 lat w zdrowiu i dostatku. Babci Grażynce i Dziadkowi Zbyszkowi życzy wnuczka Julia



Kochana Babciu Aniello, Kochany Dziadku Zenku! Czas jak koło szybko krąży, rok za rokiem szybko mija. Z życzeniami wnuczki dążą, niech Wam tylko szczęście sprzyja. Dużo zdrowia, szczęścia, pomyślności. Życzą Wasi wnuczki - Zuzia, Oluś, Marcelinka i Antoś



Przyjmij, Kochana Babciu, z serca płynące życzenia: dobrego zdrowia, optymizmu i spełnienia wszystkich marzeń życzy Kacper, Wiki i Julia



Kochanym babciom Krysi i Jadzi oraz dziadkom Mietkowi i Jankowi dużo zdrowia, radości i szczęścia życzą Natalia i Jaś



Babcia Danusia z Tłuszcza jest wszystkim znana, taka lubiana i taka kochana. Nasza babcia jest jak wiosna, taka piękna i radosna. Wszędzie jej pełno, występy daje i z koleżankami autografy rozdaje. Babciu w dniu Twojego święta życzymy Ci zdrowia, szczęścia, radości i pociechy z wnuków i prawnuczek, życzy cała 15 czyli: Adam, Emilia, Jakub, Rafał, Małgosia, Dawid, Maja, Wiktoria, Gabriel, Anita, Kinga, Patryk, Alan oraz prawnuczki: Oliwia, Kinga



Ukochanym dziadkom Jandwidzie i Antoniemu w dniu Ich Święta samych radości, serdeczności, dużo zdrowia i cierpliwości składa najmłodsza wnuczka Aleksandra



Z okazji Dnia Babci i Dziadka, wszystkiego najlepszego, zdrowia, szczęścia i mnóstwo miłości dla Kochanych Babć Wiolety i Moniki, Dziadków Remigiusza i Krzysztofa, Prababć Krystyny, Alicji, Halinki i Halinki. Pradziadków Sławomira, Adama i Jana oraz Praprababć Apolonii i Marysi życzy Ola Turuta wraz z rodzicami



Nie umiem pisać, układać wierszy, a ten Dzień Babci i Dziadka jest moim pierwszym. Nie umiem czytać, nie umiem liczyć, z pomocą rodziców więc chcę życzyć moim Dziadkom dużo radości - niech żyją 100 lat w zdrowiu i miłości! Najlepsze życzenia Kochanym Dziadkom i Babciom składa Zosia



Kochana Babciu, Kochany Dziadku! Czas jak koło szybko krąży, rok za rokiem szybko mija. Z życzeniami wnuczka dąży, niech Wam tylko szczęście sprzyja. Sto lat dla babci Krysi i Ali i dziadków Bogusia i Henia życzy Marysia



Wszystkiego najlepszego dla babci Zosi i dziadka Wiesia z Koroszczyzna. Dużo zdrowia, miłości i szczęścia od wszystkich wnucząt z gorącymi pozdrowieniami z Wołomina



Kochany Dziadku, życzę Ci dużo zdrowia, radości i szczęścia. Buziaki przesyła Jaś



Samych cudownych dni w życiu, dużo zdrowia i uśmiechu dla kochanej babci Teresy, Jasi i Joli oraz dziadzia Zbyszka i Marka. Życzy super wnuczka Nikola



Kochanej babci, kochanemu dziadkowi życzymy dużo zdrowia, szczęścia, pomyślności i dużo radości życzą Mateusz, Maja, Krystian, Filip i Róża



Kochani! W dniu Waszego święta życzymy Wam nieustającego zdrowia, radości i pomyślności. Długiego życia w otoczeniu najukochańszych bliskich życzą babci Krysi i dziadkowi Czesławowi Oliwici i Kuba



Kochanym Dziadkom Krysi i Czesiowi Kamińskim dużo zdrowia i uśmiechu na co dzień życzy kochająca wnuczka Vanessa Ślimak

Dziękuję Wam z całego serduszka. Kocham Was moje Kotutki



Kochana Babciu, Kochany Dziadku! Czas jak koło szybko krąży, rok za rokiem szybko mija. Z życzeniami wnuczek dąży, niech Wam tylko szczęście sprzyja. Najlepsze życzenia Babci Basi i Prababci Marysi oraz Dziadkowi Zbyszkowi śle wnuczek Olek



Kochanej babci Marysi Łukaszyk z Piszczacza Pierwszego życzymy dużo zdrowia, szczęścia, zadowolenia z wnuków oraz wszelkiej pomyślności życzą Angelika, Adrian, Jakub, Dawid oraz prawnuczek Kacperek



Na dzień Babci i Dziadka chcę Wam złożyć serdeczne życzenia, byście lat setnych dożyli, nie wiedząc, co to zmartwienia. Życzy Kacper Wiki i Julia



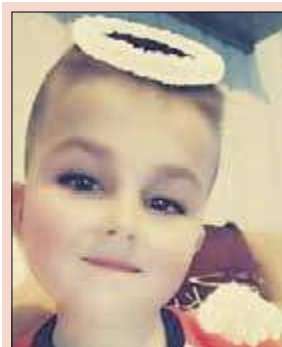
Choć Babcia z Dziadkiem lubią przesadzać, próbując wnukom swoim dogadzać, to kocham ich za to ogromnie i za to, że zawsze są koło mnie, wtedy, gdy ich potrzebuję, Babciu Teresko i Dziadku Władku - bardzo Wam za to dziękuję! Kocham Was - Amelia



Kochanej Babci Wandzi i dla Dziadzia Witka najlepsze życzenia dużo zdrowia i miłości, dużo uśmiechu i sił do wspólnej zabawy składają zawsze kochające wnuki Sandra i Aluś



Aniołki, Aniołki, czy wy wiecie, że mam najlepszą babcię i dziadka na świecie, choć mali jesteśmy i małe serca mamy, chcemy Wam życzyć, byście zawsze zdrowi byli i żyli nam 100 lat. Dla Babci Jagusi i Babci Krysi i Dziadka Leszka. Życzy Igorek i Alicja



Choć Babcia z Dziadkiem lubią przesadzać, próbując wnukom swoim dogadzać, to kocham ich za to ogromnie i za to, że zawsze są koło mnie, wtedy, gdy ich potrzebuję, Babciu i Dziadku - dziękuję! Babciom Eli i Lidzi oraz dziadkowi Jarkowi najserdeczniejsze życzenia składa wnuczek Kacperek



Kochana babciu, kochany dziadku, dziś Wam przynoszę po jednym kwiatku, do tego dokładam serdeczne życzenia, niech Wam się spełnią wszystkie marzenia! Dla najukochańszej Babci Mirci i Krysi, dla dziadzia Romcia i Gienia życzą Hania i Zuzia Szymczuk



Kochanym babciom Jadzi i Kasi zdrówka, radości, mało zmar-twień i uśmiechu każdego dnia. Życzą wnusie Magda, Marysia i Jadziulka. Moc buziaków. Kochamy Was bardzo



Aby babcia i dziadziunio w zdrowiu długo żyli. Aby uśmiech dla nas mieli w każdej wolnej chwili. Dla babci Grażynki, dziadka Sta-sia, babci Marysi i dziadka Zenka - Wiktor



Choć babcia lubi przesa-dzać, próbując wnukom swoim dogadzać, to Kocham ją za to ogromnie i za to, że zawsze jest koło mnie, wtedy gdy ją potrzebuję. Babciu - dziękuję! Babci Krysi najser-decniejsze życzenia składa wnuczek Patryk



Kochanej Babci Zofii Bu-trym. Za cierpliwość i mi-łość. Dużo zdrówka, spełnie-nia marzeń życzy Jasminka

Dla babci Agnieszki Jeru-zalskiej. W dniu Babci, ma kochana składam Ci ży-czenia dużo zdrowia, szczę-ścia i powodzenia składa Ci wnuk Dawid Andrzejuk

Kochana babciu, kochany dziadku, dziś Wam przy-noszę po jednym kwiatku, do tego dokładam serdecz-ne życzenia, niech Wam się spełnią wszystkie marzenia! Dziadkom: Markowi i Janko-wi oraz babciom: Zosi i Ha-lince życzą wnuczki



Droga Babciu, Drogi Dziad-ku! W dniu Waszego świę-ta zdrowia oraz szczęścia, życzą Wam wnuczęta. Dla dziadków Renaty i Andrzeja ze Studzianki życzą wnuko-wie Oskar i Oliwka



Kochanym babciom Aline i Teresce oraz dziadkom Rom-kowi i Antoniemu. Zdrówka, szczęścia i stodczy Julka, Paweł, Patryk życzą



Kochani, dziś okazja rzad-ka. Mamy Dzień Babci oraz Dziadka. Jak wiecie jest ich razem czworo, co można sprawdzić, gdy się zbiorą. Wciąż mówią wtedy o tych la-tach, gdy jeszcze dzieckiem był mój tata. A nasza mama bez swych lalek do tóżka iść nie chciała wcale. A teraz, jak ten czas wciąż leci! Cieszą się z dzieci swoich dzieci. I my-ślą widząc ich gromadkę, że miło babcią być i dziadkiem. Więc dziś spróbujcie zapamiętać. Czym są dla dziad-ków ich wnuczęta? I pięknej szansy nie przegapcie: ko-chajcie dziadków swych i babcie. Kochanym babciom Ali i Krysi oraz wspaniałym dziadkom Tadekowi i Jurkowi dużo zdrówka życzą: Amelka z Laurką



Wszystko, co było Waszym marzeniem, co jest i będzie w przyszłości. Niech nie ule-ci z cichym westchnieniem, lecz niech się spełni w cało-ści! Kochanym prababciom Jadzi i Uli, babciom Eli i Bogustawie oraz dziadziowi Andrzejowi życzą Kacper i Szymon



Babciu, Dziadku. Z okazji Waszego święta życzymy Wam dużo zdrówka, szczę-ścia, miłości, cierpliwości, aby uśmiech nigdy nie zniknął z Waszej twarzy. Życzą Julka i Kuba



Przyjmij kochana Babciu Wiesiu i kochany Dziadku Władziu z serduszka płynące życzenia: dobrego zdrowia, dużo uśmiechu i spełnienia marzeń



Od maluszka prosto z ser-duszka. Okazja nie lada grat-ka. Pierwsze życzenia dla Babci Bożenki, Babci Reni i Dziadka Janka. Niech dopi-suje Wam zdrowie, a ja jak urosnę wierszyk Wam opo-wiem. Śle wnuczek Kubuś



Na Dzień Babci i Dzień Dziad-ka chcemy Wam złożyć ser-deczne życzenia, byście lat setnych dożyli, nie wiedząc, co to zmartwienie! Życzą Fi-lip z Wiktoria dla babci Hali-ny i dziadka Leszka



Babciu, Dziadku „Człowiek jest wielki nie przez to co posiada, lecz przez to kim jest, nie przez to co ma, lecz przez to czym dzieli się z in-nymi. Dziękujemy za wszyst-ko, czym dzielicie się z nami. Babcie Ania i Basia. Dziadko-wie Stasio i Miecio. Kochamy Was, Martynka i Olek.



Dziadku miły, dobrotliwy, bądź wesoły i szczęśliwy, niech Ci wszystko dobrze służy, żyj spokojnie i bez bu-rzy. Życzę Tobie Babciu miła, byś zawsze w życiu szczęśli-wa była, życzę Ci Babciu ży-cia najdłuższego, pociechy ze mnie i wszystkiego naj-lepszego. Najlepsze życzenia w dniu święta Babci Reni i dziadka Mirka Kamińskich przesyła wnuczka Marysia Rychlewska



Wnuczkowi małemu słów niewiele trzeba, on Tobie Babuniu chce przychylić nie-ba. A chociaż wszystkiego powiedzieć nie umie, jego uściski Babcia zrozumie... Wszystkiego najlepszego babciu, Alan



Babciu, Dziadku, cóż wam dam? Tylko jedno serce mam! A w tym sercu same róże, życie więc mi jak naj-dłużej! Życzą wnuczka Julia Zalewska



Kochanym Babciom i Kocha-nym Dziadkom składamy najserdeczniejsze życzenia. Dużo, dużo zdrowia, szczę-ścia i radości ! A od nas ogrom buziaków i miłości! Oliwka i Sebek



Kochana Babciu, Kochany Dziadku, dziś Wam przy-no-szę po jednym kwiatku, do tego dokładam serdeczne życzenia, niech Wam się spełnią wszystkie marze-nia! Wszystkiego najlepszego Babciom: Krysi i Beatce Dziadkom: Grzesiowi i Zby-siowi oraz Prababciom: Wła-dzi, Mariannie, Irence i Ma-rysi życzą: wnuczka Lenka i wnuczek Michał



Kochanym Babciom Marysi i Alinie oraz Kochanym Dziad-kiem Zbyszkowi i Januszowi dużo zdrowia, szczęścia, ra-dości i wszystkiego, co naj-lepsze życzą ukochane wnu-ki Tomcio i Artur



Babciu, Dziadku składam Wam najserdeczniejsze ży-czenia, dużo zdrowia, szczę-ścia, samych radosnych chwil spędzonych z wnu-kami i uśmiechu na każdy dzień, życie nam sto lat. Ko-chanej Babci Reni i Krysi, Ko-chanemu Dziadkowi Wiesio-wi i Władkowi oraz Prababci Czesi życzą kochane wnuczki Marcin i Martynka



Kochanym Babciom Halince i Anieli oraz ukochanemu Dziadkowi Bolkowi z okazji dnia Waszego święta wszystkiego, co w życiu najlepsze i najpiękniejsze, dobrego zdrowia, nieustającej radości oraz dużo miłości i samych pogodnych dni życzą wnuczki Renatka, Dorotka i Justynka. Kochamy Was



Dam ja Babci i Dziadkowi To serduszek, co tak dla Niech bije. I przytupnę mocno nóżką. Babcia Dziadek Niech nam żyją! Kochanej Babci Marioli i Grażynie, Kochanym Dziadkom Jarkowi i Piotrowi dużo zdrowia i miłości życzy Alicja



Kocham mocno Babcię, Dziadka To nie żarty moi mili. Dzisiaj im życzenia składam, by sto latek jeszcze żyli. Moc buziaków i uściśków Babciom Marysi i Ani oraz Dziadkom Andrzejowi i Wiesławowi przesyła mała Kornelia Niedźwiedź



Babcu, babciu Stasiu tak cię kocham jak się oddalę, już z rozstania szlocham. Ty mi zawsze pomożesz, tyle ile sama możesz. Dzisiaj Twoje święto! Ono ma moc zaklętą! Twoi Wnukowie i prawnukowie. Manuel i Maik



Zimowe słońeczko wesóło patrzy i ciepły uśmiech posyła babci. I ja też babciu mam dziś dla Ciebie uśmiech jak słońce jasne na niebie. Wszystkiego najlepszego dla babci Tereski od wnuczki Kingi



Zdrowia, pomyślności, błogosławieństw z Nieba! Żebyś miała, Babciu, wszystko, czego trzeba! Najlepsze życzenia dla Babci Jasi przesyłają Mateuszek i Robercik



Kochana Babciu Marysiu! W dniu Twojego Święta życzymy Ci najwięcej zdrowia, obyś była z nami jak najdłużej. Bardzo Cię Kochamy!!! Igorek i Nikola



Dziękujemy za dobre serce... za dużo dobrych rad, za każdą krytykę którą przyjęliśmy na swoje barki... za to, że pozwalacie nam dalej się uczyć wszystkiego i przede wszystkim za opiekę. Wszystkiego najlepszego w dniu Waszego święta. Najlepsi dziadkowie i opiekunowie na świecie, Władysławie i Władysławo od Przemka i Izzy



Kochanym babciom Jasi Derkacz i Jadzi Teodoruk oraz ukochanemu dziadkowi Frankowi, życzenia wszelkiego błogosławieństwa, zdrowia i długich lat życia oraz samych pogodnych dni życzy Gabriela



Kochanej babci Ali, najserdeczniejsze życzenia, z okazji dnia babci składa Wiktor



W dniu Waszego święta, Ukochana Babciu Krysiu, Ukochany Dziadku Heńku życzymy Wam z całego serca: zdrowia, szczęścia i pomyślności. Niech los, co ma najlepszego, ścieli Wam pod nogi i niech Was otacza radość, a omija smutek. Tego wszystkiego życzą Wam - Zuzia, Oluś i Klaudia



Kocham mocno Babcię, Dziadków. To nie żarty moi mili, dzisiaj im życzenia składam, By sto latek jeszcze żyli. Najserdeczniejsze życzenia Babci Basie, Teresie i Prabaci Marysi oraz Dziadkom Zbigniewowi i Marianowi śle wnusia Julia



Kochanym Dziadkom, kochanym Babciom w dniu Waszego święta życzymy zdrowych, pogodnych dni, wiele radości i pociechy z wnuków, dużo zdrowia, no i najważniejsze dużo miłości i wytrwałości



Czasem, gdy sen skrzydła uniósł, Ciebie widziałem Babuniu, jak swą delikatną ręką w śnie okrywasz mnie kołderką... I codziennie widzę stulecie, jak się troszczysz o mnie wytrwale.. Więc ode mnie przyjmij mej wdzięczności zapewnienie mej miłości... Babciu najserdeczniejsze życzenia od Twoich trzech muszkieterów



Ile gwiazd w wieczornym mroku ponad naszym krajem lśni, tyle życzę Drogiemu Dziadkom jasnych i szczęśliwych dni. Życzy Nikola i Oliwia babci Agacie i Marzenie oraz dziadkowi Bogdanowi



Babcu Dziadku coś Wam dam, tylko jedno serce mam, a w Tym sercu róży kwiat, Babciu, Dziadku żyj sto lat. Najserdeczniejsze życzenia dla Babci Iwonki i Dziadka Andrzeja od Nicolii i Marceliny Szewcow



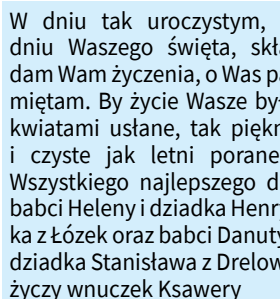
Nasze kochane babcie! Bądźcie zawsze zdrowe, wesole i uśmiechnięte! Najlepsze życzenia przesyłają Olga i Paulina



Chce Wam złożyć dziś życzenia, by spełniły się marzenia. Zdrowia, szczęścia, pomyślności, moc uśmiechów i radości. Najserdeczniejsze życzenia Babciom Gosi i Kazi oraz Dziadkom Jarkowi i Andrzejowi. Filip Piłat



Kochanej Babci Bernardce oraz Drogiemu Dziadkowi Bogdanowi dużo radości, miłości oraz zdrowia. Aby babci wypieki zawsze tak wspaniale smakowały, a dziadek bezpiecznie wracał do domu z każdej trasy. Kochamy Was bardzo mocno. Hania, Kacper i Bartuś



W dniu tak uroczystym, w dniu Waszego święta, składam Wam życzenia, o Was pamiętam. By życie Wasze było kwiatami usłane, tak piękne i czyste jak letni poranek. Wszystkiego najlepszego dla babci Heleny i dziadka Henryka z Łózek oraz babci Danuty i dziadka Stanisława z Drelowa życzy wnuczek Ksawery



TV
SLOWA
PODLASIA
PROGRAM

Program telewizyjny 21.01 - 27.01.2020



Miłość bez końca

TVN, sobota 25.01, godz. 22.15

On jest piękny i biedny, ona – piękna i bogata. Chodzili do tego samego liceum, ale nigdy się nie poznali. Przez cztery szkolne lata spoglądali na siebie ukradkiem, ale żadne nie miało odwagi, by rozpocząć rozmowę. Kiedy już opuszczają szkolne mury, David (Alex Pettyfer) postanawia porozmawiać z blondwłosą piękną (Gabriella Wilde). Tak rodzi się młodzięcza miłość. Uczucie tragiczne, bo z góry skazane na krótkotrwały żywot. Za kilka tygodni Jade ma bowiem wyjechać na prestiżowy staż i szykować się do lekaarskiej kariery. Jakby tego było mało, na drodze do szczęścia staje też ojciec dziewczyny (Bruce Greenwood). To między nim i młodym kochankiem rozciąga się główna oś dramaturgiczna filmu.

Wolny strzelec

TVP 1, sobota 25.01, godz. 21.30

Louis Bloom utrzymuje się z drobnych kradzieży. Desperacko poszukuje pracy. Braki w wykształceniu nadrabia spostrzegawczością, pewnością siebie i motywacyjnymi formułkami wycytanymi w internecie. Pewnej nocy widzi, jak mężczyzna filmuje amatorski reportaż z nocnego wypadku, który następnie sprzedaje mediom. Wie, że to fach dla niego. Kupuje tani sprzęt i przemierza nocą miasto w poszukiwaniu okazji na dobry materiał. Niebawem zatrudnia do pomocy Ricka. Zuchwale wkracza na tereny wypadków odgradzane policyjną taśmą i nie daje się z nich przepędzać. Gdy w domu, w którym doszło do strzelaniny, zastaje zamknięte drzwi, zakrada się do środka przez okno. Szefowa programu informacyjnego jest zachwycona efektami pracy Louisa. Nikomu nie udaje się uchwycić tak dobrze koszarów rozgrywających się na ulicach Miasta Aniołów. Krwawe materiały podnoszą wyniki oglądalności. Kobieta zachęca Blooma do filmowania brutalnych zdarzeń.



Czym chata bogata

TVP 2, sobota 25.01, godz. 22.10

Jean-Etienne Fouerole jest bogatym pisarzem oraz celebrytą. Podczas telewizyjnego programu zostaje podniesiona kwestia żyjących na ulicach Romów. Sprowokowany w dyskusji Jean-Etienne zaprasza pod swój dach romską rodzinę. Niespodziewanie rodzina, której głową jest Babik postanawia skorzystać z oferty i pojawia się przed bramą ekskluzywnego domu celebryty. Nagle świat pisarza populisty i jego żony artystki, w którym dzień zaczyna się od śniadania podanego przez hinduskiego lokaja, a wszystko jest perfekcyjne, zostaje zderzony z koczowniczym trybem życia Romów.



Do utraty sił

TVP 2, niedziela 26.01, godz. 21.00

Billy Hope stoczył na bokserskim ringu ponad czterdzieści zwycięskich walk, co zapewniło mu tytuł mistrza i majątek. W życiu sportowca liczą się przede wszystkim żona Maureen i córka Leila. Ryzykowna technika walki sprawia, że Hope w każdym ze starć odnosi dużo obrażeń. Podczas pojedynku, którego stawką jest obrona tytułu mistrza, doznaje urazu oka. Za namową żony jest gotów wycofać się z brutalnego sportu w momencie, gdy jest na samym szczycie swojej kariery. Ponieważ ma kochającą rodzinę, majątek i szacunek otoczenia, nawet nie podejrzewa, że może stracić wszystko jednego dnia. Pewnego wieczoru podczas przyjęcia charytatywnego daje się wyprowadzić z równowagi rywalowi. Od przypadkowej kuli na oczach gości ginie żona Hope'a. Zdruzgotany sportowiec szuka pocieszenia w alkoholu i nie radzi sobie z agresją.



PitBull

Polsat, niedziela 26.01, godz. 23.40

W stołecznym wydziale zabójstw pracuje grupa doświadczonych funkcjonariuszy, których łączy przyjaźń i zawodowa solidarność. Są wśród nich solidny i rozsądny Gebels, cierpiący na chorobę wieńcową Benek i alkoholik Metyl, a także młodszy od nich Despero i uczący się dopiero zawodu Nielat. Co dzień prowadzą oni śledztwa zmuszające ich do nawiązywania bliskich kontaktów z przestępcami. Są przy tym źle opłacani i mają mnóstwo problemów osobistych...



TVP 1	TVP 1
5.40 Jaka to melodia?	5.20 Przysięga (91) - serial
7.10 Elif s.III (648) - serial	8.00 Wiadomości
8.10 Pogoda	8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Korona królów (318) - telenowela	9.20 Ranczo s.VII (90) - Trudne powroty - serial
10.15 Komisarz Alex s.VII (90) - Zakończana w mordercy - serial	11.10 Ojciec Mateusz s.XX (258) - Zabójczy instynkt - serial
12.00 Wiadomości	12.15 Agrobiznes
12.35 Agropogoda - magazyn	12.40 Magazyn Rolniczy
12.55 Epifania - Święto Jordanu w Kościele Greckokatolickim	14.00 Elif s.III (649) - serial
15.00 Wiadomości	15.10 Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn	15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (92) - serial	17.00 Teleexpress
17.20 Pogoda	17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3594) - telenowela	18.30 Korona królów (319) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej	19.25 Sport
19.30 Wiadomości	20.05 Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn	20.30 Leśniczówka (184) - serial
20.55 Zniewolona. Kulisy (18)	21.05 Zniewolona (18) - serial
21.55 Magazyn Ekspresu Reporterów	23.00 Ocaleni - reality show
0.05 Głębia ostrości	0.35 Winnetou, cz. 3 - Ostatnia bitwa - serial
2.55 Bez tożsamości (14) - serial	3.45 Bez tożsamości (15) - serial
4.35 Magazyn Ekspresu Reporterów	5.25 Zakończenie dnia

POLSAT	POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News	9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Dzień, który zmienił moje życie	11.00 Dlaczego ja?
12.00 Gliniarze	13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość	14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda	16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112	17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość	18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich	



20.10 Terminator: Genisys - film sci-fi, USA, 2015, reż. Alan Taylor, wyk. Arnold Schwarzenegger, Jason Clarke, Emilia Clarke, Jai Courtney - Rok 2029. John Connor stoi na czele rebeliantów, którzy walczą z zagrażającymi ludzkości cyborgami. Nie jest mu jednak łatwo. Tym bardziej że musi się zmierzyć zarówno z wrogami z przeszłości, jak i z przyszłości. Mężczyzna wysłał zaufanego porucznika Kyle'a Reese'a do roku 1984, aby ten uratował jego matkę, Sarah Connor, przed śmiercią.	22.50 W sieci pająka - thriller, USA, Niemcy/Kanada, 2001, reż. Lee Tamahori, wyk. Morgan Freeman, Monica Potter, Michael Wincott, Dylan Baker
1.00 Nasz nowy dom	3.00 Tajemnice losu

SUPER POLSAT	SUPER POLSAT
6.00 SuperLudzie Extra	6.25 Wydarzenia
7.00 Rycerka Nella	7.30 Rafcio Śrubka
8.00 Babelkowy świat guzików	8.30 Psi patrol
9.00 Psi patrol	9.30 Potwory kontra obcy
10.00 Niania	11.00 Nasz nowy dom
12.00 Misja Weteran	12.30 W rytmie serca
13.30 TOP CHEF	15.00 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia
16.30 Twoja Twarz Brzmi Znajomo	18.30 Linia życia. Niepokonani
19.00 Nasz nowy dom	20.00 Lot 93 z Newark - dramat, Kanada, USA, 2006, reż. Peter Markle, wyk. Jeffrey Nordling, Brennan Elliott, Ty Olsson, Kendall Cross
21.55 Świat według Kiepskich	22.30 Świat według Kiepskich
23.00 Jedz, baw się, kochaj - komedia romantyczna, USA, Kanada, 2017, reż. Christie Will, wyk. Jen Lilley, Jason Cermak, Lee Majors, Lindsay Wagner	1.00 Hotel 52
2.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo	4.00 Malanowski i Partnerzy

STOPKŁATKA	Stopklatka
6.20 Złotopolscy - serial	7.20 Plebania - serial
8.20 Castle - serial	9.15 Sekrety luksusowych hoteli - serial
10.10 Zaginionie światy - serial	11.05 Przetwalam zabójczą pogodę - serial
12.05 Katastrofy w przestworzach	14.10 Chicago Fire - serial
15.05 Chicago Fire - serial	16.00 Castle - serial
16.55 Nowa Scena Śmiechu	17.50 Wojny kontenerowe
18.45 Allo, Allo - serial	20.00 Twarda sztuka - komediodramat
21.15 Skazany na bluesa - dramat	

TVP 2	TVP 2
4.45 Koło fortuny - teleturniej	5.20 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (22) - Serce z kamienia - serial
6.15 Armenia - w poszukiwaniu korzeni - reportaż	6.40 Familiada - teleturniej
7.15 Pytanie na śniadanie	11.00 Panorama
11.05 Pogoda	11.10 Pytanie na śniadanie Extra
11.25 Rodzinka.pl s.III (74) - Wolna chata - serial	11.55 Barwy szczęścia (2176) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej	13.05 Va Banque (10) - teleturniej
13.35 Na sygnale (236) - Zabawa dopiero się rozkręca - serial	14.10 M jak miłość (1486) - serial
15.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (49) - serial	16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej	17.10 Wieźień miłości (223), Turcja
18.00 Panorama	18.25 Pogoda
18.30 Va Banque (11) - teleturniej	18.55 Rodzinka.pl s.VIII (180) - Boskie życie - serial
19.35 Barwy szczęścia (2176) - serial	20.10 Barwy szczęścia (2177) - serial
20.40 Kulisy serialu	20.55 M jak miłość (1487) - serial
21.50 Lepsza połowa (6) - serial	22.20 Zainwestuj w marzenia
22.30 Młodzi lekarze (6) sezon 3 - dokument	23.25 Ludzkie historie - Sposób na kryzys - film dok.
0.25 Rodzinka.pl (271) - Granice miłości - serial	0.55 Zaginiona (3) - Matka - serial
2.00 Jutro będzie futuro 2 - komedia, USA, reż. Steve Pink, wyk. Rob Corddry, Clark Duke, Craig Robinson, Kellee Stewart	3.40 Kulisy Tureckich Linii Lotniczych
4.30 Zakończenie programu	

TVN	TVN
4.50 Uwaga! - program interwencyjny	5.15 Mango - Telezakupy
6.20 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy	7.20 Doradca smaku
7.30 Dzień Dobry TVN - magazyn	11.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.00 Szkoła - serial	13.00 19 + - serial
13.30 19 + - serial	14.00 Ugotowani - program kulinarno - rozrywkowy
15.00 Szpital - program obyczajowy	16.00 Szkoła - serial
17.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy	18.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda	19.49 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
19.50 Uwaga! - program interwencyjny	20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial	20.55 Milionerzy



21.35 Zabójcy - film sensacyjny, USA, Francja 1995, reż. Richard Donner, wyk. Sylvester Stallone, Antonio Banderas, Julianne Moore, Anatoly Davydov, Muse Watson	0.15 Kuba Wojewódzki - talk show
1.15 Klinika bez tajemnic	2.15 Mentalista V - serial
3.15 NOC Magii	

TVP SPORT	TVP SPORT
5.30 Sportowy Wieczór	6.05 Piłka nożna - Puchar Włoch - Fiorentina - Atalanta 4
8.10 Piłka nożna - Puchar Włoch - AC Milan - SPAL 5	10.05 Piłka nożna - Puchar Włoch - Juventus - Udinese 6
12.00 Coppa Italia - podsumowanie	12.30 Tej jednej nocy. Joshua kontra Ruiz - film dok.
13.25 Skoki Narciarskie - PS - Titisee - Neustadt - podsumowanie	14.50 Bialo - czerwoni - historie niezwykle - Dyskobolka Halina Konopacka - cykl dok.
15.05 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski - magazyn piłkarski	16.15 Piłka nożna - Puchar Włoch - podsumowanie
18.20 Coppa Italia - podsumowanie	18.55 piłka nożna 20.55 Piłka nożna - Puchar Włoch 1/4F
21.00 Sportowy Wieczór	23.35 Boks - Gala w Brooklinie. Jermall Charlo - Dennis Hogan
0.35 Hokej na lodzie - NHL	1.05 Hokej na lodzie - NHL 2019 - Boston Bruins - Vegas Golden Knights

TTV	TTV
11.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska	13.20 Włoskie zdrady
13.50 Przyłapani na zdradzie	14.55 Królowe życia
15.45 Express	16.05 Uwaga! 16.30 Dżentelmeni i wieśniacy
17.30 DeFacto 17.45 Express	18.03 Raport smogowy
18.05 Damy i wieśniaczki. Ukraina	19.05 Gogglebox. Przed telewizorem
19.45 Express	20.05 Usterka
20.55 Królowe życia	21.45 Express
22.00 Vlogbox. W necie	22.45 Druga twarz
23.45 Zamiana żon	

Wtorek, 21.01	Wtorek, 21.01
	TVN 7
5.10 Szkoła - serial	6.10 Mango - Telezakupy
7.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska	8.35 Ukryta prawda
10.40 Mango Telezakupy	11.00 Idealna niania - program obyczajowy
11.45 Zakochani po uszy - serial	12.20 Sąd rodzinny - program sądowy
13.20 Szpital - program obyczajowy	14.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska
15.20 Ukryta prawda	16.20 Sąd rodzinny - program sądowy
17.20 SOS. Ekipy w akcji	18.20 Brzydula - serial
18.55 Zakochani po uszy - serial	19.30 Zakochani po uszy - serial
20.00 Nadchodzą Polly - komedia, USA 2004, reż. John Hamburg, wyk. Ben Stiller, Jennifer Aniston, Philip Seymour Hoffman, Debra Messing, Alec Baldwin, Hank Azaria, Bryan Brown	22.05 Źródło nadziei - film obyczajowy, Australia, Turcja, USA 2014, reż. Russell Crowe, wyk. Russell Crowe, Olga Kurylenko, Yılmaz Erdoğan, Cem Yılmaz, Jai Courtney
0.25 Druga strona medalu - talk show	0.55 Druga strona medalu - talk show
1.25 Druga strona medalu - talk show	1.55 Druga strona medalu - talk show
2.30 NOC Magii	

TV PULS	TV PULS
6.00 Nash Bridges - serial	7.00 Nash Bridges - serial
8.00 Lombard: życie pod zastaw - serial	9.00 Rodzinny interes - serial
10.00 Zaklinaczka duchów - serial	11.00 Zaklinaczka duchów - serial
12.00 Kobra - oddział specjalny - serial	13.00 Kobra - oddział specjalny - serial
14.00 Agenci NCIS: Los Angeles - serial	15.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
16.00 Rodzinny interes - serial	17.00 Rodzinny interes - serial
18.00 Lombard: życie pod zastaw - serial	20.00 Kontakt bezpośredni - film akcji, Niemcy, USA 2009, reż. Danny Lerner, wyk. Dolph Lundgren, Gina May, Michael Paré
21.50 Najlepsi z najlepszych 2 - film akcji, USA 1993, reż. Robert Radler, wyk. Eric Roberts, Ralf Moeller, Chris Penn, Phillip Rhee	23.50 Hostel 3 - horror, USA 2011, reż. Scott Spiegel, wyk. Brian Hallisay, John Hensley, Kip Pardue, Sarah Habel
1.25 Tajemnice medyczne - serial	2.25 Biesiada na cztery pory roku
3.05 Biesiada na cztery pory roku	3.55 Biesiada na cztery pory roku
4.35 Z archiwum policji	5.00 Dyżur
5.35 Dyżur	

TV TRWAM	TV TRWAM
12.00 Anioł Pański	12.03 Informacje dnia
12.20 Sanktuaria polskie	12.40 Czerdzieści nocy
14.05 Mojżesz - 10 przykazań	14.50 Święty Paweł i pierwsze Kościoły
15.40 100 cudownych miejsc na świecie	15.50 Ma się rozumieć
16.00 Informacje dnia	16.10 Jestem mamą
16.30 Kalejdoskop Młodych	16.50 Express Studencki
17.00 Ziemia Święta - Ziemia bez chrześcijan?	17.30 Okiem kamery
18.00 Anioł Pański	18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone	19.25 Święty na każdy dzień
19.30 Każdy maluch to potrafi	19.45 Modlitwa z telefontycznym udziałem dzieci
20.00 Informacje dnia	20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna	21.00 Apel Jasnołęski
21.20 Informacje dnia	21.40 Polski Punkt Widenia
22.00 Głos serca	22.45 Pochodzenie świata cz. 1
23.45 Święty na każdy dzień	23.50 100 cudownych miejsc na świecie

TVP KULTURA	TVP KULTURA
7.00 Teledyski	8.00 Informacje kulturalne
8.25 Studio Kultura - Rozmowy	8.40 Nocleg - film TVP
9.25 Jezioro Bocheńskie - dramat	11.00 Przyłbice i kaptury - serial
13.15 Dzienniki Lipsetta - film anim.	13.40 Sztuka Stanów Zjednoczonych - Co się kryje w głębi - film dok.
14.35 Studio Kultura - Rozmowy	14.55 Szałkiem Kolberga - Mika Urbanak - reportaż
15.30 Twarzą w twarz - film TVP	16.10 Gołąb przysiadł na gałęzi i rozmyśla o istnieniu - film obyczajowy
18.00 Ziggy Dust - film dok.	18.55 Teledysk
19.10 Powidoki - program publicystyczny	19.25 Antyfonie - Monotype/Saamleng - film dok.
20.00 Informacje kulturalne	20.30 Łęca z Lammermooru
23.10 Wielki chłód - komedia	1.05 One. Kobiety kultury - Renata Danciewicz - magazyn kulturalny
1.35 Pierwsze filmy mistrzów dokumentu	

TV6	TV6
6.00 Top 10 lista przebojów	7.00 MacGyver
9.00 Policjanci i Policjanci	10.00 Detektywi w akcji
12.00 Miodowe lata	13.40 Bume-rang
14.15 Żona dla milionera	16.15 Gliniarz i prokurator
17.15 Gliniarz i prokurator	18.15 Miodowe lata
20.00 Galileo	21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami
23.00 Sprawiedliwi	Wydział Kryminalny
0.00 Wiejska sielanka, Francja, 2011	1.00 Galileo
2.00 Benny Hill	2.40 Top 10 lista przebojów

TVP 1

5.40	Jaka to melodia?
6.15	Przysięga (92) - serial
7.05	Elif s.III (649) - serial
8.00	Wiadomości, Pogoda
8.15	Kwadrans polityczny
8.40	Korona królów (319) - telenowela
9.20	Ranczo s.VII (91) - Droga przez stos - serial
10.20	Komisarz Alex s.VII (91) - Wilcze jagody - serial
11.10	Ojciec Mateusz s.XX (259) - Zły los - serial
12.00	Wiadomości
12.15	Agrobiznes
12.35	Agropogoda - magazyn
12.35	Rok w ogrodzie Extra - magazyn
12.50	Lisie opowieści - film dok.
14.00	Elif s.III (650) - serial
15.00	Wiadomości
15.10	Pogoda
15.15	Alarm! - magazyn
15.35	Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05	Przysięga (93) - serial
17.00	Teleexpress
17.20	Pogoda
17.25	Jaka to melodia?
18.00	Klan (3595) - telenowela
18.30	Korona królów (320) - telenowela
18.55	Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25	Sport
19.30	Wiadomości
20.05	Pogoda
20.10	Alarm! - magazyn
20.30	Leśniczówka (185) - serial
21.00	Wielki Test o Polskich Komedkach
22.25	Historia bez tajemnic - O zwierzętach i ludziach. - film dok.
23.40	SEAL Team - komando Foki (18) - serial
0.30	Kompania X s.II (18) - serial
1.20	wojsko - polskie.pl
1.45	Warto rozmawiać
2.45	Winnetou, cz. 3 - Ostatnia bitwa - serial
5.00	Notacje - Marek Barbasiewicz. Dejmek dawał mi wolną rękę
5.10	Zakończenie dnia

POLSAT

6.00	Nowy dzień z Polsat News
9.00	Malanowski i Partnerzy
10.00	Dzień, który zmienił moje życie
11.00	Dlaczego ja?
12.00	Gliniarze
13.00	Trudne sprawy
14.00	Pierwsza miłość
14.45	Dlaczego ja?
15.50	Wydarzenia, Pogoda
16.15	Interwencja
16.30	Na ratunek 112
17.00	Gliniarze
18.00	Pierwsza miłość
18.50	Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30	Świat według Kiepskich



20.10 **HIT** Jak rozpetalem II wojne swiatowa cz. 3 - Wśród swoich - komedia, Polska, 1970, reż. Tadeusz Chmielewski

21.50 **HIT** Faceci w czerni 3 - komedia sci-fi, USA, 2012, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Will Smith, Tommy Lee Jones, Josh Brolin, Emma Thompson - Agenci J i K tym razem wracają do przeszłości. I widział już wiele niewy tłumaczalnych i zagadkowych zjawisk w swojej 15-letniej karierze Faceta w Czerni, ale nic i nikt, nawet obcy, nie wprowadzają go w zakopotanie tak bardzo, jak jego sarkastyczny, małomówny partner.

0.05 **HIT** Mąż idealny - komedia romantyczna, USA, 1997, reż. Glenn Gordon Caron, wyk. Jennifer Aniston, Jay Mohr, Kevin Bacon, Olympia Dukakis

2.25 Tajemnice losu

4.55 Disco gramy

SUPER POLSAT

6.00 SuperLudzie Extra 6.25 Wydarzenia 7.00 Rycerka Nella 7.30 Rafcio Śrubka 8.00 Babelkowy świat gupików 8.30 Psi patrol 9.30 Wróżkowie chrzestni 10.00 Niania 10.30 Niania 11.00 Nasz nowy dom 12.00 Na ratunek 112 12.30 W rytmie serca 13.30 TOP CHEF 15.00 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 16.30 Twoja Twarz Brzmi Znamo 18.30 Misja Weteran 19.00 Nasz nowy dom 20.00 Jedz, baw się, kochaj - komedia romantyczna, USA, Kanada, 2017, reż. Christie Will, wyk. Jen Lilley, Jason Cernak, Lee Majors, Lindsay Wagner 21.55 Świat według Kiepskich 22.30 Świat według Kiepskich 23.00 Jądro Ziemi - dramat sci-fi, USA, 2003, reż. Jon Amiel, wyk. Aaron Eckhart, Hilary Swank, Tcheky Karyo, Stanley Tucci 1.50 Hotel 52 2.50 Kabaretowa Ekstraklasa 3.00 Gliniarze 4.00 Malanowski i Partnerzy 5.00 Nasz nowy dom

STOPKLATKA

6.20 Złotopolscy - serial 7.20 Plebania - serial 8.20 Castle - serial 9.15 Sekrety luksusowych hoteli - serial 10.05 Zaginione światy - serial 11.05 Przetrawiałem zabójczą pogodę - serial 12.05 Katastrofy w przestworzach 14.10 Chicago Fire - serial 16.00 Castle - serial 16.55 Nowa Scena Śmiechu 17.50 Wojny kontenerowe - serial 18.45 Allo, Allo - serial 20.00 Ocean strachu 2 - thriller 21.55 Od zmiernych do światu - film kryminalny

TVP 2

4.40	Koło fortuny - teleturniej
5.15	Doktor Kleist - lekarz rodzinny (23) - Nad przepaścią - serial
6.10	Pożyteczni.pl - magazyn
6.40	Familiada - teleturniej
7.15	Pytanie na śniadanie
11.00	Panorama
11.05	Pogoda
11.10	Pytanie na śniadanie Extra
11.25	Rodzinka.pl s.III (75) - Przelotne miłości - serial
11.55	Barwy szczęścia (2177) - serial
12.30	Koło fortuny - teleturniej
13.05	Va Banque (11) - teleturniej
13.35	Na sygnale (237) - Nic się nie stało - serial
14.10	M jak miłość (1487) - serial
15.10	Doktor Kleist - lekarz rodzinny (50) - serial
16.00	Koło fortuny - teleturniej
16.35	Familiada - teleturniej
17.10	Więzień miłości (224), Turcja
18.20	Pogoda
18.30	Va Banque (12) - teleturniej
18.55	Rodzinka.pl s.VIII (181) - Sprzedane - serial
19.35	Barwy szczęścia (2177) - serial
20.10	Barwy szczęścia (2178) - serial
20.40	Kulisy serialu
20.55	Na dobre i na złe (764) - serial
21.55	Na sygnale (255) - Owoc miłości - serial
22.35	Kino relaks - Miłość i inne używki - film obyczajowy, USA, reż. Edward Zwick, wyk. Anne Hathaway, Jake Gyllenhaal, Oliver Platt, Judy Greer
0.35	Geniusz (3) - serial
1.40	Bruce Springsteen - sam o sobie - film dok.
3.00	Oficer (5) - Dowódca - serial
4.00	Zakończenie dnia

TVN

4.50	Uwaga! - program interwencyjny
5.15	Mango - Telezakupy
6.20	Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.20	Doradca smaku
7.30	Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00	Ukryta prawda - program obyczajowy
12.00	Szkoła - serial
13.00	19 + - serial
14.00	Detektywi - program kryminalny
15.00	Szpital - program obyczajowy
16.00	Szkoła - serial
17.00	Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
18.00	Ukryta prawda - program obyczajowy
19.00	Fakty, Sport, Pogoda
19.49	Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
19.50	Uwaga! - program interwencyjny
20.10	Doradca smaku
20.15	Na Wspólnej - serial
20.55	Milionerzy



21.30 **HIT** Fokus - film sensacyjny, USA 2015, reż. Glenn Ficarra, John Requa, wyk. Will Smith, Margot Robbie, Adrian Martinez, Gerald McRaney, Rodrigo Santoro

23.45 **HIT** Kod nieśmiertelności - film sensacyjny, USA, Kanada 2011, reż. Duncan Jones, wyk. Jake Gyllenhaal, Michelle Monaghan, Vera Farmiga, Jeffrey Wright, Michael Arden

1.40 Kości - serial

2.40 Uwaga! - program interwencyjny

3.05 NOC Magii

TVP SPORT

5.30 Sportowy Wieczór 6.05 Piłka nożna - Puchar Włoch 1/4F 1 8.10 Piłka nożna - 10.05 Z kamerą TVP Sport - Martin Schmitt 10.40 Skoki Narciarskie - PS - Zakopane - konkurs drużynowy 12.40 RETRO TVP SPORT - Dream Team - najlepszą drużynę w historii koszykówki - magazyn 14.05 Pełnosprawni (336) - magazyn dla niepełnosprawnych 14.35 Piłka nożna - Puchar Włoch 1/4F 1 16.40 studio - piłka nożna 16.55 Piłka nożna 17.50 studio - piłka nożna 18.00 Piłka nożna 19.50 studio - piłka nożna 20.55 Piłka nożna - Puchar Włoch 1/4F 2 22.55 Piłka nożna - Puchar Włoch 2 23.05 Sportowy Wieczór 23.45 Piłka nożna 1.50 Piłka nożna - Puchar Włoch 1/4F 2 3.55 Boks - Gala w Ontario, Kalifornia. Jermell Charlo - Tony Harrison 5.15 Zakończenie dnia

TTV

11.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska 13.20 Włoskie zdrajcy 13.50 Przytłapani na drodze 14.55 Królowe życia 15.45 Express 16.05 Uwaga! 16.30 Dżentelmeni i wieśniacy 17.30 DeFacto 17.45 Express 18.03 Raport smogowy 18.05 Damskie wieśniaczki. Ukraina 19.05 Gogglebox. Przed telewizorem 19.45 Express 20.05 Usterka 20.55 Królowe życia 21.45 Express 22.00 Zamiana 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem

Środa, 22.01

TVN 7

5.10	Szkoła - serial
6.10	Mango - Telezakupy
7.30	Sędzia Anna Maria Wesołowska
8.35	Ukryta prawda
10.40	Mango Telezakupy
11.00	Idealna niania - program obyczajowy
11.45	Zakochani po uszy - serial
12.20	Sąd rodzinny - program sądowy
13.20	Szpital - program obyczajowy
14.20	Sędzia Anna Maria Wesołowska
15.20	Ukryta prawda
16.20	Sąd rodzinny - program sądowy
17.20	SOS. Ekipy w akcji
18.20	Brzydula - serial
18.55	Brzydula - serial
19.30	Zakochani po uszy - serial
20.00	Trzydziestu trzech - film katastroficzny, Chile, Kolumbia, Hiszpania 2015, reż. Patricia Riggan, wyk. Antonio Banderas, Rodrigo Santoro, Juliette Binoche, James Brolin, Lou Diamond Phillips
22.45	Szczęki - thriller, USA 1975, reż. Steven Spielberg, wyk. Roy Scheider, Robert Shaw, Richard Dreyfuss, Lorraine Gary, Murray Hamilton
1.15	Druga strona medalu - talk show
1.45	Druga strona medalu - talk show
2.15	Druga strona medalu - talk show
2.45	NOC Magii

TV PULS

6.00	Nash Bridges - serial
8.00	Lombard: życie pod zastaw - serial
9.00	Rodzinny interes - serial
10.00	Zaklinaczka duchów - serial
12.00	Kobra - oddział specjalny - serial
14.00	Agenci NCIS: Los Angeles - serial
15.00	Lombard: życie pod zastaw - serial
16.00	Rodzinny interes - serial
18.00	Lombard: życie pod zastaw - serial
20.00	Street Fighter: Legenda Chun - Li - film sci-fi, Indie, Japonia, Kanada, USA 2009, reż. Andrzej Bartkowiak, wyk. Chris Klein, Kristin Kreuk, Michael Clarke Duncan, Moon Bloodgood, Neal McDonough, Robin Ho, Robin Shou, Taboo
21.55	Pozdrowienia z Paryża - film akcji, Francja 2010, reż. Pierre Morel, wyk. John Travolta, Johnatan Rhys Meyers, Kasia Smutniak, Richard Durden
23.50	Operacja Delta Force 5 - film sensacyjny, USA 2000, reż. Yossi Wein, wyk. Emily Whitefield, Pepper Sweeney, Ron Smerczak, Todd Jensen, Trae Thomas
1.50	Tajemnice medyczne - serial
3.00	Taki jest świat
3.55	Biesiada na cztery pory roku
4.35	Z archiwum policji
5.00	Dyżur
5.35	Dyżur

TV TRWAM

9.25 Sanktuarium polskie 9.45 Święty na każdy dzień 9.50 100 cudownych miejsc na świecie 10.00 Audycja Generalna 11.00 Świat na wyciągnięcie ręki 11.15 100 cudownych miejsc na świecie 11.25 Mysłac Ojczyzna 11.40 Petra - tajemnicze miasto 12.00 Anioł Pański 12.03 Informacje dnia 12.20 Niebieska jabłonia 13.55 Święty na każdy dzień 14.00 Głos serca 14.45 Święty nie rodzi się po śmierci 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Na zdrowie 16.30 Regal 17.00 Po stronie prawdy 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Brat Franciszek 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Mysłac Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski Punkt Widzenia 22.00 Święta Barbara 23.50 100 cudownych miejsc na świecie

TVP KULTURA

7.00 Teledyski 8.00 Informacje kulturalne 8.25 Studio Kultura - Rozmowy 8.40 Madam Tutli - Putli - film anim. 9.10 Gołąb przysiadł na gałęzi i rozmyśla o istnieniu - film obyczajowy 11.00 Przyłbice i kaptury - serial 12.15 Zakłęty Dwór Cień Starościca - serial 13.20 Skrzydła - film dok. 13.40 Legendy Rocka - No Doubt/Gwen Stefani s. 5 14.30 Studio Kultura - Rozmowy 14.45 Kolo pióra 15.15 Muzyczne traumy - film anim. 15.35 Danton - dramat historyczny 18.00 Sasha Waltz - Portret - film dok. 19.05 Teledyski 19.30 Kompanowanie przestrzeni - reportaż 19.45 Ktoś przy szutce - Oskar Dawicki - magazyn 20.00 Informacje kulturalne 20.30 Kino Sądów - Good bye Lenin - komedia 22.40 Ziemia, planeta ludzi - Alfabet - film dok. 0.40 Moździerz & AUKSO - Waka-cyjny Festiwal Gwiazd Międzyzdroje - 2005

TV6

6.00 Top 10 lista przebojów 7.00 MacGyver 8.00 MacGyver 9.00 Policjantki i Policjanci 10.00 Detektywi w akcji 11.00 Detektywi w akcji 12.00 Miodowe lata 13.40 Bumerang 14.15 Żona dla milionera 15.15 Żona dla milionera 16.15 Gliniarz i prokurator 17.15 Gliniarz i prokurator 18.15 Miodowe lata 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 0.00 Madame de Bonplaisir, Francja, 2010

TVP 1

5.40	Jaka to melodia?
6.15	Przysięga (93) - serial
7.05	Elif s.III (650) - serial
8.00	Wiadomości, Pogoda
8.15	Kwadrans polityczny
8.40	Korona królów (320) - telenowela
9.20	Ranczo s.VIII (92) - Radio Mamrot - serial
10.15	Komisarz Alex s.VIII (92) - Policjantów się nie catuje - serial
11.05	Ojciec Mateusz s.XX (260) - Odpowiedni moment - serial
12.00	Wiadomości
12.15	Agrobiznes
12.35	Magazyn Rolniczy
12.50	Tam, gdzie żyją pajaki - film dok.
14.00	Elif s.III (651) - serial
15.00	Wiadomości, Pogoda
15.15	Alarm! - magazyn
15.35	Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05	Przysięga (94) - serial
17.00	Teleexpress, Pogoda
17.25	Jaka to melodia?
18.00	Klan (3596) - telenowela
18.30	Korona królów (321) - telenowela
18.55	Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25	Sport, Wiadomości, Pogoda
20.10	Alarm! - magazyn
20.35	Ojciec Mateusz s.XVII (216) - Sarkofag - serial
21.30	Sprawa dla reportera
22.25	Magazyn śledczy
23.00	Magazyn kryminalny 997
23.50	Magazyn Ekspresu Reporterów
0.55	Tanie Dranie - Moroz i Kłopotowski komentują świat - Toksy czny kult sukcesu
1.35	Labyrint (4) - serial
2.45	Komisja morderstw (7) - Krew rodu - serial
3.45	Sprawa dla reportera
4.40	Magazyn śledczy
5.05	Notacje - Andrzej Czeszot. Amerykański raj - cykl dok.
5.20	Zakończenie dnia

POLSAT

6.00	Nowy dzień z Polsat News
9.00	Malanowski i Partnerzy
10.00	Dzień, który zmienił moje życie
11.00	Dlaczego ja?
12.00	Gliniarze
13.00	Trudne sprawy
14.00	Pierwsza miłość
14.45	Dlaczego ja?
15.50	Wydarzenia, Pogoda
16.15	Interwencja
16.30	Na ratunek 112
17.00	Gliniarze
18.00	Pierwsza miłość
18.50	Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30	Świat według Kiepskich
20.05	Cztery wesela



21.05 **HIT** Moja dziewczyna wychodzi za mąż - komedia romantyczna, USA, Wielka Brytania, 2008, reż. Paul Weiland, wyk. Patrick Dempsey, Michelle Monaghan, Sydney Pollack - Życie Toma to sielanka. Jest seksowny, odniósł sukces, ma szczęście do kobiet i wie, że w każdej sytuacji może polegać na Hannah - swojej najlepszej przyjaciółce i jedynej stałej rzeczy w jego życiu. Układ jest idealny do chwili, kiedy Hannah wyjeżdża do Szkocji w sześciotygodniową podróż służbową, a Tom nagle zaczyna zdawać sobie sprawę z tego, jak puste jest bez niej jego życie.

23.15 **HIT** Scenariusz na miłość - komedia romantyczna, USA, 2014, reż. Marc Lawrence, wyk. Marisa Tomei, Hugh Grant, Allison Janney, J.K. Simmons

1.35 Chirurdzy

3.30 Tajemnice losu

SUPER POLSAT

6.00 SuperLudzie Extra 6.25 Wydarzenia 7.00 Rycerka Nella 7.30 Rafcio Śrubka 8.00 Babelkowy świat gupików 8.30 Psi patrol 9.00 Psi patrol 9.30 Wróżkowie chrzestni 10.00 Niania - serial komediowy 10.30 Niania - serial komediowy 11.00 Nasz nowy dom 12.00 Na ratunek 112 12.30 W rytmie serca 13.30 TOP CHEF 15.00 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 16.30 Twoja Twarz Brzmi Znamo 18.30 GÖPP - na ratunek 19.00 Nasz nowy dom 20.00 Jądro Ziemi - dramat sci-fi, USA, 2003, reż. Jon Amiel, wyk. Aaron Eckhart, Hilary Swank, Tcheky Karyo, Stanley Tucci 22.50 Gorzki romans - film sensacyjny, Kanada, Niemcy, 2000, reż. Stuart Cooper, wyk. Bobbie Phillips, Benjamin Sadler, Robert Wagner, Thomas Heinze 1.00 Zakończenie programu

STOPKLATKA

6.00 Wojny kontenerowe - serial 6.20 Złotopolscy - serial 7.20 Plebania - serial 8.15 Castle - serial 9.05 Sekrety luksusowych hoteli - serial 10.05 Zaginione światy - serial 11.00 Przetrawiałem zabójczą pogodę - serial 12.05 Katastrofy w przestworzach 14.10 Chicago Fire - serial 15.55 Castle - serial 16.45 Nowa Scena Śmiechu 17.45 Wojny kontenerowe 18.45 Allo, Allo - serial 20.00 Nieuchwytny - film kryminalny 22.00 Narcos - serial

TVP 2

4.35	Koło fortuny - teleturniej
5.15	Doktor Kleist - lekarz rodzinny (24) - Spotkanie klasowe - serial
6.10	Operacja Zdrowie!
6.40	Familiada - teleturniej
7.15	Pytanie na śniadanie
11.00	Panorama
11.05	Pogoda
11.10	Pytanie na śniadanie Extra
11.25	Rodzinka.pl s.III (76) - Nowoczesna rodzinka - serial
11.55	Barwy szczęścia (2178) - serial
12.30	Koło fortuny - teleturniej
13.05	Va Banque (12) - teleturniej
13.35	Na sygnale (238) - Serce na dłoni - serial
14.10	Na dobre i na złe (764) - serial
15.10	Doktor Kleist - lekarz rodzinny (51) - Podrzutek - serial
16.00	Koło fortuny - teleturniej
16.15	Familiada - teleturniej
17.10	Więzień miłości (225), Turcja
18.00	Panorama
18.25	Pogoda
18.30	Va Banque (13) - teleturniej
18.55	Rodzinka.pl s.VIII (182) - Przeprowadzka - serial
19.35	Barwy szczęścia (2178) - serial
20.10	Barwy szczęścia (2179) - serial
20.45	Filmowe czwartki - The Walk. Siegając chmur - film fabularny, USA, reż. Robert Zemeckis, wyk. Joseph Gordon - Levitt, Ben Kingsley, Charlotte Le Bon
23.00	Ktoś chce mnie zabić - thriller, Kanada, reż. Jason Bourque, wyk. Sarah Butler, Josh Byer, Karen Holness
0.35	Wszystko, na co niebo zezwala - melodramat, USA, reż. Douglas Sirk, wyk. Jane Wyman, Rock Hudson, Agnes Moorehead
2.10	Wypadek (1) - serial, reż. Edwin Baily, wyk. Bruno Solo, Charlotte Talpaert, Marc Citti, Romane Portail, Emma Colberti
3.05	Art Noc - Scena Alternatywna - Nosowska - koncert
3.35	Zakończenie dnia

TVN

4.50	Uwaga! - program interwencyjny
5.15	Mango - Telezakupy
6.20	Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.20	Doradca smaku
7.30	Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00	Ukryta prawda - program obyczajowy
12.00	Szkoła - serial
13.00	19 + - serial
13.30	19 + - serial
14.00	Detektywi - program kryminalny
14.30	Detektywi - program kryminalny
15.00	Szpital - program obyczajowy
16.00	Szkoła - serial
17.00	Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
18.00	Ukryta prawda - program obyczajowy
19.00	Fakty, Sport, Pogoda
19.49	Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
19.50	Uwaga! - program interwencyjny
20.10	Doradca smaku
20.15	Na Wspólnej - serial
20.55	Milionerzy
21.30	Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy

TVP 1

5.40 **Jaka to melodia?**
6.20 **Przysięga (94)** - serial
7.05 **Elif s.III (651)** - serial
8.00 **Wiadomości, Pogoda**
8.15 **Kwadrans polityczny**
8.40 **Korona królów (321)** - telenowela
9.15 **Magazyn śledczy**
9.45 **Okrasa łamie przepisy - Lekkie i szybkie dania**
10.15 **Komisarz Alex s.VIII (93)** - Kłątwa mumii - serial
11.10 **Ojciec Mateusz s.XX (261)** - Tajemnica chemika - serial
12.00 **Wiadomości**
12.15 **Agrobiznes**
12.35 **Agropogoda** - magazyn
12.40 **Magazyn Rolniczy**
12.55 **Życie w błękitach** - film dok.
14.00 **Elif s.III (652)** - serial
15.00 **Wiadomości**
15.10 **Pogoda**
15.15 **Alarm!** - magazyn
15.35 **Gra słów. Krzyżówka** - teleturniej
16.05 **Przysięga (95)** - serial
17.00 **Telexpress**
17.20 **Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?**
18.00 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - kwalifikacje
19.25 **Sport**
19.30 **Wiadomości**
20.05 **Pogoda**
20.10 **Alarm!** - magazyn
20.35 **Blondynka s.VIII (96)** - W oku kamery - serial
21.30 **Archiwista (3)** - serial
22.30 **Hans Kloss. Stawka większa niż śmierć.** - odc. 2 - serial
23.15 **Jack Hunter - Jack Hunter i gwiazda niebios** - serial
0.55 **SEAL Team - komando Foki (18)** - serial
1.50 **Kompania X s.II (18)** - serial
2.45 **Magazyn kryminalny 997**
3.35 **Ocaleni** - reality show
4.40 **Notacje - Stanisław Szpunar. W Auschwitz byłym numerem 133**
4.55 **Zakończenie dnia**

POLSAT

6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.00 **Malanowski i Partnerzy**
10.00 **Dzień, który zmienił moje życie**
11.00 **Dlaczego ja?**
12.00 **Gliniarze**
13.00 **Trudne sprawy**
14.00 **Pierwsza miłość**
14.45 **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, Sport, Pogoda**
19.30 **Świat według Kiepskich**



20.00 **Kapitan Ameryka: Zimowy żołnierz** - film sci - fi, USA, 2014, reż. Anthony Russo, Joe Russo, wyk. Chris Evans, Scarlett Johansson, Sebastian Stan, Samuel L. Jackson - Kapitan Ameryka łączy siły z Czarną Wdową oraz najnowszym sojusznikiem Falconem. Po zakończonym sukcesem bitwie o Nowy Jork Steve Rogers, alias Kapitan Ameryka, przenosi się do Waszyngtonu i próbuje przywrócić świat do życia w nowoczesnym świecie. Jednak kiedy dochodzi do ataku na jego przełożonego z organizacji T.A.R.C.Z.A., Steve zostaje uwikłany w sieć intryg zagrabiających całemu światu.
22.55 **Osada** - thriller, USA, 2004, reż. M. Night Shyamalan, wyk. Bryce Dallas Howard, Joaquin Phoenix, Adrien Brody, William Hurt
1.25 **Śpiączka cz. 1** - miniserial
3.15 **Tajemnice losu**

SUPER POLSAT

6.00 **SuperLudzie Extra** 6.25 **Wydarzenia** 7.00 **Rycerka Nella** 7.30 **Rafcio Śrubka** 8.00 **Bąbelkowy świat gupików** 8.30 **Psi patrol** 9.00 **Psi patrol** 9.30 **Wrózkowie chrestni** 10.00 **Niania** - serial komediowy 10.30 **Niania** - serial komediowy 11.00 **Nasz nowy dom** 12.00 **GOPR** - na ratunek 12.30 **W rytmie serca** 13.30 **W rytmie serca** 14.30 **W rytmie serca** 15.30 **W rytmie serca** 16.30 **GOPR** - na ratunek 17.00 **Kabaret na żywo** 19.00 **Nasz nowy dom** 20.00 **12 rund** - film sensacyjny, USA, 2009, reż. Renny Harlin, wyk. John Cena, Aidan Gillen, Ashley Scott, Steve Harris 22.20 **Psy 3** - W imię zasady - kulisz 22.50 **Wielki Szu** - dramat sensacyjny, Polska, 1982, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Jan Nowicki, Andrzej Pieczyński, Leon Niemczyk, Karol Strasburger 1.00 **Hotel 52** 2.00 **Hotel 52** 3.00 **Hotel 52** 4.00 **Hotel 52** 5.00 **Nasz nowy dom**

Stopklatka

6.00 **Allo, Allo** - serial 6.40 **Złotopolscy** - serial 7.35 **Plebania** - serial 8.40 **Stawka większa niż życie** cz. 1 - 2 - serial 11.00 **Przetłumacz zbrodnię** - serial 12.00 **Katastrofy w przestworzach** 14.10 **Chicago Fire** - serial 16.00 **Castle** - serial 16.55 **Nowa Scena Śmiechu** 17.50 **Książę i ja: Królewskie wesela** - komedia romantyczna 20.00 **Kosmiczna zapała** - komedia sci - fi 22.10 **Resident Evil** - horror 0.10 **Domowe piekło** - horror

TVP 2

4.35 **Koło fortuny** - teleturniej
5.10 **Doktor Kleist - lekarz rodzinny (25)** - Grom z jasnego nieba - serial
6.05 **Planeta lasów. Mroczne serce**
6.40 **Familiada** - teleturniej
7.15 **Pytanie na śniadanie**
11.00 **Panorama**
11.05 **Pogoda**
11.10 **Pytanie na śniadanie Extra**
11.25 **Rodzinka.pl s.III (77)** - Święta - serial
11.55 **Barwy szczęścia (2179)** - serial
12.30 **Koło fortuny** - teleturniej
13.05 **Va Banque (13)** - teleturniej
13.35 **Na sygnale (239)** - Dziśkie harce - serial
14.05 **Nabożeństwo Kościoła Ewangelicko - Reformowanego** - relacja
15.10 **Doktor Kleist - lekarz rodzinny (52)** Nareszcie razem - serial
16.00 **Koło fortuny** - teleturniej
16.35 **Familiada** - teleturniej
17.10 **Wierzeń miłości (226)**, Turcja
18.25 **Pogoda**
18.30 **Va Banque (14)** - teleturniej
18.55 **Rodzinka.pl s.IX (183)** - Życiowy błąd - serial
19.35 **Barwy szczęścia (2179)** - serial
20.10 **Barwy szczęścia (2180)** - serial
20.40 **Valerian i Miasto Tysiąca Planet** - film science fiction, Francja, reż. Luc Besson, wyk. Dane DeHaan, Cara Delevingne, Clive Owen, Ethan Hawke, Rihanna, Herbie Hancock
23.05 **Muzyka na weekend**
0.10 **Miłość i inne używki** - film obyczajowy, USA, reż. Edward Zwick, wyk. Anne Hathaway, Jake Gyllenhaal, Oliver Platt, Judy Greer
2.10 **Czym chata bogata!** - Komedia obyczajowa, Francja, reż. Philippe de Chauveron, wyk. Christian Clavier, Elsa Zylberstein, Ary Abittan, Cyril Lecomte
3.45 **Zakończenie dnia**

TVN

4.50 **Uwaga!** - program interwencyjny
5.15 **Mango** - Telezakupy
6.20 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno - rozrywkowy
7.20 **Doradca smaku**
7.30 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11.00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12.00 **Szkola** - serial
13.00 **19 +** - serial
13.30 **19 +** - serial
14.00 **Detektywi** - program kryminalny
14.30 **Detektywi** - program kryminalny
15.00 **Szpital** - program obyczajowy
16.00 **Szkola** - serial
17.00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno - rozrywkowy
18.00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.49 **Raport smogowy - poznaj kolory powietrza**
19.50 **Uwaga!** - program interwencyjny



20.00 **Snajper** - film wojenny, USA 2014, reż. Clint Eastwood, wyk. Bradley Cooper, Sienna Miller, Luke Grimes, Jake McDorman, Cory Hardrict
22.50 **Człowiek z blizną** - film sensacyjny, USA 1983, reż. Brian De Palma, wyk. Al Pacino, Steven Bauer, Michelle Pfeiffer, Mary Elizabeth Mastrantonio, Robert Loggia, F. Murray Abraham, Harris Yulin
2.15 **Kuba Wojewódzki** - talk show
3.15 **Uwaga!** - program interwencyjny
3.30 **NOC Magii**

TVP SPORT

5.30 **Sportowy Wieczór** 6.05 **Półka noża** 8.10 **Półka noża** 10.10 **Półka noża** 12.10 **Strongman** - Liga Mistrzów - Zjednoczone Emiraty Arabskie 13.05 **Z kamerą TVP Sport** - Adam Małysz, cz. I 13.35 **Skoki Narciarskie** - przed Pucharem Świata w Zakopanem 14.20 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - konkurs drużynowy 15.30 **Strongman** - Liga Mistrzów - Portugalia 16.30 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - trening 16.50 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - trening 17.30 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - kwalifikacje 17.55 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - kwalifikacje 19.50 **Tej jednej nogi** Joshua kontra Ruiz - film dok. 20.35 **Ring** 21.30 **Sportowy Wieczór** 22.10 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - kwalifikacje 23.35 **Półka noża** - Puchar Włoch - podsumowanie 1 1.40 **Hokej na lodzie** - NHL - skróty meczów

TTV

11.20 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** 13.20 **Włoskie zdrajcy** 13.50 **Przytłapani na zdrajcie** 14.55 **Królowe życia** 15.45 **Express** 16.05 **Uwaga!** 16.30 **Orzeł czy Reszka** 17.30 **DeFacto** 17.45 **Express** 18.03 **Raport smogowy** 18.05 **Damy i wieśniaczki** Ukraina 19.05 **10 zadań specjalnych** Michela Morana 19.45 **Express** 20.00 **Gogglebox** Przed telewizorem 21.45 **Express** 22.00 **Królowe życia** 23.30 **Pięknie i odważnie**

Piątek, 24.01

TVN 7

5.10 **Szkola** - serial
6.10 **Mango** - Telezakupy
7.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
8.35 **Ukryta prawda**
10.40 **Mango Telezakupy**
11.00 **Idealna niania** - program obyczajowy
11.45 **Zakochani po uszy** - serial
12.20 **Sąd rodzinny** - program sądowy
13.20 **Szpital** - program obyczajowy
14.20 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
15.20 **Ukryta prawda**
16.20 **Sąd rodzinny** - program sądowy
17.20 **SOS. Ekipy w akcji**
18.20 **Brzydula** - serial
18.55 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno - rozrywkowy
20.00 **Listy do M.** - komedia romantyczna, Polska 2011, reż. Mitja Okorn, wyk. Maciej Stuhr, Roma Gąsiorowska, Tomasz Karolak, Agnieszka Dygant, Piotr Adamczyk, Wojciech Malajkat, Paweł Małaszyński, Katarzyna Zielińska
22.25 **Ultimatum Bourne'a** - film sensacyjny, USA, Niemcy 2007, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Julia Stiles, David Strathairn, Scott Glenn, Albert Finney, Joan Allen
0.50 **Druga strona medalu** - talk show
1.20 **Druga strona medalu** - talk show
2.25 **NOC Magii**

TV PULS

6.00 **Nash Bridges** - serial
7.00 **Nash Bridges** - serial
8.00 **Lombard: życie pod zastaw** - serial
9.00 **Rodzinny interes** - serial
10.00 **Zaklinaczka duchów** - serial
11.00 **Zaklinaczka duchów** - serial
12.00 **Kobra - oddział specjalny** - serial
13.00 **Kobra - oddział specjalny** - serial
14.00 **Agenci NCIS: Los Angeles** - serial
15.00 **Lombard: życie pod zastaw** - serial
16.00 **Rodzinny interes** - serial
17.00 **Rodzinny interes** - serial
18.00 **Lombard: życie pod zastaw** - serial
20.00 **Transporter 3** - film akcji, Francja 2008, reż. Olivier Megaton, wyk. Francois Berleand, Jason Statham, Natalya Rudakova, Robert Knepner
22.00 **Niebezpieczna dzielnica** - film akcji, USA 2010, reż. David DeFalco, wyk. Dam Van, Dave Bautista, Ja Rule, Ross Britz
23.45 **Czas zbrodni** - thriller, USA 2011, reż. Ernie Barbarash, wyk. Austin Abrams, Cuba Gooding Jr, Neal McDonough, Nicki Aycox
1.45 **Tajemnice medyczne** - serial
2.50 **Dyżur**
3.30 **Biesiada na cztery pory roku**
4.00 **Menu na miarę**
4.35 **Z archiwum policji**
5.00 **Dyżur**
5.35 **Dyżur**

TV TRWAM

11.55 **Święty na każdy dzień** 12.00 **Anioł Pański** 12.03 **Informacje dnia** 12.20 **Albert Schweitzer** 14.10 **W kolorze płomienia** 14.55 **Słowo Życia** 15.00 **Koronka do Bożego Miłosierdzia** 15.20 **Mocni w wierze** 15.50 **Ma się rozumieć** 16.00 **Informacje dnia** 16.10 **Sódmy sakrament** 16.35 **Świat na wyciągnięcie ręki** 17.00 **Petra** - tajemnicze miasto 17.20 **100 cudownych miejsc na świecie** 17.30 **Okiem kamery** 18.00 **Anioł Pański** 18.05 **Informacje dnia** 18.15 **Werplatte Młodych** 18.55 **Przegląd katolickiego tygodnika "Niedziela"** 19.00 **Warto zauważyć.** 19.30 **Opowieści Theo** 19.45 **Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci** 20.00 **Informacje dnia** 20.20 **Różaniec** 20.50 **Mysiąc Ojczyzna** 21.00 **Apel Jasnogórski** 21.20 **Informacje dnia** 21.40 **Polski Punkt Wzroku** 22.00 **Ziemia Obiecana** 22.50 **Polacy w bitwie o Anglię** 23.35 **Mama Antonia**

TVP KULTURA

7.00 **Teledyski** 8.00 **Informacje kulturalne** 8.20 **Studio Kultura** - Rozmowy 8.35 **Do-branocka** 9.00 **Cheć się żyć** - film obyczajowy 11.00 **Zakłady Dwór Nowy trop** - serial 12.10 **Zakłady Dwór Zagrożenie** - serial 13.15 **Finity Calling** - film anim. 13.40 **Luci Mie Traditrici** - opera, Niemcy 15.00 **Studio Kultura** - Rozmowy 15.15 **Na kredyt** - film obyczajowy 15.55 **Mała wielka miłość** - film obyczajowy, Polska 19.00 **Gorący czas Montparnasse'u** - film dok. 19.10 **Tygodnik Kulturalny** 20.00 **Informacje kulturalne** 20.30 **Kino Mistrzów** - Trzy kobiety, USA 22.45 **Bino Johnson** - Życie w trasie - Robert Plant - film dok. 23.40 **Tygodnik Kulturalny** 0.30 **Wstęp do filmu** - Giulietta i duchy 0.40 **Giulietta i duchy** - komediodramat, Francja, Niemcy, Włochy 3.05 **Informacje kulturalne** 3.35 **Gęsi** - dramat, Polska 5.30 **Afisz kulturalny**

TV6

6.00 **Top 10 lista przebojów** 7.00 **MacGyver** 9.00 **Policjantki i Policjanci** 10.00 **Detektywi** w akcji 12.00 **Miodowe lata** 13.40 **Bum-rang** 14.15 **Zona dla milionera** 16.15 **Gliniarz** i prokurator 18.15 **Miodowe lata** 19.35 **Psy 3** - W imię zasad - kulisz 20.00 **Galileo** 21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** 22.55 **Orobici małej** - film akcji, USA, 2014, reż. Raymond De Felitta 1.05 **STOP Drogówka** 2.05 **Benny Hill** 2.40 **Top 10 lista przebojów**

TVP 1

5.35 **Klan (3593 - 3594)** - telenowela
6.25 **Sprawa dla reportera**
7.20 **Rok w ogrodzie**
7.45 **Rok w ogrodzie Extra** - magazyn
8.00 **Pełnosprawni (337)** - magazyn
8.25 **wojsko - polskie.pl**
8.55 **Studio Raban**
9.20 **Rodzinny ekspres** - Teściowa, synowa, zięć. To też rodzina
9.50 **Tragedia Posejdon** - film katastroficzny, USA, reż. Ronald Neame, Irwin Allen, wyk. Gene Hackman, Ernest Borgnine, Red Buttons
12.00 **Polskie Ślady** - /4/ - reportaż
12.40 **Fascynujący świat** - Góry i ich mieszkańcy Góry Ruwenzori
13.45 **Okrasa łamie przepisy** - W kaszubskim garnku
14.15 **Z pamięci** - felieton
14.20 **Przyrodnik na tropie (3)** - Bocian biały - cykl dok.
15.00 **Sanatorium miłości s.II (3)** - reality show
16.00 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - konkurs drużynowy
17.15 **Telexpress**
17.25 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - konkurs drużynowy
18.30 **Młody Piłsudski (8)** - serial
19.25 **Sport, Wiadomości, Pogoda**
20.10 **Alarm!** - magazyn
20.35 **Komisarz Alex s.XII (147)** - Duch kapitana - serial
21.30 **Hit na sobotę - Wolny strzelec** - dramat, USA, reż. Dan Gilroy, wyk. Jake Gyllenhaal, Rene Russo, Bill Paxton, Kevin Rahm, Riz Ahmed
23.40 **Książę** - thriller, USA, reż. Brian A. Miller, wyk. Jason Patric, Bruce Willis, John Cusack, Din Harvey
1.20 **Jack Hunter - Jack Hunter i gwiazda niebios** - serial
3.05 **Skradzione serce** - komedia, Niemcy, reż. Sven Bohse, wyk. Andrea Sawatzki, Jennifer Ulrich, Mira Bartuschek, Miriam Weichselbraun
4.40 **Z pamięci** - felieton
4.45 **Zakończenie dnia**

POLSAT

6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
8.40 **Scoby** - Doo! Upiór w operze
10.15 **Ewa gotuje**
10.45 **Faceli w czerni 3** - komedia sci - fi
13.00 **Jak rozpętałem II wojnę światową cz. 3** - Wśród swoich - komedia, Polska, 1970
14.35 **Zabary wesoła**
15.45 **Kabaretobranie 2016 - VIII Zielonogórska Noc Kabaretowa**
17.45 **Chłopaki do wzięcia**
18.50 **Wydarzenia, Sport, Pogoda**
19.30 **Świat według Kiepskich**
20.05 **Shrek 2** - film animowany



22.00 **X - Men: Apocalypse** - film sci - fi, USA, 2016, reż. Bryan Singer, wyk. James McAvoy, Michael Fassbender, Jennifer Lawrence, Nicholas Hoult - Apocalypse to pierwszy i najpotężniejszy mutant z uniwersum X - Men, którego od zarania cywilizacji czczono niczym boga. Apocalypse przejął moce wielu innych mutantów, co czyni go nieśmiertelnym i niepokonanym. Gdy budzi się do życia po wielu tysiącach lat, postanawia podbić świat i gromadzi wokół siebie grupę potężnych mutantów, wśród których jest rozczarowany i pozbowiony złudzeń Magneto. Wspólnie postanawiają oczyścić rodzaj ludzki i zaprowadzić nowy porządek na świecie, którym odgął niepodzielnie władzą będzie Apocalypse.
1.05 **Projekt Almanach** - film sci - fi, USA, 2015, reż. Dean Israelite
3.25 **Tajemnice losu**

SUPER POLSAT

6.00 **SuperLudzie Extra** 6.25 **Wydarzenia** 7.00 **Wallykazam!** 7.30 **Psi patrol** 8.30 **Psi patrol** 9.30 **Wrózkowie chrestni** 10.00 **Niania** 10.30 **Niania** 11.30 **Niania** 12.00 **Nasz nowy dom** 13.00 **Małe Wielkie Marzenia** 14.00 **W pustyni w puszczy część 1** - film przygodowy 16.05 **W pustyni w puszczy część 2** - film przygodowy 18.10 **Louis i obcy** - film anim. 20.00 **Indiana Jones** i ostatnia krucjata - film przygodowy, USA, 1989, reż. Steven Spielberg, wyk. Harrison Ford, Sean Connery, Denholm Elliott, Alison Doody 5.00 **Tenis** Melbourne, Australia 22.45 **Gesia skórka** - komedia fantasy, USA, Australia, 2015, reż. Rob Letterman, wyk. Jack Black, Dylan Minnette, Odeya Rush, Ryan Lee 0.55 **Polsat SuperHit Festival** 2018 3.00 **Malanowski i Partnerzy** 3.30 **Malanowski i Partnerzy** 4.00 **Malanowski i Partnerzy** 5.00 **Nasz nowy dom**

Stopklatka

6.00 **Nowa Scena Śmiechu** 7.50 **Komisarz Rex** - serial 10.45 **Przygody Merlina** - serial 11.55 **Stawka większa niż życie** cz. 1 - 2 - serial 14.05 **Allo, Allo** - Linie komunikacyjne - serial 14.45 **Allo, Allo** - serial 15.25 **Allo, Allo** - serial 16.00 **Układ idealny** - komedia 17.50 **80 milionów** - film sensacyjny 20.00 **Resident Evil 2: Apokalipsa** - horror Kanada 22.00 **Narcos** sezon 2 - Nuestra Finca - serial 23.10 **Narcos** sezon 2 - Al Fin Cayol - serial

TVP 2

4.35 **Koło fortuny** - teleturniej
5.15 **Barwy szczęścia (2176)** - serial
5.45 **Barwy szczęścia (2177)** - serial
6.20 **M jak miłość (1486)** - serial
7.15 **Pytanie na śniadanie**
11.20 **Ostoja**
11.55 **Pasjonaci** - Alicja - dokument
12.25 **Na sygnale (254)** - Wszystko do stracenia - serial
13.00 **Kabaret**
14.00 **Familiada (2601)** - teleturniej
14.35 **Koło fortuny** - teleturniej
15.15 **Szansa na sukces. Opole 2020**
16.25 **Rodzinka.pl (272)** - Dyskusja to fundament - serial
16.55 **The Wall. Wygraj marzenia** - /54/ - teleturniej
17.45 **Dla niesłyszących** - Słowo na niedzielę - Przeszłość w czasie przesył
18.00 **Panorama, Pogoda**
18.30 **Lepsza połowa (5 - 6)** - serial
19.35 **Lajk!**
20.05 **The Voice Kids** - Przesłuchania w ciemno



22.10 **Czym chata bogata!** - komedia obyczajowa, Francja, reż. Philippe de Chauveron, wyk. Christian Clavier, Elsa Zylberstein, Ary Abittan, Cyril Lecomte
23.55 **Valerian i Miasto Tysiąca Planet** - film science fiction, Francja, reż. Luc Besson, wyk. Dane DeHaan, Cara Delevingne, Clive Owen, Ethan Hawke, Rihanna, Herbie Hancock
2.20 **The Walk. Siegając chmur** - film fabularny, USA, reż. Robert Zemeckis, wyk. Joseph Gordon - Levitt, Ben Kingsley, Charlotte Le Bon
4.20 **Zakończenie dnia**

TVN

4.50 **Uwaga!** - program interwencyjny
5.15 **Mango** - Telezakupy
7.30 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11.00 **Na Wspólnej Omnibus** - serial
12.55 **Top Model** - program rozrywkowy
14.40 **Akademia policyjna III: Ponowne szkolenie** - komedia, USA 1986, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Marion Ramsey, George Gaynes
16.25 **Kobieta na krańcu świata**
17.00 **Starsza pani musi fiknąć**
18.00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno - rozrywkowy
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.44 **Raport smogowy - poznaj kolory powietrza**
19.45 **Uwaga!** - program interwencyjny



20.00 **Nie wszystko złoto, co się świeci** - film przygodowy, USA 2008, reż. Andy Tennant, wyk. Kate Hudson, Matthew McConaughey, Donald Sutherland, Alexis Dziena, Ewen Bremner, Ray Winstone
22.15 **Miłość bez końca** - film obyczajowy, USA 2014, reż. Shana Feste, wyk. Alex Pettyfer, Gabriella Wilde, Bruce Greenwood, Joely Richardson, Robert Patrick, Rhys Wakefield
0.25 **Jako w piekle, tak i na Ziemi** - horror, USA 2014, reż. John Erick Dowdle, wyk. Perdita Weeks, Ben Feldman, Edwin Hodge, François Civil, Marion Lambert
2.25 **Uwaga!** - program interwencyjny
2.45 **NOC Magii**

TVP SPORT

5.30 **Sportowy Wieczór** 6.05 **Półka noża** 8.10 **Półka noża** 10.10 **Półka noża** 12.10 **Strongman** - Liga Mistrzów - Zjednoczone Emiraty Arabskie 13.05 **Z kamerą TVP Sport** - Adam Małysz, cz. I 13.35 **Skoki Narciarskie** - przed Pucharem Świata w Zakopanem 14.20 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - konkurs drużynowy 15.30 **Strongman** - Liga Mistrzów - Portugalia 16.30 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - trening 16.50 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - trening 17.30 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - kwalifikacje 17.55 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - kwalifikacje 19.50 **Tej jednej nogi** Joshua kontra Ruiz - film dok. 20.35 **Ring** 21.30 **Sportowy Wieczór** 22.10 **Skoki Narciarskie** - PS - Zakopane - kwalifikacje 23.35 **Półka noża** - Puchar Włoch - podsumowanie 1 1.40 **Hokej**

TVP 1

TVP 1

- 5.15 Klan (3595 - 3596) - telenowela
6.05 Słownik polsko@polski
6.35 wojsko - polskie.pl
7.00 Transmisja Mszy Świętej
8.00 Tydzień
8.30 Zakochaj się w Polsce (152)
Ostrów Wielkopolski - magazyn
9.05 Ziarno - Obietnice naszego Taty
9.40 Las bliżej nas (20) - magazyn
10.10 Lalka (7) - Ciąg dalszy pamiętnika starego subiekta - serial
Miedzy ziemią a niebem
11.45 Anioł Pański
12.00 Miedzy ziemią a niebem
12.50 Misja Bangladesz - Mielimy usta i oczy, ale nie potrafiliśmy czytać BBC w Jedyne - Ziemia widziana z kosmosu
14.15 Z pamięci - felieton
14.20 Weterynarze z sercem
14.50 Ojciec Mateusz s.XVII (216) - serial
15.45 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - konkurs indywidualny Teleexpress
17.00 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - konkurs indywidualny
18.30 Jaka to melodia?
19.25 Sport, Wiadomości, Pogoda
20.15 Młody Piłsudski (9) - serial
21.15 Sanatorium miłości s.II (4) - reality show
22.05 Sanatorium miłości - reality show
22.05 Zakochana Jedynka - Idealny
22.05 Słub - film obyczajowy, USA, reż. James Head, wyk. Alexa PenaVega, Jeremy Gullibaut, Rafael Simon
23.55 Wolny strzelec - dramat, USA, reż. Dan Gilroy, wyk. Jake Gyllenhaal, Rene Russo, Bill Paxton, Kevin Rahm, Riz Ahmed
2.00 Jaka to melodia?
2.50 Książę - thriller, USA, reż. Brian A. Miller, wyk. Jason Patric, Bruce Willis, John Cusack, Din Harvey
4.30 Waniia, cynamon i płatki migdałów. Świąteczne wypieki w Europie - film dok.
5.15 Z pamięci - felieton

POLSAT

- 6.00 Nowy dzień z Polsat News
7.45 Skubani - film animowany
9.45 Shrek 2 - film animowany
11.45 X - Men: Apocalypse - film sci - fi, USA, 2016, reż. Bryan Singer, wyk. James McAvoy, Michael Fassbender, Jennifer Lawrence, Nicholas Hoult
14.50 Kapitan Ameryka: Zimowy żołnierz - film sci - fi, USA, 2014, reż. Anthony Russo, Joe Russo, wyk. Chris Evans, Scarlett Johansson, Sebastian Stan, Samuel L. Jackson
17.40 Nasz nowy dom
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Państwo w Państwie
20.05 Opolska Noc Kabaretowa 2019



- 23.40 Pitbull - dramat sensacyjny, Polska, 2005, reż. Patryk Vega, wyk. Marcin Dorociński, Krzysztof Stróński, Janusz Gajos, Weronika Rosati
HIT - Policjanci z warszawskiego Wydziału Zabójstw nawiązują kontakt z Worwzakonnikiem, który w świecie przestępców pełni rolę "sędziego". W warszawskim półświatku działa Said, odpowiedzialny za liczne porwania i morderstwa ormiańskich handlarzy. Said ukrywa się za granicą. Wor chce go wyeliminować rękami warszawskich policjantów. Do tego celu wybiera oficera Wydziału Zabójstw Despero, któremu wystawia córkę Saida - Dżemę. Jedną noc niespodziewanie przeraża się w romans...
1.50 xXx: Następny poziom - film sensacyjny, USA, 2005, reż. Lee Tamahori
3.55 Tajemnice losu

SUPER POLSAT

- 6.00 SuperLudzie Extra 6.25 Wydarzenia
7.00 Wallykazam! 7.30 Psi patrol 8.00 Psi patrol 8.30 Psi patrol 9.00 Wrozkowie chrzestni 10.00 Niania 10.30 Niania 11.00 Niania 11.30 Niania 12.00 Niania 12.30 Nasz nowy dom 13.30 SuperLudzie 14.30 GOPR - na ratunek 15.00 Gale KSV 17.00 Czwórka pancerni i pies: Rozstajne drogi, Brzeg morza - serial 19.00 Misja Weteran 19.30 Linia życia. Niepokonani 20.00 Gęsia skórka - komedia fantasy, USA, Australia, 2015, reż. Rob Letterman, wyk. Jack Black, Dylan Minnette, Odeya Rush, Ryan Lee 22.10 Bracia przyrodni - komedia, USA, 2008, reż. Adam McKay, wyk. Will Ferrell, John C. Reilly, Mary Steenburgen, Richard Jenkins 0.15 Świat według Kiepskich 1.00 Gliniarz 2.00 Gliniarz 3.00 Gliniarz 4.00 Małe Wielkie Marzenia 5.00 Nasz nowy dom

STOPKŁATKA

- 6.00 Szczęśliwego Nowego Roku 6.10 Nowa Scena Śmiechu 7.55 Komisarz Rex - serial 10.55 Przygody Merlina - serial 13.55 Kława Tutenchamona cz. 2 - serial 15.45 Kosmiczna załoga - komedia sci - fi 17.55 Poirot: Śmierć na Nilu - film kryminalny 20.00 Sherlock sezon 4 - serial 22.00 Świadek - thriller 0.10 Krzyk 4 - horror 2.35 MiłośćKropka.pl - Kioskarz - program rozrywkowy 3.30 MiłośćKropka.pl - Miłość od kuchni

TVP 2

TVP 2

- 4.40 Barwy szczęścia (2178) - serial
5.15 Barwy szczęścia (2179) - serial
5.45 Barwy szczęścia (2180) - serial
6.20 M jak miłość (1487) - serial
7.15 Pytanie na śniadanie
11.50 The Voice Kids - Przesłuchania w ciemno
12.45 The Voice Kids - Przesłuchania w ciemno
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Koło fortuny - teleturniej
15.15 Szansa na sukces. Opole 2020 - widowisko muzyczne
16.25 Rodzinka.pl (273) - Zabawa w chowanego - serial
16.55 Najgorszy Kucharz (6) - program rozrywkowy
17.55 Zainwestuj w marzenia s.II (15) - serial
18.00 Panorama
18.20 Pogoda
18.30 Na dobre i na złe (764) - Jeśli jutro nas nie będzie - serial
19.30 Na sygnale (255) - Owoc miłości - serial
20.05 Muzyka, Taniec, Zabawa
21.00 Do utraty sił - dramat, USA, reż. Antoine Fuqua, wyk. Jake Gyllenhaal, Rachel McAdams, Forest Whitaker, Clare Foley, Naomie Harris
23.10 Kino bez granic - Burton i Taylor - dramat, Wielka Brytania, reż. Richard Jaxton, wyk. Dominic West, Helena Bonham Carter, Greg Hicks
0.45 Pewnego razu na Dzikim Zachodzie - western, USA, Włochy, reż. Sergio Leone, wyk. Henry Fonda, Claudia Cardinale, Charles Bronson, Jason Robards
3.40 Przysłań - film TVP, Polska, reż. Jan Hryniak, wyk. Maja Ostaszewska, Rafał Królikowski, Jan Machulski, Edyta Olszówka, Artur Zmijewski, Tomasz Popławski, Marek Perepeczko, Karol Strasburger, Teresa Lipowska
5.05 Zakończenie dnia

TVN

- 4.50 Uwaga! - program interwencyjny
5.15 Mango - Telezakupy
7.30 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Projektanci piękna
11.35 Co za tydzień - magazyn
12.10 Lego Przygoda - komedia, USA, Australia, Dania 2014, reż. Phil Lord, Christopher Miller, wyk. Will Arnett, Elizabeth Banks, Craig Berry
14.15 Batman - film przygodowy, USA 1989, reż. Tim Burton, wyk. Michael Keaton, Jack Nicholson, Kim Basinger, Robert Wuhl, Pat Hingle, Billy Dee Williams, Michael Gough, Jack Palance, Jerry Hall
16.55 Maski - komedia, USA 1994, reż. Charles Russell, wyk. Jim Carrey, Cameron Diaz, Peter Riegert, Peter Greene, Amy Yasbeck, Richard Jeni
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.44 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
19.45 Uwaga! - program interwencyjny



- 20.00 Grawitacja - film S - F, USA, Wielka Brytania 2013, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Sandra Bullock, George Clooney, Ed Harris
21.55 Bez przebaczenia - western, USA 1992, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Gene Hackman, Morgan Freeman, Richard Harris, Jaime Woollett, Saul Rubinek
0.35 MasterChef - program rozrywkowy
2.05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
3.05 Uwaga! - program interwencyjny
3.25 NOC Magii

TVP SPORT

- 5.30 Sportowy Wieczór 6.05 Lekkoatletyka - New Balance Indoor Grand Prix, Boston 7.45 Biegi narciarskie - Ski Classics, Trentino - Marcialonga, 70km 11.10 Skoki Narciarskie - przed Pucharem Świata w Zakopanem 11.35 Biegi narciarskie - PŚ Oberstdorf - Sprint kobiet i mężczyzn 13.35 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - konkurs drużynowy 15.00 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - konkurs indywidualny 16.00 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - konkurs indywidualny 19.00 Piłka ręczna mężczyzn - Mistrzostwa Europy. Finał 20.35 Sportowy Wieczór 21.15 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - konkurs indywidualny 23.00 Hokej na lodzie - NHL 2019. All Star Game, St. Louis - mecz gwiazd 1.15 Sporty walki - ONE Championship - Bangkok 3.25 boks 5.25 Zakończenie dnia

TTV

- 9.45 Express 10.05 DeFacto 10.35 Usterka 11.05 Dżentelmeni i wieśniacy 12.05 Damy i wieśniaczki. Za granicą 13.15 Ostre cięcie 13.55 Vlogbox. W necie 14.35 Gogglebox. Przed telewizorem 15.45 Express 16.05 Damy i wieśniaczki. PL 17.10 Patent na... 17.45 Express 18.05 Królowe życia 19.45 Express 20.00 DeFacto 21.00 Dżentelmeni i wieśniacy 22.00 Druga twarz 23.00 Królowe życia 23.45 Kossakowski. Wtajemniczenie

Niedziela, 26.01

TVN 7

- 4.50 Ukryta prawda - serial
5.50 Mango - Telezakupy
7.55 My Way
8.30 Zakochani po uszy - serial
10.30 Brzydula - serial
13.15 Synowie szeryfa - western, USA 1973, reż. Andrew V. McLaglen, wyk. John Wayne, George Kennedy, Gary Grimes, Neville Brand, Marie Windsor
15.20 Rodzinne rewolucje - komedia, USA 2014, reż. Frank Coraci, wyk. Adam Sandler, Drew Barrymore, Kevin Nealon, Terry Crews, Wendi McLendon - Covey
17.50 Głupi i głupszy - komedia, USA 1994, reż. Peter Farrelly, wyk. Jim Carrey, Jeff Daniels, Lauren Holly, Karen Duffy, Teri Garr, Mike Starr, Charles Rockett
20.00 Niesamowity Hulk - film przygodowy, USA 2008, reż. Louis Leterrier, wyk. Edward Norton, Liv Tyler, Tim Roth, William Hurt, Tim Blake Nelson, Ty Burrell
22.30 Mój biegun - film obyczajowy, Polska 2013, reż. Marcin Głowacki, wyk. Bartłomiej Topa, Magdalena Walach, Maciej Musiał, Anna Pachol
0.20 Porachunki - komedia, Francja, USA 2013, reż. Luc Besson, wyk. Robert De Niro, Michelle Pfeiffer, Dianna Agron, John D'Leo, Tommy Lee Jones
2.40 NOC Magii

TV PULS

- 5.55 Tajemnice medyczne - serial
6.50 Tajemnice medyczne - serial
7.55 Lombard: życie pod zastaw - serial
9.50 Szkolny patrol - komedia, USA
11.45 Bibliotekarz: tajemnica włóczęgi - film przygodowy, Niemcy, USA
13.40 Najpiękniejsze baśnie: Czarodziej Żytko - baśni, Czechy 2018
15.45 Biały Kieł - film familijny, USA 1991, reż. Randal Kleiser, wyk. Ethan Hawke, Klaus Maria Brandauer, Seymour Cassel, Susan Hogan
17.55 Powiedz tak - komedia romantyczna, Niemcy, USA 2001, reż. Adam Shankman, wyk. Alex Rocco, Bridgette Wilson - Sampras, Jennifer Lopez, Judy Greer, Justin Chambers, Kathy Najimy, Matthew McConaughey
20.00 Polowanie na czarownicę - film przygodowy, USA 2011
22.00 Nienawistna ósemka - western, USA 2015, reż. Quentin Tarantino, wyk. Bruce Dern, Channing Tatum, Demián Bichir, James Parks, Jennifer Leigh, Kurt Russell, Michael Madson, Samuel L. Jackson, Tim Roth
1.15 Skorpion - serial
2.10 Dyżur
2.45 Biesiada na cztery pory roku
3.25 Tak jest świat
4.00 Menu na miarę
4.35 Z archiwum policji
4.55 Z archiwum policji

TV TRWAM

- 9.15 Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza 9.30 Msza Święta 10.35 Przegląd Katolickiego Tygodnika "Niedziela" 10.40 Cuda Jezusa 11.35 Alternatywa dla in vitro 12.00 Anioł Pański 12.20 Wieś - to też Polska 13.30 Papież Polak do Rodaków 14.10 Ewolucja - nauka czy ślepa wiara? 15.50 100 cudownych miejsc na świecie 16.00 Informacje dnia 16.10 Koncert życzeń 17.00 Tam, gdzie Bóg płacze 17.30 Okiem kamery 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Opowieści Starego Testamentu 20.00 Informacja dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacja dnia 21.40 Retrospekcja 21.45 Samson i Dalila 22.25 Ojciec Klemens Vismara 23.00 Jak my to widzimy - z daleka widać lepiej 23.30 Tam, gdzie Bóg płacze

TVP KULTURA

- 7.00 Teledyski 7.30 Któregoś to sztuki - Katarzyna Kobro 7.45 Informacje kulturalne 8.20 Wszystkie stworzenia duże i małe - serial 9.20 Niezapomniany Leonard Bernsteina - Spotkania z muzyką 10.25 Od ucha do ucha - Babcia na jabłoni 11.05 Trzeci punkt widzenia 11.35 Przysłań 12.05 Bilet do kina - Mężczyźni woła blondynki - musical 13.45 Così Fan Tutte - opera 17.00 Pomniki Historii - Święty Krzyż - reportaż 17.15 Niedziela z... rolami Bogumiła Kobeli - Przekładaniec - komedia 18.50 Niedziela z... rolami Bogumiła Kobeli - Kobela na plaży - film TVP 19.35 To jest twój nowy syn - film obyczajowy 21.55 Bilardzista - dramat 22.40 Scena alternatywna x 100 - Koncert Jubileuszowy 0.20 Trzeci punkt widzenia 0.50 Granatowy Zeszyt - film dok. 1.55 Ptasiak - film fabularny 4.05 100 lat polskiej muzyki filmowej - koncert

TV6

- 6.00 Top 10 lista przebojów 7.00 Columbo 9.00 Galileo 11.00 Smak miłości - komedia romantyczna 13.00 Detektyw Monk 15.00 Policjantki i Policjanci 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 22.55 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 23.55 Śmiejące życie na farmie, Francja, 2010 1.10 Włatczy 2.06 2.10 Włatczy 2.06 2.40 Top 10 lista przebojów 3.40 Disco Polo Life 4.40 Disco Polo Life 5.45 Telezakupy

TVP 1

TVP 1

- 5.35 Jaka to melodia?
6.15 Przysięga (95) - serial
7.05 Elif s.III (652) - serial
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Korona królów - taka historia... (42) - Ostatni krzyk mody - telenowela
9.20 Ranczo s.VIII (93) - serial
10.15 Komisarz Alex s.VIII (94) - serial
11.10 Ojciec Mateusz s.XX (262) - serial
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.40 Magazyn Rolniczy
12.55 Ziemia widziana z kosmosu
14.00 Elif s.III (653) - serial
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (96) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3597) - telenowela
18.30 Korona królów (322) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Sport, Wiadomości, Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn
20.30 Leśniczówka (186) - serial
21.00 Teatr Telewizji - Inkarno, reż. Lena Frankiewicz, wyk. Krzysztof Zarzecki, Jan Englert, Wiktoria Gordeckaja, Dobromir Dymecki, Gabriela Muskała, Jan Frycz, Michałina Łabacz, Tomasz Maślakowski, Jerzy Łapiński, Arkadiusz Janiczek
22.30 Świat bez fikcji - Made in Auschwitz. Historia Bloku 10
23.35 Archiwista (3) - serial
0.30 Sanatorium miłości s.II (4) - reality show
1.30 Idealny ślub - film obyczajowy, USA, reż. James Head, wyk. Alexa PenaVega, Jeremy Gullibaut, Rafael Simon
3.00 Hans Kloss. Stawka większa niż śmierć - odc. 2 - serial
3.40 Pamięć obozów - film dok.



- 20.05 MEGA HIT - xXx: Następny poziom - film sensacyjny, USA, 2005, reż. Lee Tamahori, wyk. Ice Cube, Samuel L. Jackson, Willem Dafoe, Scott Speedman
HIT - Radykalny odłam rządu niezadowolony z polityki głowy państwa podejmuje plan zlikwidowania Prezydenta Stanów Zjednoczonych. Tylko dwóch ludzi może powstrzymać totalny chaos i zbliżającą się anarchię. Jednym z nich jest Augustus Gibbons, drugi to Darius Stone.
22.30 Obcy kontra Predator 2 - film sci - fi, USA, 2007, reż. Colin Strause, Greg Strause, wyk. John Ortiz, Steven Pasquale, Johnny Lewis, Reiko Aylesworth
0.20 Predatorzy - film sci - fi, USA, 2010, reż. Nimród Antal, wyk. Adrien Brody, Laurence Fishburne, Topher Grace, Alice Braga
2.45 Tajemnice losu

SUPER POLSAT

- 6.00 SuperLudzie Extra 6.25 Wydarzenia
7.00 Rycerka Nella 7.30 Rafco Śrubka 8.00 Babelkowy świat gupików 8.30 Psi patrol 9.00 Psi patrol 9.30 Wrozkowie chrzestni 10.00 Niania 10.30 Niania 11.00 Nasz nowy dom 12.00 Linia życia. Niepokonani 12.30 W rytmie serca 13.30 TOP CHEF 15.00 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 16.30 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 18.30 Małe Wielkie Marzenia 19.00 Nasz nowy dom 20.00 Bracia przyrodni - komedia, USA, 2008, reż. Adam McKay, wyk. Will Ferrell, John C. Reilly, Mary Steenburgen, Richard Jenkins 22.10 Świat według Kiepskich 23.00 Uwiedziona - dramat kryminalny, USA, 2015, reż. Jerry Jameson, wyk. Elle Graham, Kate Mara, Claudia Church, Gina Stewart 1.05 Hokej 2.05 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 4.00 Malanowski i Partnerzy 5.00 Nasz nowy dom

STOPKŁATKA

- 6.25 Złotopolscy - serial 7.25 Plebania - serial 8.25 Castle - serial 9.15 Sekrety luksusowych hoteli - serial 10.10 Zaginione światy - serial 11.05 Pogodowe Top 10 - serial 12.05 Katastrofy w przestworzach 14.10 Chicago Fire - serial 16.00 Castle - serial 16.55 Nowa Scena Śmiechu 17.50 Wojny kontenerowe - serial 18.45 Allo, Allo - serial 20.00 Wyniszczenie - film sensacyjny 21.50 Bałkańska vendetta - film kryminalny 23.55 Bez szans - film sensacyjny

TVP 2

TVP 2

- 5.20 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (26) - Śmiertelne niebezpieczeństwo - serial
6.15 Coś dla Ciebie - magazyn
6.40 Familiada - teleturniej
7.15 Pytanie na śniadanie
11.00 Panorama
11.05 Pogoda
11.10 Pytanie na śniadanie Extra
11.25 Rodzinka.pl s.III (78) - Kara - serial
11.55 Barwy szczęścia (2180) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.05 Va Banque (13) - teleturniej
13.35 Na sygnale (240) - Rodziny się nie wybiera - serial
14.05 Coś dla Ciebie - magazyn
14.30 Operacja Zdrowie!
15.05 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (53) - serial
15.50 Zainwestuj w marzenia s.II (16) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Więzień miłości (227), Turcja
18.00 Panorama, Pogoda
18.30 Va Banque (14) - teleturniej
18.55 Rodzinka.pl s.IX (184) - Smutek apartamentów - serial
19.35 Barwy szczęścia (2180) - serial
20.10 Kulisy serialu
20.55 M jak miłość (1488) - serial
21.50 Lepsza połowa (7) - serial
22.30 Młodzi lekarze (7) sezon 3 - dokument
23.30 Wilde Maus - komedia kryminalna, Austria, reż. Josef Hader, wyk. Josef Hader, Pia Hierzegger, Georg Friedrich
HIT - 1.20 Głęboka woda - sezon II (4) - Solistka - serial
2.15 Do utraty sił - dramat, USA, reż. Antoine Fuqua, wyk. Jake Gyllenhaal, Rachel McAdams, Forest Whitaker, Clare Foley, Naomie Harris
4.15 Zakończenie programu

TVN

- 5.20 Uwaga! - program interwencyjny
5.45 Mango - Telezakupy
6.50 Nowa Maja w ogrodzie
7.20 Akademia ogrodnika
7.30 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Ukryta prawda - serial
12.00 Szkoła - serial
13.00 19 + - serial
13.30 19 + - serial
14.00 Detektywi - serial
14.30 Detektywi - serial
15.00 Szpital - program obyczajowy
16.00 Szkoła - serial
17.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
18.00 Ukryta prawda - serial
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial
20.55 Milionery
21.30 Klinika bez tajemnic



- 22.30 Dług - film sensacyjny, Węgry, Wielka Brytania, USA, Izrael 2010, reż. John Madden, wyk. Helen Mirren, Jessica Chastain, Ciaran Hinds, Sam Worthington, Tom Wilkinson, Marton Csokas, Jesper Christensen, Brigitte Kren
0.55 Co za tydzień - magazyn
1.30 Stylowy projekt
2.05 Uwaga! - program interwencyjny
2.25 NOC Magii

TVP SPORT

- 5.30 Sportowy Wieczór 6.05 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - konkurs indywidualny 6.55 Hokej na lodzie - NHL 2019. All Star Skills, St. Louis - konkurs umiejętności 9.25 Sporty walki - ONE Championship - Bangkok 11.05 Biegi narciarskie - PŚ Oberstdorf 11.40 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - konkurs drużynowy 12.45 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane 13.35 Biegi narciarskie - PŚ Oberstdorf - Sprint kobiet i mężczyzn 14.55 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - konkurs indywidualny 15.50 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - konkurs indywidualny 16.45 PN 19.00 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski 19.30 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski 20.00 Piłka nożna - Puchar Włoch - podsumowanie 1 finału 21.05 Sportowy Wieczór 22.40 Skoki Narciarskie - PŚ - Zakopane - podsumowanie 0.15 Boks 1.55 Sporty walki - ONE Championship - Bangkok 4.05 Boks

STOPKŁATKA

- 11.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska 13.20 Włoskie zdrady 13.50 Przyłapani na zdradzie 14.55 Królowe życia 15.45 Express 16.05 Uwaga! 16.30 Dżentelmeni i wieśniacy 17.30 DeFacto 17.45 Express 18.03 Raport smogowy 18.05 Damy i wieśniaczki. Ukraina 19.00 Gogglebox. Przed telewizorem 19.45 Express 20.00 Orzeł czy Reszka 20.55 Królowe życia. Greckie wakacje 21.45 Express 22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23.45 DeFacto

TTV

- 6.00 Top 10 lista przebojów 7.00 MacGyver 8.00 MacGyver 9.00 Policjantki i Policjanci 10.00 Detektywi w akcji 12.00 Miodowe lata 13.40 Bumerang 14.15 Zona dla milionera 15.15 Zona dla milionera 16.15 Gliniarz i prokurator 17.15 Gliniarz i prokurator 18.15 Miodowe lata 19.00 Miodowe lata 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 22.55 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 0.00 8 Francuzek, Francja, 2012

Poniedziałek, 27.01

TVN 7

- 5.10 Szkoła - serial
6.10 Mango - Telezakupy
7.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska
8.35 Ukryta prawda - serial
9.35 Ukryta prawda - serial
10.40 Mango Telezakupy
11.00 Idealna niania
11.45 Zakochani po uszy - serial
12.20 Sąd rodzinny
13.20 Szpital - program obyczajowy
14.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska
15.20 Ukryta prawda - serial
16.20 Sąd rodzinny
17.20 S.O.S. Ekipy w akcji
18.20 Brzydula - serial
19.30 Zakochani po uszy - serial
20.00 Świadek koronny - film sensacyjny, Polska 2007, reż. Jarosław Sygniewski, Jacek Filipiak, wyk. Paweł Małaszyński, Robert Więckiewicz, Urszula Grabowska, Artur Zmijewski, Małgorzata Foremniak, Alicja Dąbrowska, Szymon Bobrowski, Andrzej Grabowski, Andrzej Zieliński, Maciej Kozłowski, Krzysztof Globisz
22.15 Niesamowity Hulk - film przygodowy, USA 2008, reż. Louis Leterrier, wyk. Edward Norton, Liv Tyler, Tim Roth, William Hurt, Tim Blake Nelson, Ty Burrell
0.30 Druga strona medalu - talk show
2.05 Druga strona medalu - talk show
2.40 NOC Magii

TV PULS

- 6.00 Nash Bridges - serial
7.00 Nash Bridges - serial
8.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
9.00 Rodzinny interes - serial
10.00 Zaklinaczka duchów - serial
11.00 Zaklinaczka duchów - serial
12.00 Kobra - oddział specjalny - serial
13.00 Kobra - oddział specjalny - serial
14.00 Agenci NCIS. Los Angeles - serial
15.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
16.00 Rodzinny interes - serial
18.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
20.00 Legionista Maxx - film akcji, USA 2019, reż. Jesse V. Johnson, wyk. Carmen Argensiano, Dominique Vandenberg, Louis Mandylor, Manny Alva
HIT - 21.50 Krwawa zemsta - film akcji, Wielka Brytania 2019, reż. Jesse V. Johnson, wyk. Craig Fairbrass, Nick Moran, Scott Adkins, Thomas Turgoose
23.35 Kontakt bezpośredni - film akcji, Niemcy, USA 2009, reż. Danny Lerner, wyk. Dolph Lundgren, Gina May, Michael Paré
1.25 Tak jest świat
2.05 Tajemnice medyczne - serial
3.05 Biesiada na cztery pory roku
3.55 Biesiada na cztery pory roku
4.35 Z archiwum policji

TV TRWAM

- 2.20 Opowieści Starego Testamentu 12.45 Filmowe zyciorisy 13.20 Koncert życzeń 14.10 Święty Augustyn 15.10 Wyszłyśmy na jeden krok 15.45 Święty na każdy dzień 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Sanktuarium polskie 16.30 Zew natury 16.55 Świadekowie 17.20 100 cudownych miejsc na świecie 17.30 Okiem kamery 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Przygody Monster Trucków 19.45 Młodzież z telefonicznym udziałem dzieci 20.00 Informacja dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacja dnia 21.40 Polski Punkt Widzenia 22.00 Stan bezpieczeństwa państwa 22.10 Mojżesz - 10 przykazań 23.00 Śladami apostoła Pawła 23.45 Święty na każdy dzień 23.50 100 cudownych miejsc na świecie

TVP KULTURA

- 7.00 Niezapomniany Leonard Bernstein - Spotkania z muzyką 8.00 Studio Kultura - Rozmowy 8.15 Kobiela na plaży - film TVP 8.55 Mała wielka miłość - film obyczajowy 11.00 Zaklęty Dwór Va Banque - serial 13.10 Sto lat Witolda Sadownego 13.40 The Beatles - Historia nieznaną 14.35 Studio Kultura - Rozmowy 14.55 Niedziela z... rolami Bogumiła Kobeli 15.40 Ślepa Vaysha - film anim. 15.55 Wichry Kołomy - dramat 18.00 Człowiek, który kochał śmiech. Wspomnienie o Kazimierzu Brusiewicz 19.00 Teledyski 19.15 Któregoś to sztuki - Yael Bartana 19.25 Trzeci punkt widzenia 20.00 Informacje kulturalne 20.30 Golem - film science fiction 22.05 Powidoki - program publicystyczny 22.20 Antyfonie - Teoniki Rozynek / Żaneta Rydzewska - film dok. 22.45 Więcej niż fikcja - Dotknięcie anioła - film dok.

STOPKŁATKA

- 6.00 Top 10 lista przebojów 7.00 MacGyver 8.00 MacGyver 9.00 Policjantki i Policjanci 10.00 Detektywi w akcji 12.00 Miodowe lata 13.40 Bumerang 14.15 Zona dla milionera 15.15 Zona dla milionera 16.15 Gliniarz i prokurator 17.15 Gliniarz i prokurator 18.15 Miodowe lata 19.00 Miodowe lata 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 22.55 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 0.00 8 Francuzek, Francja, 2012

TTV

- 6.00 Top 10 lista przebojów 7.00 MacGyver 8.00 MacGyver 9.00 Policjantki i Policjanci 10.00 Detektywi w akcji 12.00 Miodowe lata 13.40 Bumerang 14.15 Zona dla milionera 15.15 Zona dla milionera 16.15 Gliniarz i prokurator 17.15 Gliniarz i prokurator 18.15 Miodowe lata 19.00 Miodowe lata 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 22.55 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 0.00 8 Francuzek, Francja, 2012



Kochana Babciu Basiu, Dziadziu Tadius i Witku. W Dniu Waszego Święta, Wasza wnusia Nikolka o Was pamięta. Pamięta i przesyła życzenia, by się spełniły Wasze wszystkie marzenia. Bądźcie zdrowi i zawsze uśmiechnięci. Kocham mocno i ściskam Nikola Szpera



Babciu, jesteś dla mnie miłości i ciepła ostoją. Jesteś Babcią najwspanialszą, a do tego moją. Życzę dużo zdrowia i niech uśmiech nie schodzi z Twojej twarzy. Kocham Cię, Twoja wnuczka Klaudia



Najukochańszej Babci-cioci, Oldze Wyczółkowskiej wszystkiego dobrego, zdrowia i radości dnia codziennego życzę z okazji Dnia Babci, „przyszława wnuczka”, Asia



Najserdeczniejsze życzenia z okazji Dnia Babci i Dziadka, kochanym: Babci Celinie Olęckiej, Babci Eli oraz Dziadkowi Wiesłowi Jakoniukom, życzę Maciej i Mikołaj



Kochana babciu Helu! Kochana babciu Zosiu! Z okazji Waszego święta pragniemy życzyć Wam wszystkiego co najlepsze, przede wszystkim dużo zdrowia i cierpliwości do swoich wnucząt. Kochamy Was! Magda z Pauliną ślą najlepsze życzenia i całują



Kochana Babciu Helenko, nasza druga Mamo. Z okazji Twojego święta życzymy Ci zdrowia, uśmiechu każdego dnia, bądź zawsze z nami. Ania, Ola i Przemek



Jak co roku w dzień styczniowy, duża, mała podskokami biegnie wnuczka z życzeniami. Niesie w rączkach bukiet kwiatów, to dla Babci i dla Dziadków. Chociaż jestem taka mała to wypełniam dziś Wasz świat, więc Kochani Moi mili życie nawet 200 lat. Babci Reni i Dziadkom Mirkowi i Stasiowi najlepsze życzenia w dniu ich święta składa wnuczka Zosia Rowińska



Kochanej Babci Poli z okazji Jej święta, wszystkiego najlepszego, przede wszystkim dużo zdrowia, uśmiechu i siły każdego dnia, wytrwałości, jak najmniej zmartwień i pociechy ze wszystkich wnuków życzę: Paulina, Jakub i Remigiusz. Sto lat!



Kocham mocno Babcię, Dziadka. To nie żarty moi mili. Dzisiaj im życzenia składam. By sto latek jeszcze żyli. Życzy Kacperek dla babci Krysi i Grażynki oraz dziadka Janusza i Antka

Wszystkiego najlepszego z okazji Dnia Babci i Dziadka, dużo zdrowia i uśmiechu życzę Babci Teresie i dziadkowi Heniusiowi Kuba i Filip, pradiadkowi i dziadkowi Edwardowi oraz prababci i babci Ani życzę prawnuki Kuba i Filip z rodzicami Agnieszką i Maćkiem, do życzeń dołącza się Irek



Babcia i Dziadek to moja rodzina, a my jesteśmy córkami ich syna. A że dopiero mamy kilka lat, ich syn pomaga nam na dodatek w składaniu życzeń z serca płynących. Choć małe jesteśmy, mamy serca gorące, więc bądźcie zdrowi Babciu i Dziadku i żyćcie nam 100 lat w zdrowiu i dostatku. Kochanym Babciom Teresie i Halinie oraz Dziadkowi Piotrkowi składają życzenia Nikola i Marika. Kochamy Was



Kochana Babciu, gdy się zbudziłam i oczu naszych powieki uchyliliśmy, promyczek miłości w serduszkach zawzięcie, wspominał nam ciągle o Twoim święcie. Życzymy Ci Babciu zdrowia dobrego, gdyż skarbu lepszego nie znamy od tego. Miłość ma również wielkie znaczenie. Tej jednak doznasz na pewno od nas. Bądź zatem zdrowa i bardzo szczęśliwa, a naszej miłości niech w sercach przybywa. Kochać Cię będziemy i kochać nie przestaniemy. Bo wiemy, że od Ciebie to samo dostaniemy. Kochanej Babci Jasi - Kuba, Alicja i Natalia

Z okazji Dnia Babci, naszym kochanym babciom Annie Głina i Jadwidze Fiutak życzenia zdrowia i radości z wszystkich wnucząt składają Martyna i Patryk



Babciom Tereskom i Dziadkom Marianowi i Zbyszkowi kochanym, dzisiaj od rana składamy życzenia i marzeń spełnienia życzę Ala, Filip i Roksana

Za to, że zawsze jesteście wtedy, kiedy Was potrzebujemy Babciu i Dziadku dziękujemy - Marek i Marcelina

Kochanym babciom Danucie i Reginie i dziadkom Marianowi i Franciszkowi dużo, dużo zdrowia i pociechy z wnuków i prawnuków życzy najmłodsza z wnuczek, Natalia



Kochani, dziś okazja rzadka: mamy Dzień Babci i Dzień Dziadka. Jak wiecie, jest ich razem czworo, co można sprawdzić, gdy się zbiorą. Wciąż mówią wtedy o tych latach, gdy dzieckiem jeszcze był mój tata. A moja mama bez swych lalek do łóżka iść nie chciała wcale. A teraz (ach, jak ten czas leci!) cieszą się z dziećmi swoich dzieci. I myślą, widząc ich gromadkę, że miło babcią być i dziadkiem. Wiele uśmiechu i radości dla Babci Wiesi i Danusi oraz Dziadka Mirka i Leszka życzę Dominisia i Krzyś



Kochanej Babci Maryli i Czesi oraz Dziadkowi Józkowi i Dominikowi wszystkiego najlepszego życzę Wiktorek i Oluś. Niechaj Dziadek z Babcią tak nam długo żyją, póki komar i mucha morza nie wypiją



Wszystkiego najlepszego Babci Grażynie i Dziadkowi Waldemarowi życzy Jasio

Kochanej babci Jadwidze Krasa w tym wyjątkowym dniu dużo zdrowia i samych radości przesyła wnuczka z prawnuczką Wiktoria



Babcia z Dziadkiem dziś świętują, wszystkie wnuki więc pracują. Zetrą kurze w każdym kątku, przypilnują dziś porządku. W kuchni błyszczą już talerze, wnusia Babci bluzkę pierze. Wnusia już podaje kapcie, bo bardzo kocha swoją Babcię. Dzisiaj wszystkie smutki precz!!! Święto Dziadków ważna rzecz!!! Wszystkiego Najwspanialszego dla Babci Heleny i Lucyny oraz Dziadka Tadeusza składa Szymon i Wiktoria



Kochanej Babci Marysi z Husinki, w dniu Jej święta najserdeczniejsze życzenia, dużo zdrowia, uśmiechu każdego dnia, siły i wytrwałości, jak najmniej zmartwień, pociechy ze wszystkich wnuków oraz wielu powodów do radości, wszelkich błogosławieństw życzę wnuki: Ania, Mateusz, Paulina, Kasia, Jakub, Krzysztof, Kamil, Weronika i Janek



Sto lat, sto lat, niech żyją żyją nam, a kto? Nasi Najwspanialszi, Najukochańsi i Najsuperaśni - Nasze Babcie i Dziadkowie



Babciu Buniu i Dziadku Jarku! Bądźcie weseli i szczęśliwi, niech Wam wszystko dobrze służy, życie spokojnie i bez burzy. Najlepsze życzenia ślą Maja i Lenia



Wszystkiego najlepszego dla babci Bożenki i dziadka Arka z Terespoli, dużo zdrowia, słoneczka i uśmiechu każdego dnia życzę Julcia i Nikoś ze Szczecina



Kochanym dziadkom w dniu ich święta najserdeczniejsze życzenia przesyłają Kacper, Adam, Igor, Krystian, Lena, Wojtek, Jagoda, Wiktoria, Kuba



Kocham Babcie, Kocham Dziadków za ich serce, za ich miłość. W dużym zdrowiu, długie lata. Niech nam żyją, niech nam żyją. Życzy Filip



Pędzą wnuki ulicami z ogromnymi laurkami. Te laurki pełne kwiatków są dla wszystkich babć i dziadków. A dziadkowie wraz z babciami już czekają przed domami. Przez lornetki patrzą w dal wystrojeni, jak na bal. Najlepsze życzenia Babciom: Jadzi, Jasi i Heli oraz dziadkom: Władziowi i Krzysiovi, życzenia składa wnuczka Wiktoria



Dużo zdrowia, szczęścia i uśmiech, Kochanym Babciom – Stefanii i Małgorzacie oraz Dziadkom Ireneuszowi i Mirosławowi życzą Oliwka i Adusia



Kocham mocno Babcię, Dziadka. To nie żarty moi mili! Dzisiaj im życzenia składam, by sto latek jeszcze żyli. Kochanym Babciom Ewie i Anie oraz dla Dziadka Mirosława dużo zdrówka życzę Lenka



Zdrowia, pomyślności, błogostawieństw z Nieba! Żebyście mieli, wszystko, czego Wam trzeba! Kochanej babci i dziadkowi Mateusz



Kochanym Babciom Danusi i Jadzi oraz Dziadom Waldkowi i Mirkowi, wszystkiego najlepszego z okazji ich święta zdrowia, szczęścia i uśmiechu życzę Kornelia



Zdrowia, pomyślności, błogostawieństw z Nieba, abyś miała Babciu wszystko, co Ci trzeba! Najlepsze życzenia dla babci Władzi z Szach od wszystkich wnuków i prawnuków



Dla świeżo upieczonej Babci Edyty z okazji Dnia Babci, wszystkiego najlepszego życzę Tymek



Najserdeczniejsze życzenia Babci Izabeli i Dziadkowi Stanisławowi. Dni pełnych radości, miłości i szczęścia oraz wszelkich Bożych błogostawieństw życzę wnuki



Kochane Babciu Jadziu, Gieniu i dziadku Kaziu żyćcie sto lat Kocham Was, Wasza Polenka



Od maluszka prosto z serduszka. Okazja nie łada gratka Pierwsze życzenia dla Babci i Dziadka. Niech dopisuje Wam zdrowie, A ja, jak urosnę wierszyk Wam opowiem. Najserdeczniejsze życzenia dla Babci Celinki i Dorotki oraz Dziadka Pawła i Czesława przesyła wnuczka Nikolcia



Dzisiaj mamy święto Dziadka, okazja niezwykle rzadka. Ja Dziadziusia kocham szczerze, w jego słowa zawsze wierzę. Mój Dziadek ma swoje zdanie, budzi we mnie zaufanie. To naprawdę trzeba przyznać, Dziadek fajny jest mężczyzna. Dla Kochanego Dziadka Mirka życzenia składa wnuczek Dawid



Dla babci Danusi i dla dziadka Henia składam najserdeczniejsze życzenia... Bądźcie zawsze takimi super dziadkami, jak jesteście. Wielkie buziaki przesyła Mateusz



Kochanej babci Joannie Kierczuk i dziadkowi Eugeniuszowi Kierczuk z okazji Waszego święta życzymy Wam dużo zdrowia, szczęścia, miłości i cierpliwości do nas. Kochamy Was Cayden i Maya



Babciu Mirko i Dziadku Józu z okazji Waszego święta Madzia, Oliwka i Piotrek zawsze o Was pamięta. Życzymy Wam dużo radości i niech uśmiech na Waszej twarzy codziennie gości



Aby Babcie i Dziadziunio długo dla nas żyli. Aby uśmiech dla nas mieli w każdej wolnej chwili. Babciom Ani i Mani oraz dziadkowi Waldkowi najserdeczniejsze życzenia od Juli i Zuzi



Dużo czasu wolnego, samych przyjemności, jak najmniej kłopotów i wiele radości! Nic do naprawiania, dźwigania, trzepania. Tylko miękki fotel i coś do chrupania. Dla kochanych babć wnuczkowie: Paweł, Paulina, Ewa, Asia Paulina, Piotrek, Ania, Magda, Mateusz, Łukasz, Marcin, Maja, Szymon i Miłosz. Kochamy Was



Dziadek i babcia to zgrana para, która zawsze mnie słodyczami obdarza. Cieszy się z każdego mojego sukcesu. Daje mi całe swoje serce i nie ma w tym żadnego biznesu. Staje na głowie, by niczego mi nie brakowało. I stara się, by wszystko co złe się ode mnie odizolowało. Sto lat Kochanej Babci Grażynie i Gieni oraz dla Dziadka Janusza i Andrzeja życzę wnusia Julcia



Kochana Babciu Irenko! Dziękuję Ci za to, że jesteś! Z okazji Dnia Babci życzę Ci dużo zdrówka i samych szczęśliwych dni! Składa Karolinka



Małe moje ręce, serduszko gorące, nikt mnie tak jak Babcia Agata, Alicja i Stasia nie kocha pod słońcem



Kochanej Babci Elżbiecie Czurak i Dziadkowi, w dniu ich święta, małe pociechy życzą im Wspaniałych Chwil, zdrówka, szczęścia, dużo miłości oraz rzeczywistości piękniejszej od Marzeń... Kochamy Mocno



Kochanej Babci i Kochanemu Dziadziusiowi z Horodyszcza najserdeczniejsze życzenia, dużo zdrowia, uśmiechu na twarzy i samych słonecznych dni życzą kochanych babć wnuczkowie: Paweł, Paulina, Ewa, Asia Paulina, Piotrek, Ania, Magda, Mateusz, Łukasz, Marcin, Maja, Szymon i Miłosz. Kochamy Was



Babciu nasza kochana. Nie bywaj nigdy stroskana! Niechaj wdzięcznych wnucząt koło, zawsze widzi Cię wesołą. Kochanej babci Ani, życzenia składają wnuczka: Kuba, Zuzia, Patrycja, Dawid, Julka oraz najmłodsza Ewcia



Kochana babciu i dziadku dziękuję za Waszą troskę i poświęcenie, życzę Wam błogostawieństwa i wielu lat w zdrowiu i radości. Kocham Was, Wiktoria



Kochanym babciom Zosi i Ani, dziadkom Henrykowi i Stawkowi oraz pradiadkowi Stasiowi dużo zdrowia, radości, samych pogodnych dni życzą wnuki: Filipiek, Amelka i Bartosz. Kochamy Was



Kochana Babciu i kochany Dziadku życzymy Wam zdrowia, uśmiechu na każdy dzień, szczęścia i dziękujemy za to, że jesteście, bardzo Was kochamy... Wasze Wnuki



Kochana Babciu i kochany Dziadku życzymy Wam zdrowia, uśmiechu na każdy dzień, szczęścia i dziękujemy za to, że jesteście, bardzo Was kochamy... Wasze Wnuki

Historia powstania nazwy miejscowości Kodeń wiąże się z bitwą

„To deń”, w którym książe litewski, ruski oddział pokonał

REGION Kodeń to jedno z najbardziej atrakcyjnych miejsc w naszym regionie. Od lat przyciąga pielgrzymów, chcących pokłonić się obrazowi Matki Bożej Kodeńskiej. Każdy też zna opowieść o kradzieży wizerunku przez Mikołaja Sapiechę z Rzymu. Historycznie miejscowość jest równie ciekawa, ponieważ jest zlepkim kilku kultur i religii. Skąd jednak pochodzi nazwa miejscowości? To właśnie wyjaśnimy posiłkując się legendą w 157. rocznicę bitwy o Kodeń.

PAULINA CHODYKA

Słońce chyliło się ku zachodowi, gdy przemęczone ciągłym marszem wojska księcia litewskiego zatrzymały się po lewej stronie Bugu, by zebrać siły przed bitwą z nieprzyjacielem, stacjonującym z kolei w miejscowości Dubica. Jako że wędrówka dawała się już we znaki litewskim żołnierzom, postanowili oni rozłożyć swój obóz i nakarmić zmęczone długą drogą konie. Wielkimi krokami zbliżała się bitwa. Bitwa, która miała należeć do tych niemalże od początku skazanych na porażkę. Nieprzyjaciel miał bowiem znacznie większe zasoby siłowe i sprzętowe,

a oddział spod Dubicy był dowodzony przez jednego z najwaleczniejszych kniaziów ruskich. W ciągu doby miała rozpocząć się zażarta walka pomiędzy przeciwnikami. Odpoczynek nad Bugiem miał pomóc armii litewskiej w nabraniu sił i zaplanowaniu trudnych działań oraz dać chwilę na naprawienie ryszunków.

Powoli zapadał zmrok, a za chwilę na tym letnim niebie miała pojawić się niezliczona ilość gwiazd. Z pobliskich zarośli słychać było przepiękny i kojący śpiew słowików, a z nad rzeki głośnym echem docierało rechotanie żab. W dali można było usłyszeć ostatnie pianie kogutów. Ten wszechogarniający spokój i odgłosy natury nie zapowiadały, że w ciągu dnia lub dwóch dojdzie na tych bezkresnych łąkach i przepięknych nadbrzeżnych terenach do zaciętej walki na śmierć i życie pomiędzy dwoma głęboko nienawidzącymi się narodami.

Bug, toczył spokojnie swe wezbrane jeszcze po wiosennych powodziach wody, oddzielając dwa nieprzyjacielskie obozy. Nie był jednak dla nich żadną przeszkodą, bo żołnierze obu wojsk i ich konie, czuli się w wodzie nadspodziewanie swobodnie. Wielki książę Litwinów, nim udał się na swoje legowisko, by zebrać nie tylko siły, ale krążące po głowie myśli, zwołał naradę ze starszyzną. Polecił również jednemu ze swoich



Każdy zna opowieść o kradzieży wizerunku Matki Bożej Kodeńskiej przez Mikołaja Sapiechę z Rzymu. Mało kto jednak orientuje się, jak powstała nazwa miejscowości

podwładnych, by nazajutrz, gdy tylko zacznie świtać, bez zbędnych ceregieli, pozwalając sobie nawet na szturchnięcie swojego władcy w bok, obudził go.

Rankiem następnego dnia, ów dworzanie z pochodzenia Rusin, jak się okazało sromotnie zasnął, a wokół było już prawie całkiem jasno. Pędząc czym prędzej do namiotu dowódcy, a przy okazji umierając ze strachu przed jego gniewem, wpadł nagle do miejsca spoczynku pana i zaczął krzyczeć: – Toż deń, pane! Co w jego języku oznaczało: – Toż już dzień, panie!

Książę zerwał się w pośpiechu z legowiska. Obudził się przepętniony myślą i wiarą w zwycięstwo swoich wojsk w bitwie. Natychmiast wydał szereg rozkazów swym podwładnym, kazał w mgnieniu oka obudzić

żołnierzy, by ci jak najszybciej poczęli się szykować do walki. Po chwili wojsko było już gotowe, by przepłynąć się przez wody Bugu i zaatakować znienacka ruski obóz. Żołnierze, jak już wcześniej było wspomniane, w wodzie czuli się wręcz jak ryby, toteż pokonanie wpraw szerokiej rzeki nie było dla nich problemem. Zrobili to również najciszej jak tylko potrafili, zachowując największą ostrożność.

Wyglądali jak duchy albo jacyś potępienci, którzy

Prawdopodobieństwo legendy potwierdza fakt, że na starych mapach polskich, jak pisze o tym Jan Fryderyk Sapieha, kasztelan trocki, właściciel Kodnia i autor wielu prac naukowych, w jednym ze swych dzieł o tytule „Monumenta Antignitatum Ma-

parli zwartą brygadą wraz ze swoimi końmi, pokonując silne nurty Bugu. Gdzieś tam słychać było ich ciężkie oddechy, bowiem walka z falami nie była łatwa. Wokół unosiła się gęsta mgła, która w tym wypadku mogła okazać się ich wybawieniem. Pośród mlecznego oparu, niepostrzeżenie zbliżali się do obozu wroga na przeciwnym brzegu.

Żołnierze ruskiego oddziału jeszcze spali, gdy wojsko litewskie dotarło na prawy brzeg Bugu. Przyczynić się mogła do tego zrabowana w Brześciu okowita, którą uraczyli się poprzedniego wieczora. Nawet strażnicy, którzy mieli pilnować w namiotach okalających obóz, nadejścia nieprzyjaciela, stracili swoją czujność. Piłana jeszcze straż nie zareagowała bowiem, gdy do ich obozu właśnie dotarł wielki książę litewski ze swoimi żołnierzami. W pierwszej chwili myśleli, że to ruskie wojsko przyszło im z pomocą. Po kilku chwilach okazało się, że na skuteczny opór jest już za późno, a Litwini opanowali dużą część terenu. Litewscy wojownicy z okrzykami na

ustach pokonywali kolejnych ruskich wojów, lekko zbaraniałych całą sytuacją. Siekli ich jeden za drugim, spychając na mokradła przybrzeżnych łuk i lewad, aby tam w dziewiczych zakolach nadrzecznych wyciąć ich doszczętnie. Tych, którzy prosili o litość, natychmiast wiązali mocnymi sznurami. Zwycięstwo, na pierwszy rzut oka słabszej armii litewskiej, stało się faktem.

Gdy udało im się już pokonać wszystkich ruskich wojów, ruszyli z powrotem na lewy brzeg rzeki, w kierunku wzniesienia, gdzie jeszcze dzień wcześniej w obozowisku, zastanawiali się, czy możliwe jest pokonanie wroga. Ostatecznie postanowili zostać w miejscu obozu do końca lata, o ile wojenne sprawy im na to pozwolą.

Miejsce, skąd żołnierze wyruszyli na zwycięską bitwę zabudowano najpierw prymitywnymi szałasami, by z czasem powstały w tym miejscu solidne drewniane budowle, a teren wokół zamienił się najpierw w niewielką osadę, a z czasem stał się potężnym grodem. Wielki książę litewski nazwał to miejsce żartobliwie „To deń”, nawiązując do poranka tuż przed bitwą. W późniejszej wymowie nazwa nabrała nowego brzmienia – „Kodeń”.

Legenda opracowana na podstawie książki Stefana Sidoruka, „Nadbużańskie opowieści”.

Wybrzmiały takty poloneza. Taka wyjątkowa noc zdarza się tylko raz w życiu



Tradycyjnym polonezem zachwycili goście tegoroczni maturzyści ZSKR im. Wincentego Witosa w Leśnej Podlaskiej

LEŚNA PODLASKA Studniówka to bez wątpienia dla młodych ludzi najważniejszy bal w życiu, przed egzaminem maturalnym. Uczniowie klas czwartych w tą jedyną noc zapominają o nauce, by bawić się do rana. Tak też było podczas sobotniej nocy, 11 stycznia,

gdy to uczniowie Zespołu Szkół Centrum Kształcenia Rolniczego im. Wincentego Witosa bawili się na balu studniówkowym.

Tradycyjnie studniówkę poprzedziła msza św. odprawiona pod przewodnictwem o. Marcina Oparcika w Ba-



Klasowe zdjęcia ze studniówki będą z pewnością wspaniałą pamiątką z czasów szkolnych

zylice Leśniańskiej. Później wszyscy uczestnicy przenieśli się do „Chaty Skansen” w Witulinie. Dyrektor szkoły Radosław Klekot po przywitaniu gości, rodziców i szczególnie słowach skierowanych do młodzieży dokonał oficjalnego otwarcia studniówki.

Po uroczystym wstępie, wybrzmiały takty poloneza, w którym wspaniale zaprezentowali się tegoroczni maturzyści. Nie zabrakło także życzeń, skierowanych przez gości w przemówieniach okolicznościowych, do młodzieży, jak również do dyrekcji, nauczycieli, wychow-



Wszyscy prezentowali się elegancko i sztywnie. Przeważały raczej stonowane kolory

wawców oraz rodziców. Były też podziękowania, życzenia i kwiaty od uczniów i rodziców. Wychowawcy Danuta Kacik oraz Marta Wiczuk otrzymały piękne bukiety wraz z serdecznymi słowami od swoich wychowanków.

W radosnym nastroju tej jedynej takiej nocy wszyscy bawili się do białego rana. Dla przyszłych maturzystów był to bez wątpienia pierwszy najważniejszy, najpiękniejszy i niezapomniany bal w życiu.

Paulina Chodyka

Pięknie wystrojone młode kobiety i równie eleganccy młodzi mężczyźni bawili się na swoim pierwszym wielkim balu w życiu

Szampańska zabawa do białego rana!



Polonez to niezaprzeczalnie obowiązkowy element każdej studniówkowej imprezy



Wystrojeni młodzi ludzie z uśmiechami na twarzach pozowali do pamiątkowych fotografii

BIAŁA PODLASKA Choć ten rok szkolny nie należał do spokojnych, to społeczność szkolna Zespołu Doskonalenia Zawodowego pokazała, że w jedności i solidarności siła. Tegoroczni maturzyści żegnają się już niedługo z murami placówki, ale najpierw przyszedł dla nich czas na huczny, tradycyjny bal studniówkowy, który odbył się tym razem w Hotelu Polonia w Grabanowie.

PAULINA CHODYKA

Wszyscy śledziliśmy losy białskiego oddziału Zakładu Doskonalenia Zawodowego w Białej Podlaskiej w ostatnich miesiącach. Sytuacja

nadal jest daleka od dobrej, ze względu na zachowanie prezesa lubelskiego zarządu wobec dyrekcji i nauczycieli, jednak na szczęście nie przeszkodziło to w zorganizowaniu niezapomnianego balu dla tegorocznych maturzystów. Studniówka ZDZ odbyła się 11 stycznia w Hotelu Polonia w Grabanowie.

Pięknie wystrojone młode kobiety i równie eleganccy młodzi mężczyźni bawili się na swoim pierwszym wielkim balu w życiu. Uroczystość rozpoczął tradycyjnie polonez, którego w pierwszej parze poprowadził dyrektor **Henryk Zacharuk**. Taniec został nagrodzony gromkimi brawami. Przyszedł też czas na okolicznościowe przemówienia. Bohaterów wieczoru i wszystkich gości powitał dyrektor. – 100 dni do matury to czas, w którym znaj-



Studniówka to okazja do szalonej zabawy i zrobienia sobie pamiątkowych fotografii w towarzystwie szkolnych przyjaciół

dujemy chwilę na zabawy i uciechy. To również czas, który wyznacza wszystkim przyszłym absolwentom okres wytężonej nauki. Biorąc pod uwagę wasze umiejętności, będzie to dla was jedynie formalność, bo to przecież nic strasznego. Nie

bójcie, się wszyscy to przechodziliśmy i wy też sobie świetnie z tym poradzicie – zwrócił się do uczniów dyrektor.

Podziękował przy tej okazji wszystkim, którzy zaangażowali się w przygotowanie studniówkowego

balu. – Dziękuję również rodzicom i nauczycielom za zaangażowanie, które włożyli przez te wszystkie lata nie tylko w edukację tych młodych ludzi, ale także w rozwój i budowanie dobrego imienia szkoły. Jesteśmy wam wszystkim niezmiernie wdzięczni – dodał.

Jednym z gości podczas studniówki był poseł **Marcin Duszek**. – Wykazaliście się wszyscy w ostatnich miesiącach niesamowitą walką o jedność i przyjaźń. Pokazaliście, że umiecie pomóc i wesprzeć w trudnych momentach ludzi, którzy w danym momencie tego potrzebują. Jesteście w skali województwa wyjątkową placówką, która niezwykle odpowiedzialnie prowadzi swoją misję nie tylko naukową, ale też wychowawczą – zaznaczył.

Po oficjalnej części przyszedł czas na szampańską



Specjalnie na tę okazję maturzyści przygotowali eleganckie stylizacje. U kobiet królowały długie suknie, a u mężczyzn obowiązkowym elementem była muszka

zabawę do białego rana, którą młodzi ludzie z pewnością zapamiętają na długo.



Szampańska zabawa w Hotelu Polonia w Grabanowie trwała do białego rana



Zgodnie z tradycją panowie przyjeżdżając po panie przed balem, wręczają im czerwone róże



Dyrektor Henryk Zacharuk był co rusz porywany do tańca przez swoje uczennice



Na parkiecie swoje umiejętności pokazał także dyrektor Henryk Zacharuk w gronie nauczycielskim



Uczniowie mogli zaprezentować na parkiecie swoje umiejętności taneczne



Grono pedagogiczne, jak pokazały ostatnie miesiące, jest w ZDZ bardzo zgrane i solidarne

Studniówka I Liceum Ogólnokształcącego tym razem opuściła mury tej szacownej placówki i przeniosła się do pięknych wnętrz janowskiego zamku

Bal w klimacie Wielkiego Gatsby'ego

BIAŁA PODLASKA

Uczniowie odliczają już dni do matury, ale najpierw chcą hucznie pożegnać się ze szkołą. Tradycyjnym polonezem i balem w klimacie bestsellerowej powieści F. Scotta Fitzgeralda uczynili to tegoroczni maturzyści białskiego Kraszaka. Pierwszy raz studniówka odbyła się poza murami szkoły i przeniosła do urokliwego Zamku Biskupiego w Janowie Podlaskim.

PAULINA CHODYKA

Maturzyści z białskich szkół rozpoczęli studniówkowy sezon. W sobotę, 11 stycznia, swój wielki bal mieli uczniowie I Liceum Ogólnokształcącego im. J.I. Kraszewskiego w Białej Podlaskiej. Tym razem jednak impreza przeniosła się w przepiękne i nastrojowe wnętrza Zamku Janów Podlaski. Przy dźwiękach „Poloneza dla Niepodległej” Witolda Jarosińskiego młodzi ludzie rozpoczęli tradycyjny bal. Choreografię, choć trudną, opanowali bez problemu wszyscy i zachwycili oraz wzruszyli swoim tańcem zaproszonych gości. Następnie młodzież podziękowała swoim wychowawcom, dyrekcji i rodzicom, za wsparcie, ja-



Nie obyło się bez pamiątkowych klasowych fotografii

kie włożyli w ich edukację i wychowanie.

Dyrektor **Ireneusz Szubarczyk** życzył przyszłym absolwentom powodzenia na dalszej życiowej drodze i sukcesów w rozpoczynającym się dorosłym życiu. – To czas, by spojrzeć wstecz, podsumować swoje dokonania i podjąć ważne decyzje na przyszłość. Właśnie dzisiaj nadchodzi ten moment. Mam nadzieję, że młodzież znalazła w naszej szkole możliwości do rozwijania talentów, realizacji marzeń i planów, zawarła wiele znajomości, które przetrwają lata. Dziękuję całej kadrze pedago-

gicznej, rodzicom i wszystkim przyjaciołom szkoły za wsparcie tych młodych ludzi w edukacji i rozwoju. Niedługo czeka was drodzy uczniowie egzamin dojrzałości, który zaważy na waszej dalszej drodze, więc z tego miejsca życzę wszystkim powodzenia – mówił dyrektor.

Studniówkę zorganizowano w klimacie powieści „Wielki Gatsby”, toteż w sali balowej nie zabrakło piór, cekinów oraz złotych i srebrnych balonów. Każda z dziewcząt zachwycała stylizacją. Królowały długie suknie, często z dodatkami świecidełek, by wpasować

się w styl lat 20. i 30. ubiegłego wieku. Podobnie zresztą jak młodzi mężczyźni w idealnie dobranych garniturach. Po oficjalnej części rozpoczęła się prawdziwa zabawa. Prowadzący imprezę nie dał czasu na nudę młodym ludziom, którzy chętnie brali udział w przygotowanych zabawach i tańcach. Na parkiecie pojawili się oczywiście także rodzice i nauczyciele, by wspólnie z młodymi ludźmi świętować ich ostatnie dni w szkole. O oprawę muzyczną zadbał DJ, a ta wyjątkowa noc z pewnością pozostanie na długo w pamięci tegorocznych maturzystów.



Dyrektor szkoły, Ireneusz Szubarczyk, życzył przyszłym maturzystom powodzenia na dalszej życiowej drodze i sukcesów w rozpoczynającym się dorosłym życiu



Uczniowie wraz ze swoimi rodzinami pozwolili na zdjęć na specjalnie przygotowanej studniówkowej ścianie



Choć choreografia była skomplikowana, wszyscy tancerze świetnie sobie z nią poradzili



Młodzi ludzie swoim tańcem zachwycili publiczność, w tym oczywiście rodziców i nauczycieli



Uczniowie podziękowali swoim wychowawcom za pomoc okazywaną podczas nauki w liceum, a także w rozwiązywaniu codziennych problemów



Młodzi ludzie świetnie się bawili podczas swojego maturalnego balu



Po oficjalnej części wszyscy ruszyli na parkiet i z uśmiechem na ustach spędzili tę wyjątkową noc



Zarówno dziewczęta jak i chłopcy zachwycali swoimi balowymi stylizacjami

SLOWO PODLASIA
Biała Podlaska, ul. Warszawska 15, tel./fax 83 342-25-19
www.slowopodlasia.pl reklama@slowopodlasia.pl
REKLAMY! OGŁOSZENIA!

OKNA
PARAPETY MOSKITIERY ROLETY
POMIAR WYCENA **GRATIS**
ARTPOL jacek.daniluk@wp.pl
kom. 505-011-645
Biała Podl., ul. Moniuszki 33
tel. 83-342-11-11
Sprawdź nasze ceny!!!

Firma budowlana
ul. Fieldorfa 26/7
Biała Podlaska
tel. (83) 344 27 49
sekretariat@zrb-romaniuk.pl
www.zrb-romaniuk.pl
OSIEDLE
„Podmiejska”
podziemne parkingi • windy w blokach
mieszkania od 32 m²
ceny od 4000 zł/m²

TRAPEZ
OKNA • DRZWI • BRAMY • KOMINKI
ul. Sitnicka 137, 21-500 Biała Podlaska
tel./fax 83 342 12 35
www.trapez-bp.pl
info@trapez-bp.pl
Autoryzowany Partner Firmy **HÖRMANN**

PROMOCJA ZIMOWA
OKNA - DRZWI ROLETY - BRAMY
sprzedaż - montaż - serwis
KONKURENCYJNE CENY
Biała Podlaska, ul. Janowska 1
tel./fax (83) 343 50 07, tel. kom. 609 820 497
EURO OKNO

Burmistrz Parczewa informuje, że w dniu 21.01.2020 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Parczewie przy ul. Warszawskiej 24 został wywieszony na okres 21 dni wykaz mienia komunalnego stanowiącego własność Gminy Parczew, przeznaczonego do dzierżawy na okres do 3 lat.

Wójt Gminy Łomazy
ogłasza ustny nieograniczony przetarg
na sprzedaż nieruchomości stanowiących własność Gminy Łomazy
1. Działka nr 1866/9 o powierzchni 0,0769 ha położona we wsi Łomazy II. KW.LU1B/00063693/4 - cena wywoławcza 16003,00zł plus podatek VAT 23%, działka ta zostanie sprzedana w formie aktu notarialnego. W rejestrze ewidencji gruntów figuruje jako grunty rolne. W studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego gminy działka ta jest położona w terenach zabudowy mieszkaniowej oraz usługowej.
Przetarg odbędzie się 20 lutego 2020 roku o godzinie 9.00 w Sali konferencyjnej Urzędu Gminy.
Warunkiem uczestnictwa w przetargu:
- jest wniesienie wadium w wysokości 10% ceny wywoławczej. Wadium należy wpłacić w pieniądzu w kasie Urzędu Gminy w Łomazach lub na rachunek Bank Spółdzielczy w Łomazach Nr 71 8037 0008 0003 2072 2000 0160 **do dnia 14 lutego 2020 roku / włącznie/.**
Przed otwarciem przetargu należy okazać komisji przetargowej dowód wpłaty wadium oraz dowód osobisty.
- wadium wpłacone przez uczestnika, który przetarg wygra zostanie zaliczone na poczet ceny nabycia.
- wadium podlega przepadkowi w razie uchylenia się uczestnika, który przetarg wygrał od ustalonego terminu zawarcia umowy notarialnej.
- przetarg jest ważny bez względu na liczbę uczestników, jeżeli chociaż jeden uczestnik przetargu zaoferuje najmniej jedno postąpienie powyżej ceny wywoławczej. Zastrzegamy prawo odwołania przetargu o czym poinformujemy zainteresowanych w sposób w jaki przetarg ogłoszono.
Dodatkowe informacje można uzyskać pod numerem 83/ 3417076/. Niniejsze ogłoszenie jest zamieszczone na stronie internetowej https://lomazy.netbip.pl i na tablicy ogłoszeń tut. Urzędu.

OKNA DRZWI PELLET BRYKIET
www.serhej.pl
biuro@serhej.pl
Łomazy ul. Cmentarna 9 tel. 83 341 70 40
Biała Podlaska ul. Siderska 59B tel. 83 344 16 11
REZERWY SUWANYMI

STIHL
PROMOCJE ZIMOWE
CENA PROMOCYJNA 649,-*
STIHL MS 170
SPRZEDAŻ PROWADZĄ WYŁĄCZNIE
AUTORYZOWANI DEALERZY STIHL.
ADRESY DEALERÓW NA WWW.STIHL.PL
* sugerowana cena detaliczna

MEBLE OPTA
SZAFY Z DRZWIAMI SUWANymi
INDECO
wygodne mieszkanie
SKLEP
21-500 Biała Podlaska, ul. Moniuszki 20, tel. 342-62-76
Pn.-Pt. 9.30-17 | Sob. 9-13
Szafy wewnętrzne meble na zamówienie
POKOJOWE • KUCHENNE • SYPIALNE • BIUROWE • ŁAZIENKOWE • GARDEROBY

BIAL-MET BLACHY
www.bialmet.pl bial-met@dei.pl
POKRYCIA DACHOWE RUSZTOWANIA
- tel. 602 108 811
21-500 Biała Podlaska, ul. Kołychawa 78
tel. 83 344 33 49, 83 344 74 98

KONSTAŁ PRODUCENT
GARAŻE Blazane BRAMY Garażowe KOJCIE dla Psów
Najniższe **CENY**
Różne wymiary
Dogodne **RATY**
Transport i montaż **GRATIS** cały KRAJ
81-440-51-08 84-539-81-91
25-643-57-75 29-642-34-61
85-733-60-26 505-526-036
www.konstal-garaze.pl

Fundusze Europejskie Inteligentny Rozwój
Rzeczpospolita Polska
lubelskie Smakuj życie!
Unia Europejska Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego
OGŁOSZENIE O NABORZE
Kierownik GOPS w Piszczacu ogłasza nabór uczestników do projektu
„ŻYCIE PASJĄ JEST” Utworzenie klubu seniora w Gminie Piszczac
Projekt jest realizowany w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego województwa lubelskiego na lata 2014-2020, Oś priorytetowa 11. Włączenie społeczne Działanie 12.2 Usługi społeczne i zdrowotne.
Jeżeli jesteś:
• mieszkańcem Gminy Piszczac w wieku 50 +
• osobą nieaktywną zawodowo i chcesz żyć w sposób aktywny i twórczy
• pomóc sobie i innym?
Nabór trwa do 23.01.2020 r. o uczestnictwie w projekcie decydować będą kryteria rekrutacyjne.
Cele projektu, formy wsparcia oraz zasady rekrutacji dostępne są w Sekretariacie Urzędu Gminy Piszczac oraz stronie internetowej: www.piszczac.pl.

GRANIT MIESZALNIA FARB I TYNKÓW
OKNA profesjonalnie szybko tanio
DRZWI I PARAPETY
Biała Podlaska, ul. Siderska 87a
tel. 83 342 55 83, 606 819 315, 537 700 402
sprzedaż montaż

AKLIM monitoring
Biała Podlaska, ul. Siderska 56B
tel. 83 342-25-65
SYSTEMY ZABEZPIECZEŃ ALARMOWYCH
• włamania i napadu • nadzoru wizyjnego
• pożaru • kontroli dostępu
MONITORING ALARMOWY
AGENCJA OCHRONY
LEW-TRANS-BANK
ul. 34 Pułku Piechoty 13, tel./fax 343-51-47
OCHRONA OSÓB I MIENIA
• konwojowanie wartości pieniężnych
• monitoring
• grupa interwencyjna 24h

Wójt Gminy Janów Podlaski
zawiadamia, że dnia 21 stycznia 2020 r. zostało wywieszane na tablicy ogłoszeń w budynku Urzędu Gminy Janów Podlaski ogłoszenie o przeznaczeniu nieruchomości do sprzedaży.
Informację można uzyskać pod numerem telefonu (83) 341 30 93.

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Międzyrzeczu Podlaskim
informuje, że został ogłoszony ustny przetarg nieograniczony na oddanie w najem na okres do 3 lat lokalu użytkowego, z przeznaczeniem na prowadzenie działalności gastronomicznej – handlowej (barek), o pow. 21 m² usytuowanego w holu budynku pływalni miejskiej przy ul. Zarówie 86 w Międzyrzeczu Podlaskim – wywoławczy miesięczny czynsz netto 195,00 zł, wysokość wadium 195,00 zł, termin przetargu 21 lutego 2020 r. o godz. 11.00
Ogłoszenie o przetargu zostało umieszczone na stronach internetowych MOSiR www.mosir.miedzyrzec.pl w zakładce Przetargi oraz mosir.bip.miedzyrzec.pl w dziale Ogłoszenia, wywieszane na tablicy ogłoszeń MOSiR przy ul. Zarówie 86 oraz na lokalu będącym przedmiotem przetargu.
Wszelkie dodatkowe informacje można uzyskać w biurze MOSiR przy ul. Zarówie 86 oraz pod numerem tel. 83 371-64-20

SKLEP • USŁUGI HYDRAULIKA
Eko-House
ul. Siderska 59F
500 860 051 • 609 743 279
e-mail: ekohouse75@wp.pl
GRZEJNIKI KOTŁY RURY
SKLEP USŁUGI MONTAŻ 8% VAT



PROWADZI KURSY I SZKOLENIA:

- dla kierowców zmniejszające liczbę punktów karnych
- kierowanie ruchem drogowym
- szkolenia okresowe dla kierowców zawodowych metodą e-learning

tylko 300 zł NAJNIŻSZA CENA!!!

BADANIA PSYCHOLOGICZNE KIEROWCÓW 150 zł

MOTORYZACJA

SAMOCOHODY - SPRZEDAŻ

▼ Audi

- Audi A4 (2004) 1,9 TDi, kombi, 514 927 128.
- Audi A4 (2003) 1,9 D, 509 280 760.
- Audi 80 (1994) 2,0 B sprowadzone z Niemiec, opłacone, 732 929 991
- Audi A3 1,6 B (2007) sprowadzone z Niemiec, opłacone, 732 929 991
- Audi B7 2,0 (2005) diesel, sprowadzone z Niemiec, opłacone, 732 929 991
- Audi A6 2,7 D (2008), 732 929 991

▼ BMW

- BMW 320XD (2010) 2,0 D, oraz BMW 3 (2001) 1,9 B, 732 929 991
- Bmw E46 320D, 513 533 811
- BMW 530D (2009), 34 tys. + opłaty, 691 757 770
- BMW X3 (2007), 664 804 442.

▼ Chevrolet

- Chevrolet Epica (2007) diesel, 7 000, 535 101 111.

▼ Citroen

- Citroen C3 1,6 D (2010), sprowadzony z Niemiec, opłacony, 732 929 991
- Citroen C4 1,6 B (2006), 732 929 991
- Citroen C4 1,6 D (2009), 501 475 564

▼ Fiat

- Panda 1,2 B, sprowadzona, 732 929 991
- Stilo (2003), 785 219 900.
- Kupię Malucha 126p, 518 252 455.

AKU DAKAR
AUTO SZYBY
NAPRAWA WYCIERACZKI
PLANDEK do każdego auta
Sidorska 78-80 (STW)
Biała Podlaska
501 557 782
www.szybydakar.pl

Firma TOMEX Gwarancja ilości i jakości
OLEJ NAPĘDOWY
OLEJ GRZEWczy Komarówka Podlaska
z dostawą 83 353 50 46 ul. Wojska Polskiego 24
tel. 600 956 482 668 676 582

- Punto (2001), 516 394 934 .

▼ Ford

- Ford S-Max (2007) 2,0 D, sprowadzony, opłacony, 732 929 991
- Ford Kuga (2009), 2,0 D, sprowadzony, opłacony, 732 929 991

- Ford Focus 1,8 (2002), 501 653 028.

- Ford Kuga (2009) 2,0 TDCi, 517 590 476.

- Ford Kuga (2009) z Niemiec, 732 808 900.

▼ Hyundai

- Kupię Hyundai H100, 790 596 234

▼ Kia

- Picanto 1,1 B (2006), sprowadzone, opłacone, 732 929 991
- Kia Venga (2010) 1,4 D, sprowadzona, opłacona, 732 929 991

▼ Lexus

- IS220 (2001) 2,0 B, 732 929 991

▼ Mazda

- Mazda 3 (2010), 609 691 832.

▼ Mercedes

- Kupię Twojego Mercedesa Sprintera, Kaczkę, Vario, 190D, 790 596 234
- B-Klasa 2,0 D (2006), 609 506 101.

▼ Mini

- Cooper (2002) 1,4 B, 732 929 991

▼ Mitsubishi

- Lancer (2009) 2,0 D, 732 929 991

▼ Nissan

- Nissan Qashqai (2012), 517 177 128
- Kupię Nissana Urvan, 790 596 234

▼ Opel

- Astra 1,6 (2000), pierwszy właściciel, 515 676 595.
- Opel Astra (2008), 695 202 541.
- Opel Astra (2001), 694 820 401.
- Astra (2000) B+G, zadbała, 730 694 293.
- Zafira (2002) z Niemiec, 732 808 900.
- Opel Corsa 1,0 (2000), 1 500 zł, 513 901 604 .
- Astra H (2009) 1,4 B, sprowadzona, opłacona, 732 929 991

OPONY UŻYWANE I NOWE
OSOBOWE, CIEŻAROWE,
WULKANIZACJA,
FELGI STAŁOWE I ALUMINIOWE
MONTAŻ GRATIS
083-375-16-58. 0692 431 488
Mielaszewice Duże ul. Warszawska 37

- Opel Insignia (2014), benzyna 1.6 Turbo, automat, super, 692 689 800

▼ Peugeot

- Peugeot 206 (2006), stan idealny, 782 885 938

- 308 (2008) 2,0 HDi, sprowadzony, opłacony, 732 929 991

- Peugeot 407 (2007), 514 747 676.

- Peugeot 3008, 664 804 442.

▼ Renault

- Twingo (2017) 1,0 B, sprowadzone, opłacone, 732 929 991

- Captur (2017) 1,0 B, 17 tys. przebieg, sprowadzony, opłacony, 732 929 991

- Renault Clio 123 (2014), biały, 55 tys. przebiegu, 725 744 774

- Scenic Grand 1,9 D (2010), tanio, 660 636 066.

▼ Seat

- Seat Altea XXL (2009) 1,9 TDi, 105 KM, sprowadzony, opłacony, 732 929 991

▼ Skoda

- Skoda Citygo 1,2 B (2010), polski salon, 732 929 991

- Skoda Octavia (2012), salon serwis, bezwypadkowa, 502 629 475.

▼ Suzuki

- Suzuki Liana, 664 804 442.

▼ Toyota

- Yaris 1,0 B (2006), sprowadzony, opłacony, 732 929 991

- Toyota Verso (2005) 1,8 B, sprowadzona z Niemiec, opłacona, 732 929 991

- Toyota Rav 4 (2009), benzyna, salon Polska, mały przebieg, 691 522 160.

- Kupię Twoją starą Toyotę Corollę, Hiace, Carinę, Avensis, Picnic, 790 596 234

- Toyota Corolla (2003), 512 228 409.

- Toyota Avensis (2002) 1,6 B+G, 514 923 634.

Zawsze zapłacimy więcej!
AUTOKASACJA
608 434 634, Sidorska 215
SKUP AUTO

OPONY najtaniej w mieście
montaż na miejscu **GRATIS**
AKUMULATORY
AUTO HAKI BEZPŁATNA WYMIANA OLEJU
sprzedaż, montaż
MECHANIKA SAMOCHODOWA
TEMPO SERWIS Biała Podlaska ul. Siłnicka 69 tel. 83 311 33 02 504 029 757 (obok Lidla)

- Toyota Avensis (2010), 505 258 385.

- Toyota Auris (2007), 664 804 442.

▼ Volkswagen

- VW Sharan Van (2008) 2,0 D, 601 305 042.

- Passat (2012) 113 000 km, 505 700 235.

- VW Polo (2008), 664 626 087.

- VW Passat 1,9 (2006), 601 466 640.

- Tiguan (2009), 664 804 442.

- VW Touran (2007), 1,9 TDI, 782 396 219.

- VW Golf 1,9 TDI (2004), 609 199 242

- Passat (2010), 103 000 km, 601 403 320

- Golf V TDI (2005), 503 783 524

- Kupię Sharan 2,0 B, 790 596 234

▼ Volvo

- S60 (2012) 1,6 D, 732 929 991

SAMOCOHODY - KUPNO

- Solidnie płacę, 515 471 038

- Wyrejestruj legalnie, nie pozwól się oszukać fikcyjnymi umowami, autokasacja, Sidorska 215, 608 434 634

- Skup złomu, metali kolorowych. Terebela. Najwyższe ceny! 513 901 168, 501 658 616

- Skup katalizatorów, akumulatorów, 502 331 832

- Skup katalizatorów, 509 529 093.

- Kupię samochody, 799 221 966

- Kupię opony do Żuka, 502 536 796.

- MOTOCYKLE I QUADY**

- Simson, skuter i wiele innych części zamiennych, 691 522 160

- Motocykle z koszem, 602 121 962, 506 736 330

- Honda NTV 650 Y, 798 790 442

KASACJA POJAZDÓW

660 802 913

- Kupię wszystkie motocykle zabytkowe. 607 876 449

- Skuter Piaggio 500 cm3, 5000 zł, 502 331 837.

- Yamaha Aerox, (2005), 516 394 934 .

USŁUGI

- Koparko-ładowarka, minikoparka, 603 397 043

- Glazurnik, łazienki kompleksowo, 505 763 492

- Mycie dachów, malowanie, 516 964 592.

- Videofilmowanie, zdjęcia, www.video-foto.pl, 505 643 610.**

- Glazura, malowanie, panele, 606 578 189.

- Tynki maszynowe, cement, solidnie, wolne terminy, 739 252 191 .**

- Transport, 600 60 60 92.**

- Wykończenia wnętrz i remonty z odbiorem i transportem materiałów, 603 057 167.

- Tynki gipsowe, 517 870 438.

- Usługi stolarskie, remonty, 510 177 828.

- Usługi remontowe, Biała Podlaska i okolice, 572 219 262.

- Układanie kostki brukowej, solidnie - fachowo, 600 947 970**

- Usługi podnośnikiem, wycinka drzew, 513 300 260.

- Murowanie budynków, 692 161 143

- Montaż szalówki i boazerii, 517 360 775

- Wymiana podwalin, 517 360 775

- Pranie dywanów, wykładzin, tapicerek meblowych, doczyszczanie dachów, kostek brukowych, elewacji, 507 930 777, www.vegaczyszczenie.pl**

- Zduństwo, 605 741 106

- Usługi remontowo-budowlane, 530 632 849

- Termoizolacja budynków, 500 847 307

- Glazurnictwo, remonty, 515 709 126

- Remonty, ocieplenia, budowa domów, 601 315 945

- Remonty, łazienki, wszystkie prace z płytą gipsową, poddasza, 735 521 055

- Usługi hydrauliczne i elektryczne, 510 376 111

- Transport tanio, 506 766 170

- Autolaweta, tanio, 506 766 170

- Układanie kostki brukowej - schody, tarasy, kompleksowo, 509 982 153**

- Tani transport towarów, maszyn, 509 926 597

- Naprawa telewizorów, monitorów, autoryzacje Samsung, LG, Sharp, Daewoo, Funai, 504 035 771**

- Glazura, panele, malowanie, wykończenia, 698 686 752

- Dźwig, 50 ton + koparka, 609 567 221

- Posadzki mixokretem, 781 952 081

- Elewacje: docieplanie, malowanie, konserwacja. Dachy, podbitki, poddasza pod klucz, rynny, 604 067 067**

- Zespół Revel, 604 934 299

- Układanie kostki brukowej, granitowej, profesjonalnie, solidnie, 502 318 133**

- Remonty, wykończenia wnętrz, kompleksowo, 502 318 133**

- Żwir, piasek, 83 342 35 22, 604 632 080

- Minikoparką, wywrotka 3,5 t, 609 743 279

- Hydrauliczne, 608 534 197

**BEZ WIZY
NA BIAŁOŁĄSKĘ**
Vouchery
Ubezpieczenia
turystyczne
tel. 506 939 770
Aleja Tysiąclecia 10
Biała Podlaska

**GARAŻE
BLASZANE**
BRAMY GARAŻOWE
POMIESZCZENIA GOSPODARSTWA
WIATY
KONSTRUKCJE
STALOWE
STAL BLACH
605-059-235
603-809-850
TRANSPORT
I MONTAŻ
GRATIS!
PRODUCENT

**POŻYCZKI bez BIK
KREDYTY BANKOWE**
Biała Podlaska, ul. Narutowicza 38/3
tel. 603 203 897

VERTAL
ROLETY
BRAMY WIŚNIEWSKI
AUTOMATYKA DO BRAM
POMIAR I WYCENA GRATIS
ul. Janowska 70
83 311 32 55 • 602 708 992

CD. ZE STR. 34

- ☐ Usługi księgowe, 601 800 904
- ☐ Ocieplenie, murowanie, malowanie, gładź, panele, remonty, 794 430 199
- ☐ Remonty, wykończenia wnętrz, 503 976 688

- ☐ Malowanie pomieszczeń, 514 455 512

- ☐ Budowa i krycie dachów, montaż rynien + podbitki, 503 504 304

- ☐ Wykończenia wnętrz, 606 335 663

- ☐ Tartak przewoźny. Załadunek i obrabianie kłody, 505 091 013

- ☐ Serwis, montaż anten satelitarnych, naziemna DVB-T, naprawa komputerów, kamery, 502 406 968

- ☐ Murowanie, docieplenia, 517 186 874

- ☐ Hydrauliczność, 609 743 279
- ☐ **DOCIEPLANIE BUDYNKÓW, SZYBKO, TANIO, SOLIDNIE, 502 053 214**

- ☐ Sprzątanie, 791 556 553

- ☐ Wykopy, stawy, rowy, odmulanie. Profesjonalnie. 601 804 809

- ☐ Docieplenia i wykończenia wnętrz, 516 664 603

- ☐ Elektryka, instalacje, pomiary, 507 370 567.

- ☐ Tartak mobilny, 663 491 871

- ☐ DJ Wodzirej, wesela, 501 264 948

- ☐ Transport, przeprowadzki, 508 690 315

- ☐ Docieplenie, poddasza, malowanie, p.k.g. ocieplenie budynków, 511 604 224

- ☐ Glazurnictwo, 691 134 909

- ☐ **Wywóz nieczystości płynnych, 605 336 756**
- ☐ **Bus Sprinter, transport, 785 130 604, 603 130 604**

- ☐ Malowanie, tapetowanie, gładź, tani, 514 013 742

- ☐ Układanie płytek - terakota, łazienki, kuchnie, tarasy, Stanisław 508 231 456

- ☐ Koparko-ładowarka, 513 754 668.

- ☐ Dachy kompleksowo z materiałem 8% Vat, 508 848 759

- ☐ Budowa domów, krycie dachów, 601 761 111.

- ☐ Dachy, materiały i wykonawstwo, 512 655 590.

- ☐ Studniarstwo, pompy ciepła, 505 222 714.

- ☐ Układanie kostki brukowej, kompleksowo, 793 090 275.

- ☐ Ładowarka, minikoparka, 605 542 231.

- ☐ Koparko-ładowarka, koparki gąsienicowe, kołowe, wywrotki, minikoparka, koparka Long, 793 090 275.

- ☐ Ocieplenia, kompleksowo, 512 655 590.

- ☐ Wykopy, stawy, sadzawki, rowy, najtaniej, 793 090 275.

- ☐ **Układanie kostki brukowej, sprzedaż, projekty, ogrody, nawodnienia, drenaż, ogrodzenia - panel, pustak, transport, koparko-ładowarka, gwarancja, doświadczenie, www.freshbruk.pl, 504 195 871.**

- ☐ Studnie głębinowe, 503 892 100.

- ☐ **Wycinka trudnych drzew, przycinanie drzew, krzewów, żywopłotów, 515 902 328.**

- ☐ Studnie, 501 397 595.

- ☐ Budowa domów, remonty, ogrodzenia, 505 011 741.

- ☐ **POMOC DROGOWA, 783 750 150.**

- ☐ **Tani transport, przeprowadzki, nietypowe rzeczy, 515 902 328.**

- ☐ **CYKLINOWANIE, 512 246 444.**

- ☐ Koparko-ładowarka, koparka, wywrotka HDS, wyburzenia, piach, zagęszczarka, 506 481 298

- ☐ Renowacja odzieży skórzanej, czyszczenie kożuchów, szycie na miarę, 501 143 085.

- ☐ Zduństwo, 662 605 218.

NAUKA

- ☐ Tłumacz przysięgły języka angielskiego mgr Iwona Wińska, 606 776 748.

- ☐ Matematyka, 502 924 580

- ☐ Angielski, niemiecki, hiszpański. Matematyka dla dzieci i młodzieży. Szybkie czytanie i Akademia Efektywnej Nauki. Zapraszamy dzieci, młodzież i dorosłych. Leader School, ul. Reformacka 10, Biała Podlaska, tel. 517 870 434.

- ☐ Matematyka, chemia, fizyka - od podstawówki do matury, 511 758 548.

- ☐ Tłumacz przysięgły j. angielskiego, Medard Orlik, 509 791 177

PRACA

ZATRUDNIĘ

- ☐ Operatora koparki i ładowarki, 601 914 800.

- ☐ Mechanika, 601 914 800.

- ☐ Zatrudnię kierowcę kat. C+E, 661 140 007.

- ☐ Zatrudnię do sprzątania, 601 096 156.

- ☐ Tynkarzy, okolice Leśnej Podlaskiej, 515 499 903.

- ☐ Zatrudnię do zbioru pieczarek. Zapewniamy darmowy transport. 512 195 911.

- ☐ Firma Trakcyjna PRKiL S.A. poszukuje na umowę zlecenie osobę do sprzątania biura przy ul. Prusa 8a w Białej Podlaskiej, 885 701 618.

- ☐ RSP „Zorza” przyjmie do pracy fizycznej. Możliwość zamieszkania. Kontakt od 7.30 do 13.30, 83 377 21 13.

- ☐ Zatrudnię sprzedawczynię w sklepie spożywczym w Sitniku k. Białej Podlaskiej, 601 917 844.

- ☐ Lakiernika, blacharza, 791 510 087.

- ☐ Zatrudnię pracowników produkcyjnych, ubojnia drobiu, Manie, 795 453 624.

- ☐ Sprzedawca w sklepie elektrycznym, 667 841 234.

- ☐ Zatrudnimy panie do zbioru pieczarek w nowoczesnej pieczarkarni w Hołowczycach. Zapewniamy dojazd, atrakcyjne wynagrodzenie, wolne niedziele, 511 502 157.

- ☐ Firma transportowa w Łosicach zatrudni mechanika samochodowego, 509 830 360

PROFESJONALIŚCI W NIERUCHOMOŚCI

**PÓŁNOC
NIERUCHOMOŚCI**

KUP ✓ SPRZEDAJ ✎ WYNAJMIJ

BIAŁA PODLASKA, UL. WARSZAWSKA 15 TEL. 669 494 058

- ☐ Zatrudnię panie do zbioru pieczarek, Biała - Łosice, 512 687 805.

- ☐ Kierowca kat. C, 692 775 254.

- ☐ **Murarzy, wykończeniowców, stolarzy, cieśli. Praca UE. Tel. 698 130 444**

- ☐ Przyjmę do pracy w lesie, okolice Łosic, 660 870 141.

- ☐ Zatrudnimy stolarzy lub osoby do przyrządzenia, 692 454 466.

- ☐ Karczma Rycerska zatrudni kucharza, 884 347 641.

- ☐ Opieka. Niemcy. Legalnie. 725 248 935

- ☐ Praca w Niemczech - zwierzęta, wymagane doświadczenie. Tel. 502 288 623, www.jobmariopol.pl

- ☐ Mechanik samochodów ciężarowych, 601 914 800

- ☐ Kelner, -ka, pomoc kuchenna do Karczmy W Zagrodzie w kol. Horbów, 695 188 199

- ☐ Kelner, -ka do restauracji Skala, CV na restauracja @skalabp.pl, 695 188 199

- ☐ Praca przy dociepleniach, Międzyrzec, okolice, 668 391 380

- ☐ Przyjmę na staż do sklepu spożywczego, 602 732 395

- ☐ Autokasacja Rossosz, poszukuje do rozbiórki samochodów, 515 945 955

- ☐ Przyjmę do zbioru pieczarek, 669 981 307

- ☐ **Przyjmę operatora koparko-ładowarki, 504 195 871.**

PODEJMĘ

- ☐ Niania, 507 867 783

- ☐ Kierowca BCE, 736 513 353

- ☐ Podejmę opiekę nad starszą panią, 698 546 245.

NIERUCHOMOŚCI

DOMY

- ☐ Dom sprzedam, zamienię, 511 663 919.

- ☐ Sprzedam posesję, Wysokie, 508 774 121.

- ☐ Piętrowy sprzedam, 514 394 712

- ☐ Okazja! Centrum miasta, sprzedam dom, zabudowanie pełne uzbrojenie, działka 4 600 m² przy drodze, możliwość każdej działalności gospodarczej, 930 tys., 666 878 575

- ☐ Garaż, 504 070 733

- ☐ Centrum domy + 1912 m², 609 567 221

- ☐ Wynajmę dom, 70 m², 501 397 595

- ☐ Dom do remontu, 691 518 274

- ☐ Wynajmę dom, 70 m², 501 397 595

- ☐ Dom 100 m² z działką 23 a, Terespol, 737 136 965

MIESZKANIA

- ☐ **Sprzedam mieszkanie w Białej Podlaski, piętro 4, cena 139 tys., 504 381 107..**

- ☐ Stacja Akademicka, 506 918 466

- ☐ Wynajmę kawalerkę, 606 351 554

- ☐ Stacja pracującym, 509 278 340

- ☐ **Kupię mieszkanie do remontu, 514 818 455**

- ☐ Sprzedam garaż murowany, Terespol, 605 649 997

- ☐ Stacja, 739 647 065

- ☐ Stacja, 696 514 577

- ☐ Mieszkanie, 78 m², Biała Podlaska, 516 845 869

- ☐ Kupię mieszkanie, 537 293 780

- ☐ Stacja, Terebelska, 662 144 764

- ☐ Garaż, 510 078 290

- ☐ Wynajmę mieszkanie, 35 m², 501 397 595

- ☐ Stacja, 603 107 010

- ☐ M-3, Międzyrzec Podlaski, ul. Partyzantów, parter 38 m², umeblowane, 140 tys., 608 353 487

- ☐ Wynajmę mieszkanie 47 m², 509 937 837.

- ☐ Mieszkanie Łukaszyńska, 47 m², 3100 za m² 530 659 146.

- ☐ Wynajmę mieszkanie, 609 979 289.

- ☐ Stacja, 83 343 38 24.

LOKALE

- ☐ Lokal handlowo-usługowy, 35 m², Biała Podlaska, media, 1 000 zł, 502 331 837.

- ☐ Pomieszczenia magazynowe, po serwisie samochodowym, 602 121 962, 506 736 330

- ☐ Do wynajęcia lokale biurowe 10, 15, 25, 34 m² blisko centrum - parking, 606 920 808

- ☐ Do wynajęcia lokal na parterze, o powierzchni 90-120 m² w CH SAS, 725 986 050

- ☐ Lokale, centrum Biała Podlaska, 503 173 600

DZIAŁKI

- ☐ Działki, Rakowiska, 662 474 709

- ☐ Działka 36 arów, rolnobudowlana, Terespol, dom 125 m², garaż, 400 000 zł, do negocjacji, 519 318 546, 727 932 831

CD. NA STR. 36

Las, Hrud, 500 201 821.
Kupię ziemię Sławatycze, Podedwórze, 508 804 802

Działki budowlane, Styrzynieć, 796 959 969

Kupię, wydzierzawię pole, gm. Drelów i okolice, 508 475 856

Działki Grabanów, 793 077 728

Atrakcyjne działki w Grabanowie, 504 195 871

Działka, Hrud, 500 201 821.

Sprzedam działkę budowlaną, Porosiuki / Sławacinek Stary, 1893 m², 604 528 276

Działki, domy, osiedle Relax, Rakowiska, super lokalizacja i cena, 603 704 153, 506 736 330, www.osiedlerelax.pl

Sprzedam las, gmina Tucznia, 601 401 084

Sprzedam działkę budowlaną, Woskrzenice Małe, 1800 m², po 16.00, 507 756 992

Działki budowlane, Rakowiska, 692 706 132

Posesja, Woskrzenice D., 502 961 421

Posesja w Terespolu, 796 077 715

Działka, Rakowiska, 789 040 773

Sprzedam działkę, 1,50 ha w Sławacinku Nowym z przeznaczeniem pod budownictwo mieszkaniowe i inwestycje, 506 196 840

Sprzedam las Dobryńka, 504 179 101

Wynajmę utwardzony plac w centrum Terespolu, 502 713 486

Sprzedam las mieszany, starodrzew, 7,7 ha; 35 000 zł/ha, Janówka gm. Piszczac. 502 366 471

Kupię ziemię, siedlisko, powyżej hektara, koło Białej Podlaskiej, 506 331 733.

Sprzedam łąkę w Lipinkach, 793 775 661.

Sprzedam działkę inwestycyjną przy DK2 (obwodnica Białej Podlaskiej) nr działki 411/17, ok. 3200 m², tel. 604 187 188.

Sprzedam działki budowlane, 511 872 073 lub 690 504 064.

Kupię pole, ziemię Terebela, Cicibór, Hrud, Woskrzenice, 697 611 990.

BUDOWLANE

Żwir, piasek - mixokret, kamień, tłuczeń, roboty ziemne, czarnoziem, 503 009 959

Tania ziemia, piach, beton pod kostkę, roboty ziemne, 793 090 275.

STYROPIAN PRODUCENT
sprzedaż detaliczna
Roskosz 22
tel. 83 343 74 06 • 509 375 365

SPRZEDAŻ I WYNAJEM RUSZTOWAŃ ELEWACYJNE, WARSZAWSKIE, TRANSPORT CIĘŻAROWY 1-24 T, tel. 795 400 522, www.mekbud.pl.

Przyjmę ziemię, piach, gruz, 608 534 197

MEBLE

Meble do salonu, stan bardzo dobry, 793 432 280.

Komplet mebli skórzanych - 2 400, 604 773 257.

SPRZEDAŻ - INNE

Drewno opałowe, 511 058 151.

Drewno kominkowe, opałowe, 600 258 318

Deski, tarcica, kantówki, więźba dachowa, szalówka, podbitka, podłógówka, sztachety, Sarnaki, 503 111 848

Wyroby z wełny alpaki, 506 988 539.

Baliki dębowe 120x10, 120x8, 512 931 754.

Deski dębowe, 505 091 013



WĘGIEL HURT DETAL
tel. (+48) 693 788 340
• (83) 375 97 57
• bok@dostawy-węgla.pl
• ul. Północna 2, 21-512 Zalesie

WIĘCEJ=TANIEJ*
ATRAKCYJNE CENY
% % % **RABATY** % % %
*szczegóły u handlowców

WĘGIEL WORKOWANY

TWÓJ DOSTAWCA CIEPŁA

ZAPRASZAMY!

Biała Podlaska, Sidorska 62

dopieca.com.pl ☎ 697 330 520

NISKOEMISYJNY EKOGRΟΣZEK

z uszlachetnionego, kruszonego węgla o wysokich parametrach jakościowych

PRODUKCJA - SPRZEDAŻ HURTOWA I DETALICZNA

• wartość opałowa - powyżej 28 MJ/kg, popiół ≈ 3%, siarka ≈ 0,2%
• miał z produkcji ekogroszku ma b. dobrą ocenę w piecach z podajnikiem szufladkowym, składowany w hali

SPRZEDAŻ RATALNA
Możliwość dowozu oraz negocjacji ceny w zależności od ilości

Chotyłów ul. Tartaczna 2A przy dworcu PKP
502 202 581
tel. 500 260 872
83 377 82 28

PROMOCJA

Chotyłów przy dworcu PKP

KOSTKA 590 zł/t
ORZECH 490 zł/t
EKOGRΟΣZEK 590 zł/t

W sprzedaży jest również odpowiednik węgla **POLSKIEGO** o najwyższej jakości

tel. 83 377 82 28
502 202 581

WĘGIEL

• KRAJOWY • IMPORTOWANY
• luzem, workowany

SKUP ŻŁOMU

KONKURENCYJNE CENY

RATY!!!

KAMIEŃ DEKORACYJNY (ogrodowy)

EKO-M

ul. Terebelska 113, Biała Podlaska

tel. 723 456 555

ul. 3 Maja 11, 08-210 Płaterów

SZALÓWKA
już od 30 zł/za m²

■ Budowa Domów
■ Więźba dachowa
■ Deska szalówkowa, podłógówka
■ Łaty, kontrłaty
■ Impregnaty do drewna
Tikkurila

697 077 424 ☎ 723 616 218

Deski suche 40x200x3000, impregnowane, 10 m³, 1 m³/600 zł, 502 331 837.

Frezarka do drewna, 507 202 718

Węgiel kostka - 620 zł/t
Ekogroszek - 620 zł/t
Pellet drzewny - 750 zł/t
STAL-MAX CHOTYŁÓW
600 940 913 • 504 071 337

KONKURENCYJNE CENY
od 580 zł/t
WYSOKA JAKOŚĆ
WĘGIEL
SZEROKI ASORTYMENT
NATERENIE MIASTA DOWÓZ **GRATIS**
BIAŁA PODL., UL. GRZYBOWA 52
tel. 83 344 20 92

UTHO Marek Dejneka
oferuje w sprzedaży:

węgiel kamienny
kruszywa
wapno nawozowe
pellet, nawozy
mat. budowlane

SKUP ZBÓŻ, ŁUBINU I GRYKI
tel. 604 437 407

SPRZEDAŻ DREWNA
OPAŁOWEGO I KOMINKOWEGO
602 100 131

Rakowiska
ul. Wspólna 112
Biała Podlaska

STEMPLE BUDOWLANE

WĘGIEL

OBNIŻKA CEN!

KOSTKA - 599 zł/t
ORZECH - 519 zł/t
EKOGRΟΣZEK - 599 zł/t
PELLET - 780 zł/t
tel. 721 080 909, 669 445 682
Możliwość dowozu!
KROPKA Sławomir Kropiwek

Wyrównarka fabryczna, siewnik Kos, brony 3, wirówka do miodu, 882 008 650.

Tokarka sprawna, produkcja Belgia, 537 304 310.

Likwidacja zakładu - Lipnica, bardzo tanie nagrobki, 663 631 693.

Drewno opałowe, rozbiórkowe, 691 522 160

Siatka ogrodzeniowa i wszystko do ogrodzeń - panele, ogrodzenia betonowe, słupki, bramy, automatyka, montaż, 697 88 88 92

TARTAK
ul. 3 Maja 11, 08-210 Płaterów

■ Budowa domów
■ Drewno budowlane
■ szalówka
■ podłógówka
■ tarasówka
■ kantówka
■ deski
■ łaty
IMPREGNATY
697 077 424 ☎ 723 616 218

PHU. Agromil
OFERUJEMY

◆ Węgiel kamienny i Ekogroszek
◆ Pellet drzewny
◆ Nawozy, Środki ochrony roślin
◆ Materiały Budowlane i wykończeniowe
◆ Pełny asortyment hydrauliczny
◆ Artykuły metalowe oraz wiele innych...

RATY, TRANSPORT HDS, MAGAZYNOWANIE

Tucznia 206
504 055 430 • 83 377 13 36 • 512 966 521
Kodeń, Rynek 12
697 330 515

FABRYKA OKIEN

OKNA • DRZWI PCV i ALU

OK!no
Producent
Biała Podlaska

www.oknobp.pl

ul. Sitnicka 135 ☎ 83 343 86 39

Najlepszy Ekogroszek

nieśpiekający
odkamieniony
certyfikowany

Dostawa samochodem z windą!

Zadzwoń: 509 948 595

www.najlepszyekogroszek.pl

Odełwnia Żeliwa Chotyłów S.C.
Chotyłów ul. Zaleska 70A

Olszyna, 505 389 862.

Bale dębowe i olszynowe, 5 cm grubości, 502 243 030

Palenisko kowalskie + przecinarka, 798 790 442

WC drewniane, heblowane, impregnowane, 507 202 718

Deska elewacyjna, krokwie, łaty, deski, opoty, 508 848 759

Drut ocynkowany, 695 88 88 90

Kosze na śmieci, pojemność 140, 240, 1 100 l. Bardzo solidne. Tanio. tel. 661 512 466

ROLNICZE

MASZYNY

Przyczepa sztywna, jednoosiowa, 512 931 754.

Kupię sprzęt rolniczy, 663 893 465.

Ciągnik Case Dawid Brown, 781 277 473, „tel. 518312745

Opryskiwacz sadowniczy, podwieszany, 400 l, stan idealny, 791 621 027.

Pług 4 hydrauliczne, kultywator 3 m z wałkami, siewnik 3 m, 501 661 902.

Zetor 7211, beczkowóz 3000 l, krowy i jałówki cielne, tel. 603 964 528.

Siewnik Nordsten 2,6 m, 506 506 076.

Talerzówka z wałem Unia Grudziądz, Cut 2,8 m (2006), 513 469 647.

Prasa rolująca, 507 298 180.

Dmuchawa do siana, przenośnik taśmowy, dziobak do bel, 668 986 157.

Pług jednobelkowy Unia 4x40, przyczepa z wozu, 505 098 803.

Przyczepa D47, sztywna - 4 600 zł, łuparka do drewna - 4 500 zł, przystawka Geringhoff 4 rzędy - 12 tys., 570 606 232.

Kombajn Claas Mercator, 500 265 444.

Kombajn Claas Mercur, 885 910 456.

Zetor 5211, talerzówka 20 Akpil, 727 259 066.

Class Senator, 516 626 498.

Zgrabiarka Vicon (2014), owijarka samozaładowcza (2013), pług 4-ski-bow (2012), tel. 517 116 290.

Rozsiewacz RWC 3, 516 576 333.

Zetor 7045 (1982), prasa Krone 150 (1994), przyczepa do bel 7,5 m, pług 4, 605 684 208.

Sprzedam ciągnik, Zetor 6211, 669 768 425.

Prasa rolująca Sipma (2010), Ursus 45-12 (2003), tel. 517 116 290.

Talerzówka 315/4, glebogryzarka do truska-wek, bale dębowe 8, 4, ładowacz obornika do C360, 512 993 938.

Zetor 8111 (1984), 505 703 105.

Kupię kosiarkę, glebogryzarkę, talerzówkę, kopaczkę, siewnik, ciągnik z turem, 783 154 031

Kupię wszystkie ciągniki, ładowarki, prasy, przyczepy, kombajny, maszyny. Także uszkodzone. 665 207 084

CD. NA STR. 37

Skup Zbóż
Ferma indyków Celujki
SPRZEDAŻ NAWOZÓW
513 092 562

SKUP BYDŁA I CIELĄT

(BYK, JAŁÓWKA, CIELAK)

- Płatność gotówką lub szybkim przelewem
- Rozliczenie na wagę żywą lub WBC
- Wysyłki na eksport



513 364 520, 519 136 146

SKUP BYDŁA I CIELĄT

Na wagę żywą lub WBC.
Przelew do 2 dni.
508 537 058

SKUP BYDŁA RZEŹNEGO I KONI

Odbiór sztuk pourazowych
606 856 304

CD. ZE STR. 36

- ❑ Owies, kopaczka konna, podorywkowe 5, 502 243 030
- ❑ Szpila do bel, wialnia, brony 5 i 3, słoła w kostkach, pługi 3 i 5, kos, 502 243 030
- ❑ Przyczepa, silnik 30 kW, 955 obr., lejek, 798 305 086
- ❑ Rozrzutnik jednoosiowy, 608 816 590
- ❑ Opony do przyczep i maszyn rolniczych, nowe, używane, 603 130 604
- ❑ Ursus 1224 (4x4) lub Ursus 902 z turem sprzedam lub zamienię na mniejszy, 735 449 249
- ❑ Rozrzutnik 8-tonowy, Warfama (2010), owi-jarka samozaladowcza (2010), 609 472 413
- ❑ Remonty podnośników C-330, C-360, C-385, Zetor, 667 792 087
- ❑ Kupię ciągnik, może być bez rejestracji sprzęt, rozsiewacz RCW, 503 792 483
- ❑ Kupię sortownik, przyczepę wywrotkę, 603 855 072
- ❑ Kupię T-25 lub C-330, glebogryzarkę, 663 955 935

ZWIERZĘTA

- ❑ Samiec Alpaki, 506 988 539.
- ❑ Jagnięta, 516 573 684.
- ❑ Krowa LM cielna, 519 617 554.
- ❑ Sprzedam jałówkę 1,5 roku, czarno-biała, 513 300 260.



ZAPRASZAMY
do punktów przyjęć ogłoszeń
zamieszczanych w tygodniku

ŁOSICE

Sklep RTV-AGD, Rynek 8

- ❑ Sprzedam krowy, 501 523 857.
- ❑ Pawie niebieskie, 662 958 075.
- ❑ Hucaty, 793 581 147.
- ❑ Cielęta, 793 581 147.
- ❑ Cielaki mięsne, 883 604 100
- ❑ Sprzedam owce rasy świ-niarka w różnym wieku. Do 15 stycznia cena 100 zł za sztukę! Okolice Sarnak, 517 845 325
- ❑ Kupię bydło rzeźne, odbiór z gospodarstwa z ważeniem, płatne gotówką lub przelewem, faktura, wyrejestrowanie lub WBC, 693 950 620, 507 645 590
- ❑ Cielaki różne, 516 573 684
- ❑ Jałówki mleczne, 518 804 095
- ❑ Stado bydła mięsnego LM, 691 522 160
- ❑ Jagnięta, 691 518 274
- ❑ Kupię bydło, krowy, 509 111 173
- ❑ Kupię bydło czystorasowe i nie tylko, 695 383 696
- ❑ Sprzedam byczki, cieliczki mięsne, mieszane, 2-tygodniowe, 789 464 285
- ❑ Bydło, specjalista chorób przeżuwaczy: profilaktyka, leczenie, rozród, USG, inseminacja, okolice Białej Podlaskiej, do 17:00, 733 785 948
- ❑ Byczki, jałówki mięsne, 698 641 195
- ❑ Rzeźnia kupi bydło ze świadectwem do uboju z konieczności, tel. 511 075 866, 662 396 670

POZOSTAŁE

- ❑ Kupię zboże, 501 716 304
- ❑ Cebula szczypiorówka, 510 547 524
- ❑ Kupię zboże, 516 541 390
- ❑ Ziemniaki jadalne, nasienne, 531 416 809.
- ❑ Słoma, siano, 793 477 107
- ❑ Kupimy twoją starą stodołę lub bezpłatnie wymienimy stare deski na nowe, 792 382 419
- ❑ Żyto, pszenżyto, sprzedam, 797 255 714
- ❑ Ziemniaki niesort, 604 302 907
- ❑ Kapusta biała, kiszona z marchewką, pietruszka, 510 547 524
- ❑ Kupię zboże, słomę, kukurydzą 665 557 580
- ❑ Ziemniaki jadalne, słoma, 507 043 406
- ❑ Słoma belowana, deska całówka, 512 733 894
- ❑ Siano, słoma, bele, 516 120 348
- ❑ Słoma owsiana, siano, 507 616 327
- ❑ Cebula 1,5 zł, cebula szczypiorowa 0,90 gr, 502 249 519

- ❑ Kupię zboże tel. 666 862 232
- ❑ Sprzedam tubin słodki, mieszanka jara, słoma, 505 784 744
- ❑ Sprzedam ziemniaki jadalne Tajfun, 609 903 088
- ❑ Kupię stodołę i inne stare budynki, 691 522 160
- ❑ Czyszczenie nasion zbóż, tubin, groch, 506 506 076.
- ❑ Słoma, siano, ziemniaki, 500 253 766.
- ❑ Pszenżyto, 781 985 165.
- ❑ Żyto, pszenica, pszenżyto, ilość samochodowa, 660 080 831.
- ❑ Słoma, 696 098 293.
- ❑ Beczkowóz, 2 700 zł, 662 038 294.
- ❑ Łubin, słoma, 608 405 214.
- ❑ Słomę kostkę ze stodoły, lub zamienię na obornik, 600 725 210.
- ❑ Ziemniaki jadalne Irga, 697 975 406 .
- ❑ Kupię zboże, tel. 515 496 967.

TURYSTYKA I WYPOCZYNEK

❑ Loty widokowe na prezent, 602 732 395

RÓŻNE

- ❑ Iwona Jagiełto, wróżka, jasnowidz, bioenergoterapeuta, świecowanie uszu. Warsztaty. 605 855 562.
- ❑ Loty widokowe, Wisznice, 501 613 425
- ❑ Wróżka, bioenergoterapeutka, 507 764 294
- ❑ Pożyczę komuś pieniądze, 515 518 801
- ❑ Trudne kredyty firmowe, 696 356 514
- ❑ Pożyczki pozabankowe do 40 000 zł, 506 989 167
- ❑ Pożyczki pozabankowe, 795 502 191
- ❑ Kredyty gotówkowe, konsolidacyjne do 300 000 zł, 506 989 915

KUPNO - INNE

- ❑ Dęby, sosny, brzozy, 607 412 702.
- ❑ Kupię złom, odbiór, 733 593 310
- ❑ Kupię drewno w dłużycy, sosna, dąb, olcha, brzoza, 691 522 160.
- ❑ Monety, starocia, 517 166 920.

TOWARZYSKIE

- ❑ Promocja u blondynki, 607 525 171.

MEDYCyna

ALERGOLOG

- ❑ Testy alergiczne, grzybica, borelioza, rejestracja 509 727 388

❑ Alergolog specjalista chorób płuc, lek. med. Urszula Świetlik-Maleśa, przyjmuje wtorki od godz. 16.00, ul. Pokoju 33, 83 343 32 54, 607 464 004

CHIRURG

❑ GABINET CHIRURGICZNY, 83 344 27 00.

DERMATOLOG

- ❑ Dermatolog – Jolanta Pracoń, 83 342 86 13, 507 181 386

ENDOKRYNOLOG

- ❑ Endokrynolog – dr n. med. Ireneusz Pracoń, USG, choroby tarczycy i wewnętrzne, 504 211 010

GASTROLOG

❑ GABINET GASTROLOGICZNY, 83 344 27 00.

OKULISTA I IRYDOLOG

❑ Okulista Grzegorz Jobda - Najnowsze technologie w diagnostyce okulistycznej! Warszawska 14, 606 957 358

❑ Okulista Dariusz Czop, rejestracja: 538 200 461.

ORTOPEDA

❑ ORTOPEDA - spec. Eugeniusz Juchimiuk - USG bioder dziecięcych, badania, urazy dzieci, dorosłych, Terebelska 58, 601 980 681

❑ Ortopeda traumatolog lek. Jacek Czaplicki, Terebelska 67, poniedziałek 16:00-17:00, 601 356 776.

PEDIATRA

❑ Lek. Ireneusz Mikusek pediatra, 601 896 990.

PSYCHOLOG

- ❑ Biorezonans, rzucić palenie, terapia nikotynowa, alkoholowa, rejestracja 509 727 388

❑ PORADNIA PSYCHOLOGICZNA NFZ, 83 344 27 00.

CD. NA STR. 38

CENTRUM KOREKCJI WZROKU
Okopowa 18F/37
spec. okulista Andrzej Jaroszyński
badanie komputerowe, leczenie dorosłych i dzieci
rejestr. 343-48-98 10-18.00
Salon optyczny na miejscu, tel. 344-18-76
ATRAKCYJNE CENY OKULARÓW

PRACOWNIA PROTETYCZNA
PSZENNA-LAB
Patrycja Stonecka-Węgrzyniak

ul. Pszena 51
21-560 Międzyrzec Podlaski
tel.: 512 082 096

LUSTRO
CENTRUM PSYCHOTERAPII I ROZWOJU

CHIRURG MAREK KOZŁOWIEC
Zabiegi chirurgiczne, badania USG, usuwanie zmian skórnych zabiegi medycyny estetycznej botox, wypełniacze, PRP, nici PDO
Biała Podlaska, ul. Okopowa 18 B/IV,
tel.: 513 009 797 www.estimatedp.pl

INTERMED
Biała Podl. KRASZEWSKIEGO 6 83 344 33 03
lek. med. P. Macech - spec. chirurgii naczyni, lek. med. H. Siemaszko-Konon - spec. pulmonolog, lek. med. P. Fróńczuk - spec. psychiatra, lek. med. K. Kaliszek - internista, lek. med. J. Kaliszek - internista, lek. med. M. Sekuła - spec. neurolog, lek. med. P. Migdał - spec. ginekolog, lek. med. K. Poniatowska-Fiedosiuk - spec. kardiolog, lek. med. O. Andres - medycyna pracy, mgr A. Kowalski - leczenie bólów kręgosłupa, mgr M. Górski - badania EEG
Prof. zw. dr hab. n. med. Sławomir Snela z Rzeszowa spec. ortopedia, USG stawów biodrowych u dzieci (22.02.2020)
Dr hab. n. med. Grzegorz Ćwik specjalista chirurg USG tarczycy, jamy brzusznej (07.03)
Dr hab. n. med. S. Przywara (wizyty+USG DOPPLER 21.01)
Dr hab. n. med. M. Iłżecki (wizyty+USG DOPPLER 4.02)
Dr n. med. Mieczysław Orzeł specjalista endokrynolog, kardiolog (25.01, 8.02, 29.02, 14.03, 21.03)
Dr n. med. K. Olszewski - spec. kardiolog (01.2020)
Lek. med. B. Bilińska - spec. dermatolog (31.01)
Lek. med. A. Nowakowski - specjalista neurolog (18.01, 1.02)
Medycyna tybetańska w Lublinie
tel. 81 742 11 22, 81 741 38 19

USG od pn.-pt. od 15.00
Rejestracja tel. 344 45 44, pn.-pt. 8.00-18.00
NZOZ T-MED, ul. Terebelska 67
Specjaliści Radiodiagnostyki
lek. med. J. TRYNKIEWICZ 604 114 568
lek. med. A. DUDA 605 297 530
RTG pn.-pt. 8-12.00, 14-18.00
Rejestracja tel. 606 297 855
Budynek Przychodni Specjalistycznych ul. Warszawska 14 /niski parter/

GABINET NEUROLOGICZNY
I LECZENIE CHOROBY KRĘGOSŁUPA, NARZĄDU RUCHU
dr Andrzej Nowakowski
specjalista chorób układu nerwowego i terapii manualnej kręgosłupa
■ Zespoły bólowe kręgosłupa i narządu ruchu pochodzenia neurologicznego, reumatologicznego i pourazowego;
■ Bóle i zawroty głowy, migreny;
■ Choroba zwyrodnieniowa kręgosłupa i stawów
■ Dyskopatia, przepukliny, osteoporoza;
■ Niewiade, depresja, padaczka
Gabinet specjalizuje się w leczeniu nietypowych zespołów bólowych narządu ruchu, bólów i zawrotów głowy, zaburzeń równowagi, bólów barku i pleców
Radzyń Podlaski, ul. Siklowskiego 1 (apteka) czynny w 1 i 3 sobotę miesiąca
Biała Podlaska, ul. Kraszewskiego 6 czynny w 2 i 4 sobotę miesiąca
Informacje i zapisy, tel. kom. 606 611 150

Lek. Katarzyna Niewęglowska
GASTROENTEROLOG, INTERNISTA
Biała Podlaska, ul. Terebelska 67B
poniedziałki od 16.00, tel. 503 054 604
Radzyń Podl., ul. Warszawska 17
środy od 15.30, tel. 83 352 24 92

dr n. med. Andrzej Kossakowski
specjalista
ORTOPEDA TRAUMATOLOG
Porady, leczenie w zakresie:
► ortopedia dorosłych i dzieci
► traumatologia narządu ruchu
► USG narządu ruchu
Biała Podlaska
ul. Spółdzielcza 6 lok. 22
rej. tel.: 604 56 12 58
dr n. med. Andrzej Kossakowski
USG
► kolan, barków, drobnych stawów, mięśni, ścięgien
rejestracja telefoniczna
604 56 12 58

WCZESNE WSPOMAGANIE ROZWOJU DZIECKA
Kompleksowe oddziaływanie psychologiczne dla dziecka od chwili wykrzycia niepełnosprawności do momentu podjęcia nauki w szkole.
BEZPŁATNE ZAJĘCIA WWR
ZAPISZ SIĘ JUŻ DZIŚ!!
Zespół specjalistów tworzą:
psycholog, pedagog, logopeda, terapeuta SI, fizjoterapeuta
Kontakt i informacje: 578 604 204

UROLOG Krzysztof Pękala
Leczenie chorób dróg moczowych, nerek, prostaty, kamicy nerkowej, narządów płciowych, nietrzymania moczu. Badania USG.
wtorek 16.00-17.00 KARDIO-MED
Biała Podl., ul. Terebelska 67B, tel. 573 405 422

ULTRASONOGRAFIA DOPPLEROWSKA
lek. Janina Matusiak
USG naczyń krwionośnych, piersi, tarczycy, brzucha
Biała Podl., ul. Spółdzielcza 6
pon. i środa 16.00-18.00
tel. 666 018 198

CENTRUM TERAPEUTYCZNE
PSYCHOLOG DZIECIĘCY
NEUROPSYCHOLOG
TERAPIA PAR, RODZIN
PSYCHOTERAPIA INDYWIDUALNA
EEG BIOFEEDBACK
REJESTRACJA 505 440 602

CENTRUM MEDYCZNE „DANI-MED”
Biała Podl., ul. Sapieżyńska 8, lok. 5
► Dr n. med. Dariusz Daniluk
specjalista ginekolog-położnik
USG-4D – ciąży, ginekologiczne, KTG.
USG piersi, BAC, BAG.
Zabiegi diagnostyczne - krwawienia, mięśniaki, polipy.
Leczenie nietrzymania moczu, ginekologia estetyczna met. HIFU.
► Prof. dr hab. Wiesław Jakubowski
USG narządów szyi, gr. piersiowych, jamy brzusznej, gruczołu krokowego, stawów, BAC
► Mgr Agnieszka Daniluk
psycholog, psychoterapeuta
► Lek. Małgorzata Konon-Kisiel
medycyna estetyczna i anti-aging
mezoterapia igłowa, botox, wypełniacze, peelingi medyczne, tel. 501 620 981
► Lek. Leszek Korpysz - psychiatra
► Lek. Tomasz Romaniuk
spec. ortopedii i traumatologii -
USG narządu ruchu, artroskopia, PRP
Rejestracja: pn. - pt. 9⁰⁰-15³⁰
☎ 530 737 312
Inne sprawy: ☎ 607 912 982
PODEJMIĘ WSPÓŁPRACĘ
Z LEKARZAMI RÓŻNYCH SPECJALIZACJI

Gabinet Okulistyczny w Białej Podlaskiej
DARIUSZ CZOP
Specjalista chorób oczu
Wieloletni Pracownik Kliniki Okulistycznej Akademii Medycznej w Lublinie
Gabinet świadczy usługi z zakresu:
• komputerowe: badanie wzroku, dobór okularów, badanie pola widzenia
• bezkontaktowe badanie ciśnienia wewnątrzgałkowego i grubości rogówki
• diagnostyka i leczenie schorzeń siatkówki (zwyrodnienie plamki żółtej / AMD), ciała szklistego, w tym retinopatii cukrzycowej
• badanie tomografem optycznym (OCT)
• leczenie jaskry, zaćmy
• konsultacje okulistyczne.
Rezerwacja terminu wizyty pod nr. tel: 538 200 461 lub osobiście w Gabiniecie mieszczącym się w Przychodni w Białej Podlaskiej ul. Warszawska 14, II piętro, gabinet nr 212

CD. ZE STR. 37

OGŁOSZENIE
EKSPRESOWE
MOTORYZACJAToyota Avensis 2,2 D-Cat
(2009), 516 168 738OGŁOSZENIA
KUPONOWE
AGD/RTV

- Telefon komórkowy Samsung SGH-D9001 - 50 zł, 505 700 235.
- Odkurzacz Elf 1 400 W, kompletny, sprawny, stan dobry - 150 zł, 514 754 701.
- Telewizor kolorowy Philips 20" LCD, cienki, pilot, stan dobry - 300 zł, 514 754 701.
- Kuchnia gazowa 4-palnikowa, biała, stan bdb. - 170 zł, 509 278 340.
- Zmywarka Siemens 60/60 cm, szeroka, stan bdb. - 470 zł, 606 168 304.
- Wieża Yamaha, duża, 4 części, czarna - 420 zł, 789 244 885.
- Zamrażarka skrzyniowa Mors, 250 l - 500 zł, 572 627 955.
- Zamrażarka Mors 250 l, skrzyniowa - 500 zł, 572 627 955.
- Lodówka Polar, stan dobry - 150 zł, 572 627 955.
- Zamrażarka komorowa 160 l, stan bdb. - 500 zł, 606 168 304.
- Chłodziarko-zamrażarka Bosch, 180 cm wys., stan bdb. - 750 zł, 606 168 304.

- Wirówka - 160 zł, 664 804 442.
- Pralka - 120 zł, 664 804 442.
- Zamrażarka skrzyniowa Whirlpool 215 l - 450 zł, 505 258 385.
- Żelazko elektryczne, na wodę, stan bdb. - 40 zł, 693 286 866.
- Telewizor kolorowy Grundig, niemiecki, 21 cali, sprawny - 100 zł, 693 286 866.
- Piekarnik elektryczny na 2 blachy i 2 grzałki, energooszczędny - 40 zł, 693 286 866.
- Sokownik do owoców, niklowany, jak nowy - 80 zł, 693 286 866.
- Kuchnia gazowa, 4-palnikowa z piekarnikiem, biała, polska - 210 zł, 693 286 866.
- Suszarka do włosów z lokówką w komplecie, stan bdb. - 30 zł, 693 286 866.
- Radiomagnetofon Grundig MK 255 - 200 zł, 500 201 821.
- Konwenter TVSAT, zgodny z NC+, stan bdb. - 50 zł, 514 153 081.
- Pralka automat po przeglądzie - 380 zł, 608 611 297.
- Żelazko firmowe - 50 zł, 507 147 485.
- Zamrażarka - 200 zł, 507 147 485.
- Lodówka-zamrażarka, 100% sprawna, z dowozem - 390 zł, 507 147 485.
- Cienki LCD telewizor z pilotem, odbiór, stan bdb. - 300 zł, 507 147 485.

- Kuchnia gazowa, 4-palnikowa - 240 zł, 507 147 485.
- Pralka automatyczna, możliwy transport - 390 zł, 507 147 485.
- Odkurzacz domowy, nowoczesny - 140 zł, 507 147 485.
- Mop parowy, nowy - 110 zł, 507 147 485.
- Kuchnia gazowa, dwupalnikowa, biała, polska z pokrywą, stan bdb. - 80 zł, 693 286 866.
- Piekarnik mały - 80 zł, 507 147 485.
- Odkurzacz piorący Karcher - 650 zł, 507 147 485.
- Drukarka - 80 zł, 507 147 485.
- Laptop cienki Leonovo - 200 zł, 507 147 485.
- Telefon komórkowy na przyciski - 80 zł, 507 147 485.
- Telewizor kineskopowy z pilotem, idealny odbiór - 140 zł, 507 147 485.
- Stacja do iPhone z głośnikami - 40 zł, 507 147 485.
- Nawigacja Tom Tom, Garmin, ładowarka, mapy - 230 zł, 507 147 485.
- Dekoder DVBT, DOTV, pilot, pudełko - 80 zł, 507 147 485.
- Wieża firmowa z kolumnami - 240 zł, 507 147 485.
- Konsola X-Box, gra - 330 zł, 507 147 485.
- TV 47", smart, LED, 3D, full HDMI, pudełko - 1 150 zł, 507 147 485.
- TV 40" LED, stan idealny - 580 zł, 507 147 485.

- Smartfon Samsung Galaxy A3 st. bdb. - 150 zł, 798 768 379

MOTORYZACJA

- Ford Focus, części - 100 zł, 602 571 846.
- Nissan Micra (2001) 5 drzwi, na części - 50 zł, 603 171 105.
- Ford Fiesta 1,4 TDCi MK6 (2003), zielony, na części - 50 zł, 504 506 778.
- Opona 650/16, stan dobry, do jazdy - 55 zł, 727 259 066.
- Opony letnie 155/70 R13, 4 szt. - 150 zł, 504 351 011.
- Komplet kół samochodowych - 600 zł, 604 773 257.
- Akumulator 12V 70 Ah, 680 A, stan dobry - 100 zł, 512 228 409.
- Toyota, części - 100 zł, 602 571 846.
- Silnik diesel 1,9 TDi 90 KM-PS (1999), 230 tys. km, sprawny - 1 500 zł, 600 390 268.
- Akumulator - 100 zł, 664 804 442.
- Mercedes 124 E klasa, 2,5 TD (1995), kompletny, jeżdzący, na części - 10 zł, 791 510 087.
- Kotłaki na koła do Volvo, 16", oryginalne, serwisowane - 100 zł, 693 286 866.
- Mercedes 310, bus (kaczka), 2,3 D, na części (1996) - 10 zł, 791 510 087.
- Renault Laguna I (1998), 1,8 E, kompletny, jeżdzący, na części - 10 zł, 791 510 087.

- Syrena 105 na części, oryginalne - 100 zł, 693 286 866.
- Passat VW B-5, kombi (2000), z Niemiec, na części - 10 zł, 791 510 087.
- Peugeot 306 (2000), kompletny, jeżdzący, na części - 10 zł, 791 510 087.
- VW Polo 1,9 SDI (2000), jeżdzący, na części - 10 zł, 791 510 087.
- VW Golf II i I, części - 10 zł, 791 510 087.
- Borta aluminiowa na przyczepkę - 100 zł, 503 634 715.
- Oś do przyczepki, nowa z piastami - 200 zł, 500 629 517.
- Matiz, gotowy do jazdy - 1 500 zł, 507 147 485.
- Radio Pioneer - 140 zł, 507 147 485.
- Akumulator używany, sprawny - 160 zł, 507 147 485.
- Bagażnik do Mitsubisy Lancer - 220 zł, 691 757 770.

MEBLE

- Fotel, stan dobry - 35 zł, 668 324 683.
- Szafa 3-drzwiowa, solidna, z PRLu - 160 zł, 518 971 233.
- Kanapa rozkładana do odświeżenia, stan bdb. - 150 zł, 782 116 329.
- Luksusowa kanapa skórzana, beżowa, rozkładana - 1 500 zł, 604 773 257.
- Regał węgierski stylizowany, 3 słupki, 2,5 m - 550 zł, 789 244 885.
- Wersalka, stan dobry - 45 zł, 511 892 081.
- Wersalka, stan dobry, możliwy transport - 50 zł, 508 820 990.
- Biurko pod komputer, stan bdb. - 50 zł, 507 585 448.
- Wersalka - 80 zł, 664 804 442.
- Stolik pod telewizor, kolor czarny - 60 zł, 798 634 108.

- Ładne pokojowe, nowe dwa fotele, z dowozem - 1 000 zł, 793 716 119.
- Pufy pokojowe, komplet 2 szt., otwierane z góry, brązowe - 50 zł, 693 286 866.
- Fotel skórzany, pokojowy - 170 zł, 507 147 485.
- Szafa ubraniowa, zabytek, 100-letnia - 570 zł, 504 789 445.
- Stół na wysoki potysk, rozkładany + komplet krzeseł, miękkich, welurowych, stan idealny - 350 zł, 693 286 866.
- Komplet wypoczynkowy, jasny, beż + puf - 1 100 zł, 692 704 143.
- Fotel obrotowy, czarny - 80 zł, 600 129 966.
- Biurko z litej sosny, duże, ładne, mocne - 320 zł, 791 510 087.
- Stół nowy w opakowaniu, ciemny, drewniany, cały - 150 zł, 602 121 962.
- Wersalka czerwona, stan dobry, szczytki drewno - 50 zł, 798 634 108.
- Kanapa brązowa, stan dobry - 300 zł, 531 416 809.
- Stół drewniany, okrągły - 120 zł, 507 147 485.
- Tapczanik 1 os., nowoczesny, dowóz - 250 zł, 507 147 485.
- Fotele z ławą, dowóz - 200 zł, 507 147 485.
- Łoże 2 os., biała skóra, oświetlenie LED - 900 zł, 507 147 485.
- Biurko z krzesłem, szafki - 120 zł, 507 147 485.
- Komoda, szafka - 180 zł, 507 147 485.
- Narożnik pokojowy, do spania, rozkładany, z dowozem - 700 zł, 507 147 485.
- Szafa 3-drzwiowa, solidna, z PRLu - 220 zł, 507 147 485.
- Szklany stolik 3-pozycyjny - 120 zł, 507 147 485.

CD. NA STR. 39

KUPON NA BEZPŁATNE
OGŁOSZENIE

Ważny w okresie od 21 do 27 stycznia 2020 r.

Na sprzedaż **JEDNEJ RZECZY**
lub **JEDNEGO KOMPLETU RZECZY**
o wartości do 1500 zł

Proszę wypełnić czytelnie.

treść ogłoszenia	
treść ogłoszenia	
cenę	telefon lub e-mail do kontaktu
OGŁOSZENIODAWCA (dane do wiadomości redakcji)	
imię i nazwisko	
ulica i nr domu	
mięscowość	telefon kontaktowy

Wypełnienie wszystkich pól jest obowiązkowe.
Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń oraz zastrzega sobie prawo do korekty lub w szczególnych wypadkach - do wstrzymania publikacji.Wszystkie ogłoszenia ukażą się na stronie www.slowopodlasia.plWystarczy wypełnić
kupon ogłoszeniowy
i wrzucić do jednej
z niebieskich skrzynek
oznaczonych logiemKupon można też dostarczyć
osobiście lub przesłać do Redakcji:
Tygodnik „SŁOWO PODLASKA”
ul. Warszawska 15
21-500 Biała Podlaska
skr. pocztowa 116
We wtorek Twoje ogłoszenie
zupełnie za darmo trafi
do wszystkich czytelników
„Słowa Podlasia”.W przypadku pytań skontaktuj
się z nami: tel. 83 344 75 57

Uwaga!

Prawidłowo wypełniony kupon
z ogłoszeniem powinien zostać
wrzucony do skrzynki najpóźniej
w czwartek do godziny 16.00.
W Redakcji kupony przyjmujemy
do piątku do godziny 18.00.
Ogłoszenia dostarczone po tym
terminie będą publikowane
w kolejnym wydaniu.Skrzynki znajdują się
w następujących miejscach:

Biała Podlaska - w Biurze Ogłoszeń - Warszawska 15; SAM „Spotem” przy ul. Jatkowej, Delikatesy nr 7 PSS „Spotem”, al. Tysiąclecia 35 („Akwarium”), pawilon handlowy LUX przy ul. Terebelskiej
Łuków - Agencja Turystyczna Juventur, ul. Koźia 3A
Łosice - w sklepie RTV AGD, ul. Rynek 8
Międzyrzec Podlaski - Urząd Miasta; Agencja Reklamowa „ArtMar”, ul. Lubelska 32
Parczew - Urząd Miasta; Sklep Biurowo-Papierniczy „BIUREX”, Plac Wolności 27
Radzyń Podlaski - FOTOEXPRES, ul. Rynek 10a

Skrzynki zostały rozmieszczone także
w siedzibach Urzędów Gmin:

Czemierniki, Dębowa Kłoda, Drelów, Huszlew, Janów Podlaski, Jabłoń, Kodeń, Kąkolewnica Wschodnia, Komarówka Podlaska, Konstanczynów, Krzywda, Leśna Podlaska, Łomazy, Łosice, Milanów, Olszanka, Piszczac, Platerów, Podedwórze, Rossosz, Rokitno, Sarnaki, Serokomla, Siemień, Sławatycze, Sosnowica, Sosnówka, St. Kornica, Trzebiezów, Tucznia, Wisznice, Wołyn, Wojcieszków, Zalesie, Urząd Miasta Terespol oraz w Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Terespole.

Biuro Reklamy Słowa Podlasia - Zadzwoń! Umów się na spotkanie z naszym przedstawicielem.



Joanna Olecka

Dyrektor działu

665 752 203

j.olecka@slowopodlasia.pl



Mariola Glina-Fiutak

665 752 212

m.glina@slowopodlasia.pl



Agnieszka Tarkowska

883 949 562

a.tarkowska@slowopodlasia.pl



Krzysztof Kozłowski

665 750 376

k.kozlowski@slowopodlasia.pl

CD. ZE STR. 38

- Fotele pokojowe - 150 zł, 507 147 485
- Fotel obrotowy do biurka, solidny - 80 zł, 507 147 485
- Narożnik skórzany, rozkładany - 1 200 zł, 507 147 485
- Szafka RTV z szufladami - 110 zł, 507 147 485
- Regał, stan bdb., oświetlenie - 350 zł, 507 147 485
- Komplet wiklinowy, kosz + regał - 120 zł, 507 147 485
- Fotel 1-2 os., rozkładany z pojemnikiem - 230 zł, 507 147 485
- Sofa pluszowa, rozkładana, z dowozem - 350 zł, 507 147 485
- Ława - stolik - 85 zł, 507 147 485
- Wersalka rozkładana, z pojemnikiem, transport - 280 zł, 507 147 485
- Komplet krzeseł drewnianych, tapicerowane, stan bdb. - 320 zł, 507 147 485
- Komplet wypoczynkowy Kler, b. nowoczesny - 850 zł, 507 147 485
- Witryna podświetlana, wysoka - 300 zł, 507 147 485
- Szafa 2-drzwiowa, dowóz - 200 zł, 507 147 485
- Łóżeczko dziecięce, drewniane - 100 zł, 507 147 485
- Kanapa rozkładana, 2-osobowa, z kufrem, kolor zielony, stan bdb. - 450 zł, 515 094 191.

ODZIEŻ

- Garnitur 3-częściowy 176/80, 1 raz używany - 120 zł, 793 330 409.
- Garnitur, 3-częściowy dla dorosłego - 120 zł, 507 147 485

ZWIERZĘTA

- Smycz dla owczarka niemieckiego - 450 zł, 83 341 08.
- Owca z jagnakiem - 420 zł, 516 573 684.
- Królik srokacz, olbrzym niemiecki - 65 zł, 609 678 479.
- Kuc biało-rudy, można jeździć w siodle - 1 100 zł, 500 201 821.
- Papuga falista - 20 zł, 792 594 801.
- Smycz dla owczarka niemieckiego - 450 zł, 83 341 08 93.
- Kozę kotną, mleczną - 200 zł, 513 300 260.

- Paw indyjski, niebieski, lęg 2019 r. - 200 zł, 601 693 526.
- Żróbka 17 miesięcy, 573 161 164.
- Smycz dla maltańczyka, dorosłego - 800 zł, 507 147 485
- Paw indyjski, niebieski, lęg 2019 r. - 200 zł, 601 693 526.

SPRZEDAŻ - INNE

- Dywan, beżowy, stan dobry - 35 zł, 668 324 683.
- Orbitrek Sycylia - 900 zł, 606 448 327.
- Maszyna do szycia, walizkowa Veritas, nowa - 400 zł, 505 700 235.
- Bogata literatura szachowa - 200 zł, 699 797 827.
- Szachy magnetyczne - tablica pogładowa - 125 zł, 699 797 827.
- Flet poprzeczny Yamaha - 1 000 zł, 699 797 827.
- Bogata literatura warszawska - 150 zł, 699 797 827.
- Perkusja - 450 zł, 699 797 827.
- Podnośnik, lewar kolejowy, duży - 380 zł, 606 406 260.
- Saksofon alt - 1 000 zł, 699 797 827.
- Rower damski-męski Z Niemiec, oświetlenie - 310 zł, 603 171 105
- Wał do heblarki z przystawką do piły, szer. rob. 260, 2 noże - 250 zł, 514 205 756.
- Buda dla dużego psa, ocieplona styropianem - 100 zł, 509 221 834.
- Obkaszarka Stihl typ FS 87, stan bdb. - 900 zł, 782 116 329.
- Nosidełko-fotelik samochodowe, 0-13 kg, Maxi-Cosi, stan bdb. - 125 zł, 603 171 105.
- Krajzega z silnikiem - 500 zł, 782 116 329.
- Kompresor 100, stan dobry - 550 zł, 782 116 329.
- Dzioban do załadunku bel siana i słomy - 650 zł, 500 654 834.
- Koń na biegunach, duży - 100 zł, 501 282 299
- Szachy w pudełku, drewniane + zegar szachowy, kpl. - 125 zł, 699 797 827.
- Waga gospodarcza - 170 zł, 500 201 821.
- Silnik 1,5 kW - 250 zł, 698 135 392.
- Maszyna do szycia Singer, oryginał, sprawna - 280 zł, 500 201 821.

- Lejek do nawozu - 300 zł, 501 661 902.
- Pług fabryczny 2, stan bdb. - 500 zł, 698 425 360.
- Plecak moro ze stelazem - 120 zł, 515 676 595.
- Brama wjazdowa z furtką - 200 zł, 83 375 67 30.
- Silnik elektryczny 7,5 kW, 1 400 obr., na wózku, po przewinięciu - 900 zł, 785 219 900.
- Wałek do krajzegi - 100 zł, 501 661 902.
- Krajzega z silnikiem, 5,5 kW - 1 200 zł, 501 661 902.
- Damka 26 biegów w piśmie, oświetlenie, stan bdb. - 199 zł, 728 368 782.
- Piła Stihl 4,5 KM, sprawna, zadbana - 1 000 zł, 782 116 329.
- Akordeon Hohner Lucia, 96 basów - 1 300 zł, 784 591 801.
- Kask na skuter, kolor czarny - 70 zł, 572 627 955.
- Buda dla psa, ocieplona, solidna, dowóz - 350 zł, 517 177 128.
- Butla gazowa do kuchni - 75 zł, 604 175 393.
- Tara do prania ręcznego, kolekcjonerska - 40 zł, 693 286 866.
- Grill gazowy - 150 zł, 604 175 393.
- Sieczkarnia ręczna do słomy - 260 zł, 506 234 624.
- Imadło - 180 zł, 664 804 442.
- Wędzarka do wędlin - 650 zł, 604 175 393.
- Wałek krajzegi - 130 zł, 664 804 442.
- Wałek heblarki - 230 zł, 664 804 442.
- Rama z osią i hamulcami na przyczepę rolniczą - 800 zł, 662 038 294.
- Drabina na wóz - 800 zł, 510 177 052.
- Umywalka wpuszczana w blat, 55 cm, z baterią - 200 zł, 795 407 787.
- WC na budowę lub posesję, nowe z desek, transport - 400 zł, 793 252 045.
- Blacha trapezowa, ocynk T-18, różne odcinki - 300 zł, 505 258 385.
- Łopata węglówka - 30 zł, 693 286 866.
- Waga szalkowa - 60 zł, 500 201 821.
- Dywan gruby, wełniany, ładny wzór, 2,5x3,5 m - 180 zł, 693 286 866.

- Reduktor do butli gazowej z przewodem, atestowany - 35 zł, 693 286 866.
- Hebel stolarski, strug, duży, dawniejszy - 40 zł, 693 286 866.
- Poduszka z gęsiego puchu, duża z poszewką, ekologiczna - 50 zł, 693 286 866.
- Dyplomata, nowa na dokumenty, na kluczyk - 40 zł, 693 286 866.
- Butla turystyczna, gazowa z dwoma palnikami i reduktorem - 40 zł, 693 286 866.
- Sierp przedwojenny, kolekcjonerski - 30 zł, 693 286 866.
- Silnik elektryczny 1-fazowy, z pompą do wody lub bez, polski - 260 zł, 693 286 866.
- Krajzega 3-fazowa, z piłą 40 cm, 12 m kabla, sprawna - 650 zł, 693 286 866.
- Gąsior szklany 50 l, w koszu z korkiem i rurką, nowy - 100 zł, 693 286 866.
- Moneta srebrna z 1933 r., 2 zł, gł. kobiety - 12 zł, 508 438 340.
- Maść zielarza na tuszycę z zaleceniami - 100 zł, 692 025 615.
- Kosiarka elektryczna, polska z koszem, mało używana - 150 zł, 693 286 866.
- Przedłużacz elektryczny 20 m z wtykiem i gniazdem, do kosiarki - 40 zł, 693 286 866.
- Chodnik robiony na krosnach, kolorowy, sznurkowy, dawniejszy, 5 m - 40 zł, 693 286 866.
- Maszyna Singer (1919), kolekcjonerska, sprawna - 350 zł, 693 286 866.
- Klaser ze znaczkami polskimi od 1938 r., 8 kart, 16 stron - 40 zł, 508 438 340.
- Orzechy włoskie, suszone, dobra odmiana, z dostawą - 4 zł, 693 286 866.
- Grzejnik elektryczny, farelka, polski - 50 zł, 693 286 866.
- Rower Grand tył i przód na teleskopach, stan bdb. - 220 zł, 693 286 866.
- Brama metalowa z furtką, z demontażu - 300 zł, 601 708 729.
- Kask na motor - 100 zł, 604 175 393.
- Przekładnia z płynną regulacją obrotów - 250 zł, 503 634 715

- Silnik elektryczny 2,2 kW, 1410 obr., polski, jak nowy - 250 zł, 693 286 866.
- Przekładnia z silnikiem - 250 zł, 500 629 517
- Waga sklepową, uchylaną, dawniejsza, z cyferblatem, do 10 kg, sprawna - 130 zł, 693 286 866.
- Nowy zlewozmywak, granitowy + armatura - 900 zł, 83 344 20 37.
- Bryczka dla pary kucyków lub jednego - 1 500 zł, 500 201 821.
- Oddam za darmo obornik koński i bydłowy, 500 201 821.
- Umywalka z szafką, baterią, syfonem, komplet łazienkowy, bardzo ładny - 165 zł, 791 510 087.
- Dywan, brąz, 2x1,5 m, mało używany - 130 zł, 504 536 181.
- Krajzega metalowa, ocynkowana fabrycznie, niemiecka, lekka i solidna, konstrukcja siłowa - 830 zł, 791 510 087.
- Piec stalowy, 2-płaszczowy, 2 paleniskowy, z 2 nadmuchami, na olej, nowy, bardzo wydajny - 100 zł, 791 510 087.
- Umywalka łazienkowa z kranem, wpuszczana w blat, stan bdb., komplet - 100 zł, 608 440 796.
- Kominek żeliwny, ozdobny, norweski Yotul, duże palenisko, bardzo wydajny, ładny, jak nowy - 1 350 zł, 791 510 087.
- Beczka metalowa na paliwo, 200 l, z obręczami wzmacniającymi umożliwiającymi zrzucanie - 110 zł, 791 510 087.
- Pompa z silnikiem do hydroforu, nowa - 600 zł, 503 634 715
- Motoreduktor - 250 zł, 503 634 715
- Rozdzielacz hydrauliczny od Ostrówka - 300 zł, 500 629 375
- Ślusarska płyta traser-ska - 300 zł, 500 629 517
- Pompa od prasy hydraulicznej z rozdzielaczem - 400 zł, 503 634 715
- Wciągarka budowlana - 600 zł, 503 634 715
- Butla do migomatu, mała - 120 zł, 500 629 375
- Siłownik hydrauliczny od Ostrówka - 250 zł, 500 629 375
- Ręczna pompa do wody na działkę - 100 zł, 503 634 715

- Pompa do hydroforu, polska, nowa - 400 zł, 500 629 375
- Wał do krajzegi, nowy, fabryczny - 130 zł, 503 634 715
- Pompa do hydroforu - 300 zł, 503 634 715
- Pompa hydroforowa - 350 zł, 500 629 375
- Przekładnia 3-stopniowa z płynną regulacją obrotów - 400 zł, 500 629 375
- Sprężarka 3-cylindrowa - 400 zł, 500 629 517
- Uchwyt tokarski - 100 zł, 500 629 517
- Przekładnia ślimakowa - 200 zł, 500 629 517
- Wiertarka wolnoobrotowa, polska - 150 zł, 500 629 517
- Piec akumulacyjny, moc 2,25 kW - 500 zł, 602 732 395
- Chodnik, ładny - 50 zł, 531 416 809
- Siłownia, 18 elementów + ciężarki - 1 500 zł, 531 416 809
- Wałek do krajzegi, cały obudowany z piłą widiową 35 cm i szajbą na 2 paski - 170 zł, 693 286 866
- Sprężynowy materac, gruby - 250 zł, 507 147 485
- Rozsiewacz kos - 400 zł, 665 192 909
- Dywan wełniany 2x3, ładny wzór białostocki - 110 zł, 513 432 479
- Rower młodzieżowy górski, st. b.dobry, Międzyrzec P. - 200 zł, 730 700 746
- Wózek 3-funkcyjny - 180 zł, 507 147 485
- Dywan i chodnik, b. ładny - 140 zł, 507 147 485
- Fotelik-nosidełko z rączką do samochodu - 100 zł, 507 147 485
- Paczka pampersów dla dorosłych - 50 zł, 507 147 485
- Spacerówka - 150 zł, 507 147 485
- Wózek inwalidzki, zachodni - 420 zł, 507 147 485
- Rower górski, solidny - 250 zł, 507 147 485
- Ponton solidny z wiosłami i pompką, 2 osobowy - 300 zł, 507 147 485
- Umywalka, stan bdb. - 30 zł, 507 147 485
- Kojec dziecięcy, składany - 110 zł, 507 147 485

INFORMATOR

KINO MERKURY

KINA

Biała Podlaska

21.01 „Urwis”, dubbing, animowany, komedia 14:00; Filmowe Ferie z Hitami 2019: „Był sobie pies 2” 12:00; „Mayday”, komedia 16:00; „Psy 3: W imię zasad”, kryminalny 18:10, 20:40

22.01 „Urwis”, dubbing, animowany, komedia 14:00; Filmowe Ferie z Hitami 2019: „Misiek i chiński skarb” 12:00; „Mayday”, komedia 16:00; „Psy 3: W imię zasad”, kryminalny 18:10, 20:40

23.01 „Urwis”, dubbing, animowany, komedia 13:30; Filmowe Ferie z Hitami 2019: „Król Lew” 11:15; „Mayday”, komedia 15:30; „Psy 3: W imię zasad”, kryminalny 17:45; CzsF: „Nadzwyczajni”, komedia, obyczajowy 20:15

24.01 „Nasze miejsce na Ziemi”, dokument 12:15; „Śnieżka i fantastyczna Siódemka”, dubbing, animowany, komedia, przygodowy 10:30, 16:10; „Tajni i fajni”, dubbing, animowany, komedia 14:10; „1917”, dramat, wojenny 18:00; „Psy 3: W imię zasad” 20:15

25.01 „Nasze miejsce na Ziemi”, dokument 10:30; „Śnieżka i fantastyczna Siódemka”, dubbing, animowany, komedia, przygodowy 14:20; „Tajni i fajni”, dubbing, animowany, komedia 12:20; „1917”, dramat, wojenny 18:30; „Psy 3: W imię zasad” 16:15, 20:45

26.01 „Nasze miejsce na Ziemi”, dokument 10:30; „Śnieżka i fantastyczna Siódemka”, dubbing, animowany, komedia, przygodowy 14:20; „Tajni i fajni”, dubbing, animowany, komedia 12:20; „1917”, dramat, wojenny 18:30; „Psy 3: W imię zasad” 16:15, 20:45

27.01 „Śnieżka i fantastyczna Siódemka”, dubbing, animowany, komedia, przygodowy 16:10; „Tajni i fajni”, dubbing, animowany, komedia 14:15; „1917”, dramat, wojenny 18:00; „Psy 3: W imię zasad” 20:15

DYŻURY PRZYCHODNI

Biała Podlaska

Stacja Pogotowia Ratunkowego SPZOZ ul. Terebelska 57-65, tel. 83 343 40 68, 83 343 47 35.

Międzyrzec Podlaski

SPZOZ ul. Warszawska 2-4, tel. 83 371 51 00, poniedziałek-piątek w godz. 18-8, sobota, niedziela i święta – całą dobę.

APTEKI

Biała Podlaska: całodobowo, ul. Sidorska 2K, tel. 83 343 25 24.

Międzyrzec Podlaski: całodobowo, ul. Warszawska 17, tel. 83 371 25 23

Parczew: do 01.06 NOWA ul. PK 1; 83 354 29 59 od 02.06 Apteka Choma Al. Zwycięstwa 9; 83 311 14 06

Radzyń Podlaski: do 03.06 Apteka „Przy szpitalu” ul.

Wisznicka 111, 83 413 22 99 od 04.06 Apteka „Dbam o zdrowie”, ul. Spółdzielcza 1; 736 697 713.

CATERING

Diana catering: – przyjęcia, obiady rodzinne, różańce, stypy. Catering na terenie powiatu bialskiego, przyjęcia w restauracji w Sławacinku, tel. 83 343 23 63, www.catering-diana.pl.

ZAMAWIANIE GAZU

Biała Podlaska

KOMUNALNIK, al. Jana Pawła II 33, tel. 83 343 69 92 i 83 343 46 91, w godz. od 6.30 do 18.00 (z wyjątkiem niedziel i świąt). Prowadzi: wymianę małych butli z gazem, przegląd kuchni gazowych.

MUSTANG, dostawa gazu pn. – sob. w godz. 6-22, niedz. i święta 8-17, tel. 83 343 33 03, mustangbp.pl

PROGAZ-BECHTA, Dostawy gazu pn.-sob. w godz. 7-20 i niedz. 9-16, tel. 83 343 60 65 i bezpłatny 800 468 230.

GAZOL, dostawy gazu, w godz. pn.-sob. 7.00-19.00, tel. 83 343 20 87, bezpłatny 800 378 220.

ZAKŁADY POGRZEBOWE

Biała Podlaska

KOMUNALNIK, al. Jana Pawła II 33, tel. 83 343 46 91, całodobowo: 601 277 212, 504 070 564, 83 343 98 50.

Domy Pogrzebowe Biała Podlaska, ul. Dolna 9 i ul. Rzeźniana 31, tel. 83 343 83 21, całodobowo 601 277 212.

Kwiaciarnia Biała Podlaska, Aleje Jana Pawła II 33, tel. 83 343 46 91, 508 303 236.

Nagrobki Granitowe ul. Rzeźniana 31, tel. 83 343 46 91, 508 303 236.

Konsolacje (Stypy) Modlitwy wieczorne ul. Dolna 9, tel. 83 343 46 91, 601 277 212. **Transport zwłok** (całodobowo) tel. 504 070 564

HADES Maksymiuk i Wspólnicy

Domy Pogrzebowe Biała Podlaska, Aleje Jana Pawła II 25, Łomazy ul. Wisznicka 2, 83 344 35 24, całodobowo 601 369 849, 509 766 538.

Kwiaciarnia Biała Podlaska, Aleje Jana Pawła II 25, tel. 794 444 180.

Produkcja Trumien Łomaska 87 21-500 Biała Podlaska, 509 766 538.

Kamieniarstwo Zakład Produkcyjny Klonownica Duża 17, Punkt Sprzedaży Biała Podlaska Aleje Jana Pawła II 25, Liternictwo Biała Podlaska Aleje Jana Pawła II 25, 509 766 538, 536 003 603, 790 258 990.

Kancelaria Cmentarza w Międzyrzeczu Podl. ul. Warszawska 14, 83 371 10 03.

Kancelaria Cmentarza w Piszczacu, ul. Włodawska, 601 369 849, 509 766 538.

Kancelaria Cmentarza w Białej Podlaskiej Aleje Jana Pawła II 25, 83 343 37 34.

Komarówka Podlaska Kompleksowe Usługi Pogrzebowe – tel. całodobowo 690 812 812.

STACJE LPG

Biała Podlaska

Al. Jana Pawła II 33, Komunalnik, tankowanie gazem, czynne od 4.30.

TELE-TAXI

Biała Podlaska

TAXI METRO-CAPITOL, tel. 196 26 lub 83 342 55 57, sms 601 619 626. Dojazd gratis. Nagrody bez losowania. Faktury.

GRUPY AA

Biała Podlaska

„Alba” ul. Janowska 17, grupa kobieca, środa godz. 17:00;

„Matecznik” ul. Łomaska 79, poniedziałek 18:00, spotkania zamknięte (tylko dla alkoholików); „Skorpion” ul. Długa 1, niedziela 16:30 - otwarte oraz wtorek 18:00 - zamknięte;

„Krzna” ul. Janowska 17, piątek 18:00 oraz drugi piątek miesiąca spotkania otwarte; „Przemiana” ul. Prosta 33, środa 16:15 wszystkie zamknięte, Zakład Karny wejście na podstawie przepustek. Wszelkie informacje można uzyskać pod lokalnym numerem kontaktowym 881 003 110, czynnym codziennie w godz. 18-20:00.

AL-ANON „Słoneczko” kościół p.w. św. Antoniego, ul. Narutowicza (dom katechetyczny na końcu parkingu), 17³⁰ każdy czwartek miesiąca, otwarty mityng ostatni czwartek miesiąca

AL-ANON „Nadzieja”, ul. Długa 2, przy kościele Chrystusa Miłosiernego, każdy poniedziałek godz. 18.30, ostatni poniedziałek miesiąca mityng otwarty.

Łeśna Podlaska - Grupa AA „Otwarte drzwi”, spotkania w środy o 18.00, klasztor oo. Paulinów. **Łomazy** - Zielawa (AA), spotkania w każdy wtorek o 18.00 w starym budynku Urzędu Gminy Łomazy – Al - Anon, spotkania w niedzielę o 18.00 ul. Podrzeczna

Czemierniki - Płomyk (też AA), ul. Zamkowa, tel. 3 (UG). **Drelów** - Iskra (też AA), stara organistówka 12 (UG).

Gródek - Sokolik, Kanarek (AA), gmina Siemień. **Hanna** - Krokus (AA), spotkania w piątki o 19.00 w urzędzie gminy.

Jabłoń - Homeostaza (AA), pomieszczenie w bramie pałacu, ul. Augusta Zamojskiego, mityngi: pon. 19.00.

Kąkolewnica - Storczyk (też AA), lokal po starym Ośrodku Zdrowia.

Łeśna Podlaska - Dąb, ul. Bialska 10, czynne wt.-sob. 16-19.00, niedz. 13-17.00 (Grupa AA „Otwarte drzwi” – mityngi w niedz. 13.00, klasztor oo. Paulinów).

Łosice - Enklawa (AA), ul. 11 Listopada 15, tel. 500 087 207.

Międzyrzec Podlaski: Oaza spokoju, ul. Warszawska 38, spotkania w piątki o 18.00.

Orchówek k. Włodawy - Fides (AA), spotkania we wtorki o 19.00 w domu parafialnym.

Parczew - Promyk, Sextans (AA), ul. Spółdzielcza 1, tel. 354-16-62; Klub Wzajemnej Pomocy Rodzinie (też AA), ul. Kościelna 124, tel. 354-15-41 w. 103.

Radzyń Podlaski - Stop, ul.

Dramat pierwszej wojny światowej

KINO Wielkie wojenne widowisko na miarę „Dunkierki” i „Szeregowca Ryana”, które przybliży nam dramatyczne losy żołnierzy na froncie jednej z najbardziej tragicznych wojen w dziejach świata. Film „1917” już od piątku, 24 stycznia, w kinie Merkury.

W najnowszym filmie Sama Mendesa zagra plejada gwiazd, m.in. Colin Firth, Benedict Cumberbatch, Richard Madden czy Mark Strong. Sam reżyser to

Zdobądź wejściówkę

Dla naszych Czytelników przygotowaliśmy dwie pojedyncze wejściówki na seans filmu „1917” w kinie Merkury. Aby o nie powalczyć, należy przyjść do sekretariatu Słowa Podlasia, przy ul. Warszawskiej 15, z aktualnym wydaniem tygodnika i pokazać nam ten artykuł. Bilety otrzymają dwie pierwsze osoby, a więc kto pierwszy ten lepszy!

z kolei zdobywca Oscara za „American Beauty”, reżyser dwóch części przygód o nieustraszonego agenta Jamesa Bondzie „Skyfall” i „Spectre”, który z artystycznego kina potrafi zrobić komercyjny hit. Tym razem Sam Mendes idzie na wojnę.



Film „1917” opowiada o dwóch brytyjskich szeregowcach: Schofieldzie i Perrym, którzy u schyłku pierwszej wojny światowej otrzymują ogromnie ryzykowną misję. Od jej powodzenia zależeć bowiem będzie życie ich towarzyszy. Muszą przedrzeć się za

linię wroga i przekazać rozkaz odwołujący atak, który w świetle nowych informacji nie ma najmniejszych szans powodzenia. Jeśli nie uda się wypełnić misji, niechybna śmierć czeka ponad 1600 żołnierzy, a wśród nich brata Schofielda.

Paulina Chodyka

Korczaka 4, tel. 352-22-58, spotkania we wtorki godz. 19.00.

Masz problem z alkoholem?

Anonimowi Alkoholicy czekają, tel. 881 003 110 czynny codziennie w godz. 18.00-20.00.

GALERIE I MUZEA

BIAŁA PODLASKA

GALERIA PODLASKA ul. Warszawska 12, czynna codziennie, oprócz sobót, w godz. 10-18.

MUZEUW POŁUDNIOWEGO PODLASIA ul. Warszawska 14, czynne od poniedziałku do piątku w godz. 8-16 i w niedzielę w godz. 10-16. Wystawa stała: „Ikona Święta Tajemnica”.

ODDZIAŁ MARTYROLOGICZNO-HISTORYCZNY ul. Łomaska 21, czynny od poniedziałku do piątku w godz. 9-15. Wystawa stała: „Walka

i męczeństwo w latach 1939-1947”.

MIĘDZYRZEC PODLASKI

Galeria ES ul. Warszawska 37, czynna wtorek-piątek w godz. 11-16, sobota w godz. 11-14, tel. 83 371 39 65.

ŁUKÓW

Muzeum Regionalne ul. Piłsudskiego 19, tel. 25 798 27 16, czynne: pon.-pt. w godz. 8-16.

RADZYŃ PODLASKI

Galeria Oranżeria, ul. Jana Pawła II 4, tel. 83 352 73 14. **Radzyńska Izba Regionalna**. Podpiwniczenia Pałacu Potockich.

JANÓW PODLASKI

Galeria autorska Macieja Falkiewicza, ul. Piłsudskiego 11, tel. 695 228 007, czynna codziennie.

ROMANÓW

Muzeum Józefa Ignacego Kraszewskiego, Romanów 25, tel. 83 379 30 14, czynne: wt.-niedz. w godz. 10-16. Ekspozycja stała: prezentacja dziejów życia i twórczości J.I. Kraszewskiego.

TERESPOL

Obiekt Zabytkowy – Prochownia (ul. Topolowa 6g). **Wystawy stałe:** militarna, etnograficzna, „Kolej Warszawsko-Terespolska 1866-1867”, „Ogórek Terespolski”. Czynne codziennie pon.-sob. w godz. 9-14, niedziele (tylko w okresie letnim) w godz. 15-17.

WOLA OKRZEJSKA

Muzeum Henryka Sienkiewicza, tel. 25 755 90 00, czynne: wt.-niedz. w godz. 10-17.

Ekspozycja stała: prezentacja dziejów życia i twórczości H. Sienkiewicza.

ALTERNATYWNE FORMY REKLAMY

SŁOWA
PODLASKA

• dziennikarskie artykuły sponsorowane

• banery reklamowe na stronie www

• posty sponsorowane na facebooku



Z Sercem do Kuchni

Usmażmy sobie kotlety

Kochanie, usmażyłam ci dziś kotlety. Co sobie pomyśli facet, kiedy usłyszy taki tekst? No wiadomo, że zaraz dostanie solidną porcję mięsa. Ale przecież wcale tak być nie musi i można zaserwować coś, co kotletem się nazywa, a koło mięsa to może przez chwilę co najwyżej leżało. Czy znaczy to, że nie ma prawa być smaczne? Bynajmniej. I właśnie do spróbowania takich właśnie kotletów chcemy dziś Państwa przekonać.

Kotlety z kaszy jaglanej



Składniki

Ciasto

- 3,5 szklanki ugotowanej kaszy jaglanej
- 500-600 g pieczarek
- 2/3 szklanki płatków owsianych
- 1 pęczek natki pietruszki
- 4 duże cebule
- 5 łyżek oleju
- 1 szklanka otrębów pszennych lub owsianych
- sól, pieprz do smaku
- olej lub oliwa do smażenia

Przygotowanie

Ugotować kaszę jagłąną. Cebule obrać, pokroić w kostkę i podsmażyć na oleju. Pieczarki pokroić w plastry i także podsmażyć na oleju. Gdy są gotowe, lekko rozdrobnić w malakserze lub poszatkować. Płatki owsiane zemiać w młynku do kawy na drobny proszek. Do dużej miski włożyć ciepłą jeszcze kaszę, rozdrobnione pieczarki, podsmażoną cebulę, poszatkowaną natkę pietruszki, przyprawić pieprzem i solą. Wyrobić masę. Na koniec dodać zmielone płatki owsiane i ponownie wyrobić. Z masy formować kotlety, obtaczać w otrębach pszennych. Smażyć na oleju po kilka minut z każdej strony. Podawać z warzywami lub zieloną sałatką z ogórkiem.

Kotlety ziemniaczane



Składniki

- 500 g ugotowanych ziemniaków
- 1 średnie jajko
- 1 duża cebula
- 3 łyżki bułki tartej
- 3 łyżki mąki pszennej
- 3 łyżki oleju

- garść siekanego szczypiorku
- łyżka mieszanki ziół włoskich,
- pół płaskiej łyżeczki soli i szczypta pieprzu

Panierka i smażenie: 2 łyżki bułki tartej, 2 łyżki masła klarowanego

Przygotowanie

Po przestudzeniu dobrze odcedzonych ziemniaków zemiać je w maszynce lub przepuścić przez ręczną praskę. Cebulę obrać i drobno poszatkować, a potem podsmażyć na oleju aż zrobi się rumiana.

Do miski z przepuszczonymi przez praskę ziemniakami dodać podsmażoną cebulę oraz po trzy łyżki mąki pszennej i bułki tartej, garść siekanego szczypiorku, jajko oraz przyprawy. Masę dokładnie wymieszać. Łyżką odmierzać porcje wielkości dużego orzecha włoskiego, obtaczać w bułce tartej. Dłonią formować lekko spłaszczone kotlety. Smażyć je na małej mocy palnika po 5 minut z każdej strony.

Do kotletów ziemniaczanych świetnie pasują sosy np. sos czosnkowy lub tartarski oraz surówki.

Kotlety rybne

Składniki

- 1 kg mięsa z dorsza (filety) • 1 jajo • 2 namoczone suche bułki • 2 ząbki czosnku • łyżeczka curry
- sól, pieprz, siekany • koperek • łyżka majonezu
- 1 cebula • 200 g mielonego podgardla • bułka tarta
- olej do smażenia

Przygotowanie

Filety przepuścić przez maszynkę razem z podgardlem. Cebulkę zrumienić na patelni, dodać do dorsza. Następnie dodać odciśnięte bułki, jajko, majonez oraz pozostałe przyprawy. Mięso wyrobić na gładką masę. Formować kotlety. Panierować w bułce tartej, smażyć na złoty kolor na oleju. Podawać z sosem tatarskim.



Sos czosnkowy

Składniki

- 2 ząbki czosnku • pół szklanki jogurtu naturalnego • 4 łyżki majonezu • 1/4 łyżeczki soli • szczypta pieprzu

Przygotowanie

Do miseczki z rozgniecionym czosnkiem dodać jogurt i sól, wymieszać i odstawić na kilka minut. Następnie dodać majonez (zamiast majonezu można dać więcej jogurtu naturalnego lub kwaśnej śmietany 18%), dodać szczyptę pieprzu. Można też dodać zioła siekane np. koperek, bazylię, tymianek, natkę pietruszki, szczypiorek lub oregano. Dodatki warzywne to drobno posiekane ogórki konserwowe lub świeże: cebulka szalotka, papryka.

Kotlety z kaszy gryczanej

Składniki

- Farsz:** • 1 woreczek kaszy gryczanej (100 g) • pół szklanki twarogu tłustego lub półtłustego (120 g) • 1 średnie jajko • garść koperku • garść szczypiorku • 2 płaskie łyżki bułki tartej • przyprawy: po pół płaskiej łyżeczki soli i pieprzu • łyżka masła klarowanego do smażenia

Przygotowanie

Ugotować torebkę kaszy gryczanej (albo ok. 3/5 szklanki kaszy sypanej). Kiedy będzie gotowa, torebkę wyjąć z garnka i lekko odciśnąć nadmiar wody. Kaszę przesypać do miski, dodać twaróg. Wbić jajko i wsypać bułkę tartą, a potem pieprz i sól. Na koniec siekany szczypiorek i koperek. Całość dokładnie wymieszać. Na dobrze nagrzaną patelnię włożyć łyżkę masła klarowanego lub oleju. Kiedy się rozgrzeje, wykladać kotlety. Jeden powinien mieć wielkość średniego orzecha włoskiego. Należy formując go, lekko go spłaszczyć. Kotlety smażyć do pięciu minut z każdej strony. Kotlety z kaszy gryczanej bardzo dobrze smakują z dodatkiem mieszanki sałat oraz sosem np. tzatziki albo czosnkowym czy koperkowym.

Kotlety z fasoli

Składniki

- 500 g fasoli białej • 1,5 szklanki suchego ryżu
- 3 cebule • pęczek koperku • 1 zgrabna łyżka soli
- 5-6 jaj ugotowanych na twardo • 80 ml bułki tartej + bułka do obtaczania • olej do smażenia

Przygotowanie

Fasolę namoczyć na noc, a potem ugotować do miękkości. Cebule pokroić w kostkę i usmażyć na oleju na złoty kolor. Ryż ugotować. Fasolę włożyć do malaksera albo do maszynki do mielenia mięsa i zemiać. W dużej misce wymieszać ryż, usmażoną cebulę, zmieloną fasolę, posiekany koperek i sól, starte na tartce ugotowane jaja. Masę doprawić, dosypać bułkę i znów wymieszać. Odstawić na 15 minut. Formować kotlety, obtaczać je w bułce i smażyć na patelni na złoty kolor.



Sos tatarski

Składniki

- szklanka majonezu
- 4 łyżki śmietany lub jogurtu • łyżka chrzanu • 1 łyżeczka ostrej musztardy • 6-8 grzybków marynowanych • 3 spore korniszony • sól i pieprz

Przygotowanie

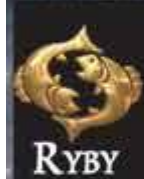
Majonez, śmietanę i musztardę połączyć. Posiekać korniszony i grzybki. Dodać do sosu. Doprawić solą i pieprzem. Można dodać posiekany koperek.

HOROSKOP

Będziesz optymistyczny, ale nie uda ci się w tym tygodniu uciec przed różnymi zaległościami. Wyjdą na jaw ciekawe sprawy, o których dawno zdążyłeś zapomnieć. Pojawi się szansa na sukces lub wygraną w trudnej sprawie. Wenus sprawi, że tylko na tym wszystkim zyskasz. Bądź dobrej myśli, bo ludzie będą ci sprzyjać. W miłości też będziesz bardziej niż zwykle niespokojny.



WODNIK



RYBY

Słońce pomaga w nawiązywaniu współpracy z ważnymi i wpływowymi osobami. Jednak ferie czy zimowe urlopy sprawiają, że ważne sprawy mogą się opóźniać. Dlatego lepiej skup się na zwyczajnych obowiązkach. Jowisz wciąż przynosi ci nowe pomysły i zapewnia powodzenie w podróży. Mars za to pomoże ci bronić swoich interesów przed konkurencją.



BARAN

Tydzień sprzyja sympatycznym spotkaniom, ale lepiej bez potrzeby nie rozmawiaj o cudzych wadach i miłosnych gafach. W pracy w każdej sytuacji spróbujesz postawić na swoim, ale tu też uważaj, bo twoje niewinne uwagi mogą wywołać wielką awanturę. W weekend odpocznij, znajdź czas dla rodziny. W miłości spokojnie. Dobry czas, aby wyjaśnić różne nieporozumienia.



BYK

Jowisz sprzyja miłosnym podbojom. Będziesz się podobać, ale też sam staniesz się wrażliwy na uroki płci przeciwnej. Zainteresujesz się kimś, kto od dawna przesyła ci uśmiechy i komplementy. Będziesz rozmowny i spostrzegawczy, a to pomaga nawiązywać nowe znajomości. Zameżne Byki dadzą się namówić na odrobinę szaleństwa. Weekend warto spędzić tak, jak oboje lubicie.



BLIŹNIĘTA

Początek tygodnia może być trochę nudny i spokojny, ale potem wydarzenia przyspieszą. Kilka nowych plotek wstrząśnie nudnym towarzyskim życiem, a nawet przewróci do góry nogami jakiś zastaw w posadach towarzyski układ. Twoje opinie będą dla wszystkich ważne, przygotuj się na to, że będziesz przyjaciółom doradzać i pomagać. Weekend sprzyja odpoczynkowi, a nie kulinarnym popisom.



RAK

Nadchodzą dobre dni! Wenus sprawi, że miłosne życie stanie się piękniejsze. Poczujesz, że znów wszystko jest możliwe. Będziesz w dobrym humorze, a twój uśmiech zachwyci nowych wielbicieli. W stałych związkach nadejdzie dobry czas, aby jak najwięcej robić razem. Udadzą się podróże i nawet wspólne zakupy będą wesołe.



LEW

Tydzień najbardziej sprzyja porządkom, gotowaniu i innym zajęciom, które związane są z domem i rodziną. W sprawach finansowych unikaj ryzyka, nie ufaj plotkom. Możesz wyolbrzymiać różne kłopoty i reagować nerwowo na proste sytuacje. Najlepiej odpoczywaj, dbaj o zdrowie, zajmuj się sztuką. Przy okazji omawiania rodzinnych planów wyjaśni się pewne nieporozumienie lub tajemnica.



PANNA

Będziesz towarzyski i wesoły. Zawarte znajomości okażą się ciekawe i wywarą wielki wpływ na twoje poglądy. W domu postanowisz zaprowadzić wokół siebie większy porządek. Niestety, nie wszyscy podporządkują się twoim rozkazom. Postaraj się być bardziej wyrozumiały i elastyczny, a osiągniesz swoje cele. Pomysły partnera umilą ci zimowe wieczory.



WAGA

Tylko spokojnie, ze wszystkim zdążysz na czas. Saturn będzie znacząco wpływać na twoje samopoczucie, może pogorszyć twoją odporność. Odpoczywaj i wysypiaj się, a unikniesz podenerwowania. Wenus będzie też namawiać cię do luksusowych zakupów lub zmiany wystroju domu. W miłości spokojnie, ale znajdź czas dla partnera, zanim zaczniesz wątpić, że jeszcze ci na nim zależy.



SKORPION

Przyjaciele będą ci pomagać, a także chętnie skomentują nowe pomysły. W pracy wszyscy będą dla ciebie uprzejmi, dlatego tym razem nie prowokuj dyskusji, tylko grzecznie się do wszystkich uśmiechaj. W miłości trochę zamieszania. Od dawnych ukochanych trzymaj się z daleka. Teraz, gdy dobrze sobie ze wszystkim radzisz, ktoś znów może chcieć ogrzać się przy twoim boku.



STRZELEC

Czekają cię w tym tygodniu większe zawodowe wyzwania. Ktoś postawi przed tobą różne wymagania, które okażą się trudne do spełnienia. Bądź cierpliwy, bo dzięki rewolucyjnym pomysłom uporasz się ze wszystkimi sprawami. W weekend zwolnij, a wszystko wreszcie stanie się prostsze. W miłości sprzyja ci Wenus. Nie bagatelizuj swoich przeżyć, słuchaj intuicji.



KOZIOROŻEC

Na początku tygodnia twoje sprawy bieć będą spokojnym rytmem, dlatego postaraj się uporządkować to, co ważne i zaległe. Merkury zachęca do nauki, warto zapisać się na szkolenie lub kurs języka obcego. Mimo dobrej passy nie zostawiaj rodzinnych spraw na ostatnią chwilę, bo mogą wyjść na jaw drobne zaległości i w weekend nie znajdziesz czasu na odpoczynek.

Zakwaszony organizm to poważny problem

To zaburzenie równowagi kwasowo-zasadowej organizmu, czyli nieodpowiedni poziom pH. Optymalna wartość tego czynnika wynosi od 7,35 do 7,45. Gdy jest on wyższy, oznacza to, że nasz organizm jest zbyt zasadowy, gdy natomiast zbyt niski – zakwaszony.

Jak sprawdzić, czy organizm jest zakwaszony?

Warto zbadać pH moczu za pomocą papierka lakmusowego przez kilka dni z rzędu, z porannego moczu. Zanurzamy paperek w moczu zebranym do czystego pojemnika i odczytujemy wynik, porównując kolor na papierku lakmusowym z kolorem na dołączonej do niego paletce. Im bardziej kwaśny mocz, tym wyższy stopień zakwaszenia organizmu.

Przyczyny zakwaszenia organizmu:

- zanieczyszczone środowisko,
- tryb życia,
- nawyki żywieniowe,
- ogólna kondycja organizmu.

Objawy zakwaszenia:

- przewlekłe zmęczenie, stany depresyjne,
- bóle głowy, silne ataki migreny,
- sucha skóra, cienkie włosy,



słabe paznokcie, zajady,
- reumatyzm, artretyzm, osteoporoza, bóle stawów,
- choroby dróg moczowych,
- problemy z przewodem pokarmowym,
- częste skurcze, zapalenia ścięgien,
- problemy z drogami oddechowymi i zatokami,
- kłopoty z krążeniem w rękach i nogach,
- niesmak w ustach, mocz o silnym zapachu,
- obrzęki, stany zapalne,
- częste infekcje wirusowe,
- insulinooporność,
- podwyższony poziom cholesterolu.

Jak sobie z tym radzić?

- nie spożywaj żywności przetworzonej,
- jedz mniej mięsa,
- ogranicz używki: kawę, alkohol,
- jedz dużo owoców i warzyw zawierających wapń, magnez, sód, potas (buraki, oliwki, orzechy włoskie, cytryny, porzeczki itd.),
- jedz zielone liściaste warzywa,
- pij zdrowe napoje,
- unikaj niezdrowych tłuszczów,
- ogranicz nabiał i gluten,
- postaraj się nie stresować, by nie wytwarzać za dużo kortyzolu.



Ogrzewaj z umiarem i wietrz

Choć zima jest w tym roku na razie dosyć łagodna, grzejniki i tak działają i ogrzewają mieszkania. Nie od dziś wiadomo jednak, że nie mają zbyt dobrego wpływu na nasze zdrowie. Powietrze jest wysuszone, przez co cierpią oczy, skóra i układ oddechowy.

Wydaje nam się, że jak ciepło, to miło i przytulnie. Tymczasem temperatura do codziennego funkcjonowania powinna się wahać od 20 do 22 stopni. W sypialni natomiast ma oscylować wokół 18 stopni. Dzięki chłodniejszemu powietrzu mamy lepszy i spokojniejszy sen.

Źle oddychać

Niestety, kiedy wilgotność powietrza wynosi poniżej 40%, to błony śluzowe w naszym nosie i gardle zaczynają się wysuszać. Czujemy podrażnienie, drapanie, mamy problemy z przełykaniem, chrypkę, a nawet problemy z oddychaniem. Błona śluzowa nosa jest też wysuszona, przez co mogą być skrzepy i czasami krwawienia. Na dodatek ciepłe powietrze idzie do góry i podnosi do góry roztocza, pyłki i kurz. To zmartwienie dla alergików.

Cierpią oczy

Kaloryfera nie lubią także oczy. Najbardziej odczuwają to osoby noszące soczewki kontaktowe. Nasze oczy są bardziej podrażnione, zaczerwienione, mamy wrażenie, że siedzi w nich „piasek”, przez co nadmiernie łzawimy. Niekiedy rano budzimy się z zalepionymi ropną wydzieliną oczami. Może to być pierwszy poważniejszy objaw infekcji. Jeśli zaobserwujemy u siebie takie problemy, natychmiast idźmy do lekarza, bo takie dolegliwości nieleczone mogą spowodować poważne uszkodzenia rogówki i spojówki. Warto też stosować częściej tzw. sztuczne łzy, by nawilżyć oko.

Skóra swędzi

Gdy powietrze wokół nas jest zbyt suche, skóra staje się napię-



ta i nieprzyjemna w dotyku, często też swędzi i pęka. Mogą pojawić się na niej plamy. Naskórek będzie nam schodził niemalże

Zadbaj o zdrowe powietrze

- musisz często wietrzyć pomieszczenia,
- zaopatrz się w nawilżacze powietrza,
- możesz kłaść mokre ręczniki na kaloryferze,
- dbaj bardziej niż zwykle o oczy, skórę i błonę śluzową – nawilżaj, wpuszczaj krople, smaruj balsamami,
- pij co najmniej 1,5 litra wody dziennie,
- sprawdź, jakie ogrzewanie jest najbezpieczniejsze dla zdrowia, może warto przy kolejnym remoncie coś zmienić?

Sport nie dla każdego

Snowboarding to typowy zimowy sport. Polega na jeździe oraz wykonywaniu różnych „sztuczek” na specjalnie do tego przystosowanej desce. To dyscyplina olimpijska.

Oczywiście konieczny jest wyjazd w rejon ośnieżony. Nie jest to sport łatwy. Trzeba być sprawnym i odważnym. Nie od razu jednak musimy wykonywać wymyślne podniebne akrobacje. Bez wątpienia jednak przed rozpoczęciem uprawiania snowboardingu należy zadbać o sprawność fizyczną. Nowicjusze powinni uczyć się jazdy na

snowboardzie pod okiem instruktora, by nie zrobić sobie od razu krzywdy. To niestety sport urazowy, warto więc zabezpieczyć niektóre części ciała przed nagłym upadkiem.

Co daje jazda na zimowej desce?

- dotlenienie organizmu,
- niesamowite wrażenie, ad-



- poprawę równowagi,
- pomaga spalić zbędne kalorie,
- wzmocnione mięśnie,
- usprawnienie pracy serca,



Zgłupiałam dla 19-latką!

Przechodziłam poważny kryzys. Rozstałam się z mężem, czułam się niespełniona i niekochana, więc gdy zaczął się mną interesować młodszy mężczyzna, kompletnie straciłam głowę. Czułam, że jestem atrakcyjna mimo dojrzałego już wieku, ale trudno mi było uwierzyć, że Karol spotyka się ze mną bezinteresownie. Teraz już wiem, że miałam rację...

Poznałam go przypadkowo. Był synem mojej nowo poznanej koleżanki. Zaprosił mnie któregoś dnia na imieniny. Impreza dla dorosłych, ale on też się kręcił między kuchnią, salonem a swoim pokojem. Był boski! Jak grecki bóg miłości. Wysportowany, muskularny, opalony i niezwykle przystojny. Witał się z nami grzecznie i uciekał do siebie. Chyba wtedy jeszcze na dłużej nie zawiesił na mnie oka. Zresztą podziwiałam jego młodość, ale jeszcze wtedy nie miałam żadnych wobec niego zamiarów. Związek prawie 40-letniej kobiety z 19-latką wydał mi się niedorzecznym pomysłem.

Spójrz, jakiego mam syna!

Nie wiedziałam wtedy jeszcze czemu, ale bardzo chciałam znów odwiedzić Edytę. W zasadzie to wprosiłam się do niej na kawę i ploteczki. Wtedy dopiero przedstawiła mi swojego syna.

- Musisz przyznać, że wyjątkowo przystojny – nie omieszkała skomentować urody jedynaka. A ja nie zaprzeczałam. Przyglądałam mu się z zachwytem. Nie wiem, czy to zauważył, ale jakoś dziwnie na mnie spojrzał. Od tej pory zostałam stałym gościem tego domu. Kawka, ciasteczko, omawianie problemów zawodowych – zawsze znalazł się jakiś pretekst, by wpaść do Edyty, chociaż na chwilę. On zwykle przychodził do nas, choć na moment. Czasami powiedział jakiś miły komplement, czasami tylko tajemniczo się uśmiechał...

Przecież jesteśmy sami...

Któregoś dnia Edyta zaprosiła mnie do siebie, ale ponieważ po drodze z pracy miała jeszcze zrobić zakupy, więc trochę się spóźniła. Drzwi otworzył mi Karol. Zaprosił, zaparzył kawę i zamiast iść do swojego pokoju, usiadł obok mnie.

Chwilę rozmawialiśmy. Opowiadał mi o studiach, które w tym roku rozpoczął. Nagle, bez ostrzeżenia, pocałował mnie w usta. Odkoczyłam jak oparzona, przestraszona jego gestem, ale on mnie uspokoił, tłumacząc bezczelnie, że przecież jesteśmy sami, a on zauważył, że ja dawno miałam na to ochotę, i przycisnął do siebie jeszcze mocniej. Jego ręce nieoczekiwanie powędrowały na moje pośladki. Byłam przez chwilę w niebie, ale musiałam szybko spaść na ziemię, bo w drzwiach zazgrzytał przekręcany klucz.

Przyszła Edyta, czar nagle przysł i zrobiło mi się wyjątkowo głupio. Udałam, że ktoś do mnie zadzwonił w pilnej sprawie i w zasadzie muszę już uciekać i obiecałam, że szybko nadrobiemy to spotkanie.

To jakieś szaleństwo!

Jeszcze tego samego wieczoru dostałam od niego SMS-a:

„Gdzie i kiedy mam przyjść? Już nie mogę się doczekać...”

Spanikowana nie wiedziałam, co mam robić. Zdawałam sobie sprawę, że to szaleństwo i nie powinnam wkładać się w romans z młodszym od siebie prawie 20 lat mężczyzną, ale potrzebna była silniejsza. Nie od razu odpisałam, musiałam się z tym przespać, a w zasadzie to spać nie mogłam, bo cały czas biłam się z myślami.

W pracy też nie mogłam normalnie funkcjonować, więc postanowiłam z nim poważnie porozmawiać i zakończyć tę niedorzeczną znajomość. Czy jednak na pewno tego chciałam? Zamiast umówić się w bezpiecznym miejscu, gdzieś w kawiarni na mieście, zaprosiłam go do siebie do domu. Gdy tylko przekroczył próg mieszkania, zaczął mnie namiętnie całować, dotykać, rozbierać. Nie miałam siły mu się opierać...

Czy taki romans mógł zakończyć się dobrze? Czy warto było ryzykować? O tym jeszcze wam opowiem...

OFERTY DLA SAMOTNYCH SERC

522 Piotr

Jestem kawalerem po 40, bez zobowiązań, niezależnym finansowo, bez nałogów, pracuję. Mieszkam w okolicach Żółkiewki. Poznam Panią na dobre i na złe. Dziecko mi nie przeszkadza.

524 Tadeusz

Mam 66 lat i jestem wdowcem. Mieszkam sam we własnym domu. Posiadam samochód. Lubię muzykę i taniec, a także łowienie ryb. Brakuje mi drugiej połówki. Jeśli masz 55-65 lat, to proszę napisz. Może to nam przeznaczone jest dalsze życie razem. Czekam na listy z numerem telefonu.

525 Piotr

Jestem kawalerem po 40 z okolic Żółkiewki, niezależnym finansowo i bez nałogów. Poznam Panią, która ma dosyć samotności i braku bratniej duszy. Dziecko mi nie przeszkadza.

526 Przemek

Mam na imię Przemek. Mam 35 lat. Obecnie przebywam w Zakładzie Karnym. Pragnę poznać Panią, która nie patrzy na przeszłość tylko na przyszłość. Liczę, że znajdzie się kobieta, która pokaże mi inną drogę życia. Nie szukam przygód, tylko stałego związku. Oferta z numerem telefonu i zdjęciem przyspieszy kontakt.

527 Irena

Jestem wdową na emeryturze w wieku 65 lat. Jestem średniego wzrostu, szczupła, miła, kulturalna. Mam własne mieszkanie. Lubię podróże, spacerować, gotowanie, taniec, ale też ognisko domowe. Poznam pana uczciwego, kulturalnego, bez nałogów, niezależnego finansowo. Numer telefonu przyspieszy kontakt.

528 Elżbieta

Mam na imię Elżbieta. Mam 55 lat. Jestem wolna i niezależna finansowo, bez nałogów i zobowiązań. Cenię uczciwość i prawdomówność, zaufanie i poszanowanie. Poznam mężczyznę zaradnego, niezależnego, o dobrym sercu, z poczuciem humoru. Odpowiem na poważne listy i panom w wieku zbliżonym do mojego.

529 Danuta

Mam 59 lat. Jestem wdową. Mieszkam w Białej Podlaskiej. Mam 165 cm. Poznam wdowca z tych stron.

530 Paweł

Jestem 41-letnim kawalerem. Czuję się samotny. Chciałbym poznać panią do stałego związku. Jestem niezależny finansowo i mieszkaniowo. Zmotoryzowany. Proszę o poważne oferty z numerem telefonu.

531 Roman

Mam na imię Romek. Jestem emerytem z własnym mieszkaniem. Jestem wdowcem. Mam 77 lat. Poszukuję kobiety dobrej, uczciwej, szlachetnej, do stałego związku, która zamieszkałaby u mnie.

532 Piotr

Mam 65 lat i 170 cm wzrostu. Jestem po rozwodzie 12 lat. Jestem bez nałogów, niezależny mieszkaniowo i finansowo. Posiadam samochód. Mieszkam w Białej Podlaskiej. Poznam panią wolną, w wieku 55-64 lat, zainteresowaną stałym związkiem. Proszę o numer telefonu w liście.

TO BARDZO MIŁY TYDZIEŃ

Międzynarodowy Dzień Przytulania przypada na 21 stycznia, natomiast dwa dni później świętujemy Dzień Najbardziej Kochanych. Życzymy wszystkim wielu uścisków.

Fokus kiedyś pisał, że według amerykańskiej psychoterapeutki **Virginii Satir** „by przeżyć, trzeba nam czterech uścisków dziennie. By zachować zdrowie, trzeba ośmiu. By się rozwijać – dwunastu”.

„Daily Mail” natomiast pisze, że codzienne przytulanie działa jak lekarstwo. Regularnie dawkiowane pieśczętoty mogą obniżyć ryzyko chorób serca, zmniejszać stres i zmęczenie, pobudzać do pracy układ odpornościowy, zwalczać zakażenie, a nawet wspomagać leczenie depresji. Znaczy to, że przytulanie to samo zdrowie.

Dzień przytulania ob-

w wielu miejscach na świecie, m.in. w USA, Australii, Niemczech czy Austrii. Ta wyjątkowo przyjemna tradycja zapoczątkowana została w latach 80. w Stanach Zjednoczonych przez **Kevina Zaborneya i Adama Olisa**, którzy uznali, że Amerykanie niepotrzebnie wstydzą się okazywać uczucia publicznie. Tym bardziej po odkryciu przez naukowców z Instytutu Badań nad Dotykem, że pary we Francji poświęcają na przytulanie aż 3 razy więcej czasu niż zakochani za oceanem - czytamy na stronie internetowej kalendarza dni nietypowych. My też przytu-



Potrzebujesz bratniej duszy, towarzystwa, miłości?

Przyslij do naszej redakcji swoją ofertę, napisz o swoich oczekiwaniach i pragnieniach. List wyślij na adres redakcji. Każda oferta otrzyma swój numer kontaktowy, np: 001, 002. Nie będziemy podawać w gazetach nazwisk ani adresów osób składających oferty. W liście w kilku słowach opowiedz o sobie: jak masz na imię, w jakim jesteś wieku, gdzie mieszkasz, jakie masz zainteresowania, dlaczego szukasz partnerki lub partnera i jakie masz wobec niego wymagania. Jeśli chcesz, możesz przysłać swoje zdjęcie, które uatrakcyjni ofertę.

Czytelnicy zainteresowani daną ofertą i osobą, powinni napisać do niej list, a do korespondencji dołączyć pustą kopertę ze znacznikiem pocztowym. Na pustej kopercie napisać numer oferty/osoby, do której mamy ten list odesłać. Redakcja będzie punktem kontaktowym dla osób, które zechcą się ze sobą poznać.

KUPON nr 3 Oferty dla samotnych

Aby oferta ukazała się w gazecie, należy dołączyć do niej oryginalny kupon z aktualnego numeru.

Uśmiechnij się, jutro będzie lepiej

Ojciec w kuchni energicznie rozbija kołtety schabowe. Wchodzi córka z jakimś chłopakiem i mówi zaczepnie:

– Tato, to Michał, mój nowy narzeczony. Ojciec rzuca okiem w ich stronę i zdecydowanie mało zachwycony delikwentem odpowiada z ironią:
– To całe szczęście, bo z Tomka już tylko tyle zostało...

☹☹☹

Na ławce siedzi dwóch meneli. W pobliżu zatrzymuje się kobieta i wita przechodzącego księdza:

– Proboszcz, marek w gipsie? Co się stało?!
– Cóż, wczoraj pośliznąłem się w wannie. Na to menel pyta menela:
– Ty, co to jest wanna?
– Nie mam pojęcia! Niewierzący jestem.

☹☹☹

– Mój klient nie zamordował Kowalskiego – zapewnia podczas rozprawy mecnas. – Proszę patrzeć na drzwi, a w ciągu minuty ten Kowalski tu wejdzie.

Sąd patrzy, patrzy i nic.

– To, że wysoki sąd patrzył na te drzwi z wielkim oczekiwaniem dowodzi, że

ma sąd wątpliwości co do winy mojego klienta! Wygraliśmy!

– Niezupełnie. Ja patrzyłem – mówi sędzia – ale pana klient – wcale!

☹☹☹

Kupiłem sobie wczoraj antyradar.

– I jak?

– Zorientowałem się, że ma homologację drogówki...

– Jak to?!

– ...gdy trzysta metrów przed ich zasadzką zaczął gadać: Szykuj pieniądze! Szykuj pieniądze!

Wysperane w sieci

Początki RODO, Grunwald 1410 koloryzowane



Takie tam rozmowy...

– Dlaczego pani nie wezwała policji, słysząc, że złodziej na parterze wywraca wszystkie szafy i szuflady, klnie, pijąc alkohol z barku – pyta śledczy.
– Byłam pewna, że to Stefan szuka czystej koszuli i skarpetek.

– Dzieci, kto z was ostatnio zrobił dobry uczynek? – pyta katecheta.
– Ja – woła Agatka. – W dodatku aż dwa! Jak przyjechaliśmy w sobotę do cioci, to się bardzo cieszyła, a jak wyjeżdżaliśmy w niedzielę, to jeszcze bardziej!

– Tato, co to jest statystyka?
– Wiesz, to taka dziwna sprawa... Na przykład, gdy sąsiad wychodzi na spacer z psem, to każdy z nich – statystycznie – ma po trzy nogi.

Późny wieczór. Mąż do żony:
– Kotku, co mi powiesz na dobranoc?
– Smacznego! Tylko pamiętaj domykać lodówkę!

– Co nowego? – pyta kolega kolegę.
– Ano, Lexusa mam...
– Ty??? Lexusa?!
– Wiesz, syn mi się urodził i tak dałem mu na imię.

Noc. Smutny facet pije przy barze. Obok niego siada kot.
– Wiesz – zwraca się do niego facet – mam przechłapanie. Moja żona dziś urodziła trojaczki.
– Nie martw się – uspokaja go kot.
– Jakoś je rozdasz...

SŁOWA PODLASIA

KUPON

3/2020

imię _____

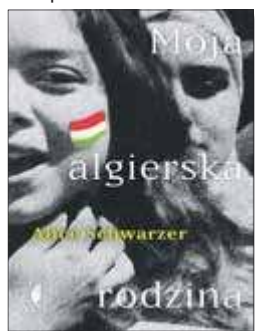
nazwisko _____

adres _____

hasło _____

Widoczną na zdjęciu nagrodę otrzyma jedna z osób, które do piątku, 24 stycznia, dostarczą do naszej redakcji – osobiście lub pocztą – krzyżówkowy kupon konkursowy wycięty z tego wydania „Słowa” wraz z prawidłowym rozwiązaniem znajdującym się obok krzyżówki. Rozwiązania wysyłane pocztą należy kierować na adres: Redakcja „Słowa Podlasia”, ul. Warszawska 15, 21-500 Biała Podlaska, z dopiskiem „Chwila dla Ciebie”. Rozwiązanie krzyżówki z 1/2020 numeru „Słowa Podlasia”: „Istota przyjaźni tkwi w dialogu”. Nagrodę otrzymuje Anna Demianiuk z Międzyrzecza Podlaskiego. Odbiór nagród w siedzibie redakcji w ciągu miesiąca od opublikowania nazwiska.

Nagroda nr 3/2020 za rozwiązanie krzyżówki



Kulka z mięsa	Czyn, postępek	Główne miasto Tybetu	Imituje wybuch granatu	Program na pokaz	Mądry król z Biblii	Skapy, damski opalacz
13	9			Kangur lub koala		Cienka gałązka
Lakier do drewna				Czynność po orce		18
Bezruch w ruchu			6	Ekspres w ko-percie		Na jej czele guru
11			Talar z serialu "Dom"	7		21
Kłódzka - kończy w Odrze				Blyszczący w granicie		
Deska firmy Fischer	4	Na końcu kabla	Grzeje zimą szyję	17	Brygada remontowa	Imię Newerłego
Ogórek dobry do słoja	Czasem w cztery oczy	Na kielni murarza	10	Córka rybaka z Mazur	Foraj na dragach	5
Miara arkuszy papieru				Część dworca PKP		
14				Namaszczenie króla		19
Piękny u solisty		Mazak				
Była waluta Niemiec		Schronienie			Kraina hist. w Grecji	Czekoladowa w torcie
Porcja teku			1	Dream -asy z NBA	16	
			Podziemia kościoła			
Wyciąg z zioł				Chybiłny strzał piłkarza		
Zalewa pokład			15	Usterka maszyny	2	20

Litery z pól ponumerowanych utworzą rozwiązanie końcowe.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Wykreślanka



A N I N A L A S Z M A C I A K O Z O I F A M
A I N Ż M M Ż S A P O T E O Z A B N J C Ć L
G M A Ó R Ę I Ż U O T O F E L E T I P A P O
J I L L O Ł P E F P E A A N W N A V J Ć K J
B V G R F L O Y J P E K D O Z I Ę C A U I G
M Y Ę D T X K W I S T R S A M E A P L Ś A T
P C W Ś A L Ó T Y A C K L I Ł N P I Q K V E
S H U Ł L A A M W T Ó O N I O Z Z T N I A L
M T W X P F O Y D W K O W R G A E I D W P A
Ć Ś D V I Ś R Ę K Q N A O N C A M B Ż Ż Q W
K S Ó U B P B A C Y P K H J I O Ł D I Z A M
P A M Ż V Ż C R S C I U A H G K Ó O T Y A X

Słowa do odnalezienia:

aktyw, alanina, apoteoza, bezład, dwuwęglan, epitafium, koronacja, mafiozo, mazidło, miejscownik, minka, okulizacja, platforma, prywatka, superliga, synonimia, szmaciak, telefoto, walet, woskówka

SUDOKU

5	2	8		6				3
		7		4				8
	4					1		7
2		1	8		6			9
					9		5	1
	3			5		8	7	
		5		1		3		4
7				9			8	
		4	6				1	

Czekamy na kolejne głosy od naszych czytelników w plebiscyie sportowym Słowa Podlasia

Zacięta walka w głosowaniu

Trwa ciekawa i zacięta walka w głosowaniu na najpopularniejszych sportowców i trenerów na południowym Podlasiu w plebiscyie Słowa Podlasia. W czołówce nie brakuje przetasowań, przybywa też sponsorów i partnerów naszego plebiscytu.

ARKADIUSZ KIELAR

Po raz kolejny dziękujemy naszym czytelnikom za głosy przy pomocy sms-ów i kuponów i czekamy na kolejne. Nie brakuje też „lajków” na Facebooku Słowa Podlasia, gdzie również można wesprzeć swoich ulubionych sportowców.

Oni nas wspierają

W XXXIII Plebiscyie Sportowym Słowa Podlasia wspiera nas po raz kolejny firma AMH 365 Sport, wyłączny dystrybutor marki Hummel. A do grona naszych partnerów dołączyli: Gmina Terespol, Gmina Międzyrzec Podlaski, Gmina Zalesie, Gmina Biała Podlaska, Gmina Leśna Podlaska, Gmina Rokitno, Gmina Tucznia, Gmina Komarówka Podlaska, SKS Bushido, BS Łomazy, Pesan, Zakład Remontowo-Budowlany Stanisław Romaniuk. Przypominamy, że w plebiscyie wybieramy najpopularniejszych

w 2019 roku na południowym Podlasiu pięciu seniorów, pięciu juniorów (zawodnicy urodzeni w 2001 roku i młodsi) oraz trzech trenerów. Przedstawiliśmy kandydatury sportowców i trenerów z klubów z naszego regionu, na których między innymi można głosować, a pełną listę kandydatów i ich krótkie charakterystyki prezentujemy na naszej stronie internetowej: www.slowopodlasia.pl. Ale są to jedynie nasze propozycje, które mogą, ale nie muszą, posłużyć jako podpowiedź. Bo formuła plebiscytu jest otwarta i pozostawiamy naszym czytelnikom swobodę w głosowaniu na swoich ulubieńców. Można więc umieszczać na kuponach kandydatów także spoza przedstawionej listy. Pod warunkiem, że są to kandydatury sportowców czy trenerów z klubów z naszego regionu.

Piłkarze ręczni w czołówce

Głosujemy tradycyjnie za pomocą drukowanych w Słowie Podlasia, wyciętych i oryginalnych kuponów, które należy przysłać lub przynieść do sekretariatu naszej redakcji – adres: ulica Warszawska 15, 21-500 Biała Podlaska, z dopiskiem na kopercie „Plebiscyt sportowy”. Sportowcy w kategoriach „Senior” i „Junior” umieszczani na kuponie



Paulina Szyszka z AZS AWF Biała Podlaska jest w pierwszej trójce w esemesowym głosowaniu na najpopularniejszych trenerów w plebiscyie Słowa Podlasia

otrzymują od 16 do 20 punktów, trenerzy – od 18 do 20 pkt. Na jednym kuponie należy czytelnie umieścić trzynaście różnych nazwisk i nie zostawiać pustych pól. Po raz kolejny głosujemy też na naszej stronie internetowej, za każdy głos oddany w ten sposób kandydat otrzyma 10 punktów. By ostatecznie ukrócić niedozwolone praktyki, zdecydowaliśmy, że głosowanie odbywać się będzie za pomocą sms-ów. Koszt jednego sms to 1 zł plus VAT, można wysłać dowolną liczbę sms-ów.

Aktualną klasyfikację w głosowaniu przy pomocy sms-ów można znaleźć na stronie internetowej Słowa Podlasia w zakładce „Plebiscyt Sportowy”.

Wśród seniorów prowadzi nadal (stan na 20 stycznia) Michał Bekisz, piłkarz ręczny pierwszoligowego AZS AWF Biała Podlaska, a kolejny są Mirosław Kutnik, reprezentant Klubu Biegacza Biała Biega oraz Przemysław Urbaniak, kolejny ze szczypiornistów AZS AWF. Wśród juniorów na czele są: Paweł Konieczny, zawodnik Bialskiego Klubu Karate Kyokushin Wataha, Jakub Łukasiewicz, piłkarz AP TOP 54 Biała Podlaska i Weronika Kucewicz, lekkoatletka Jedynki Łosice. W klasyfikacji trenerów w pierwszej trójce są z kolei Artur Romaniuk (Virtus Łomazy, taekwondo), Paulina Szyszka (AZS AWF Biała Podlaska, podnosze-

nie ciężarów) i Miłosz Storto (piłka nożna, AP TOP 54 Biała Podlaska). Głosowanie przy pomocy sms-ów może okazać się rozstrzygające w końcowej klasyfikacji po zsumowaniu wszystkich punktów, ale oczywiście wiele można zyskać dzięki głosom przy pomocy kuponów.

Liderzy na Facebooku

Poza głosowaniem w głównym plebiscyie głosujemy również na najsympatyczniejszego sportowca w naszym regionie na Facebooku Słowa Podlasia. Jeden „like” to jeden punkt dla kandydata. Tu również jest ciekawie, wielu kandydatów otrzymało już pożądaną liczbę polubień. Kto jeszcze tego nie zrobił, może wejść na Facebooka „Słowa Podlasia” (<https://www.facebook.com/pg/tygodnik.slowo.podlasia/photos/>)

i nadrobić zaległości. Nadal liderką w liczbie polubień jest Anastazja Stanilewicz (Virtus Łomazy, taekwondo) – 435. Blisko czterysta polubień ma na koncie Weronika Kucewicz, a blisko trzysta Michał Bekisz, Przemysław Urbaniak oraz Barbara Maksymiuk, piłkarka AZS PSW Biała Podlaska.

Głosowanie w plebiscyie potrwa do 14 lutego, a 21 lutego planujemy uroczystą sportową galę Słowa Podlasia w hotelu Skala w Białej Podlaskiej, podczas której ogłosimy wyniki głosowania. Na najpopularniejszych sportowców i trenerów oraz na najsympatyczniejszego sportowca w regionie tradycyjnie czekają nagrody. Będziemy mieli również upominki dla tych czytelników, którzy oddadzą swoje głosy przy pomocy kuponów, a wyłonimy ich w drodze losowania.

Partnerzy plebiscytu



XXXIII PLEBISCYT

KUPON NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW I 3 TRENERÓW POŁUDNIOWEGO PODLASIA W 2019 ROKU

Kupon, w którym nie zostaną wypełnione wszystkie pozycje, będzie nieważny!

JUNIORZY	
1.	20 pkt.
2.	19 pkt.
3.	18 pkt.
4.	17 pkt.
5.	16 pkt.
SENIORZY	
1.	20 pkt.
2.	19 pkt.
3.	18 pkt.
4.	17 pkt.
5.	16 pkt.
TRENERZY	
1.	20 pkt.
2.	19 pkt.
3.	18 pkt.

Imię i nazwisko głosującego:

Adres:

Obejrżeli w Barcelonie mecz Messiego i spółki!

Młodzi piłkarze z Akademii Techniki Champion Biała Podlaska doczekali się nie lada atrakcji. Przebywają na obozie w Hiszpanii, zaplanowanym od 15 do 24 stycznia.

Na obozie jest 17 piłkarzy z roczników 2007-2010, rodzice zawodników oraz trenerzy Daniel Nogaczewski i Kamil Matczuk. Stacjonują w hotelu 60 kilometrów od Barcelony. AT Champion reprezentują: Paweł Mikołajczuk, Filip Michałowski, Michał Grochowski, Wiktor Łosicki, Dawid Wołowik, Filip

Mazurek, Mateusz Kłodnicki, Michał Czyżewski, Jakub Śliwiński, Tomasz Semenik, Gabriel Wójcik, Patryk Hura, Maciej Kajka, Adrian Szumiło, Bartek Szumiło, Dawid Radomiński, Michał Jakubczuk.

– Korzystamy z treningów na świetnie przygotowanych boiskach w miejscowości Tordera. Byliśmy m. in. na pięknej plaży „Platja de Calleta”, gdzie mieliśmy też trening – relacjonuje **Kamil Matczuk**. – Zawodnicy rozegrali sparing z zespołem Associacio Esportiva Blanc



Młodzi piłkarze z AT Champion na meczu FC Barcelona

Blava XEF Lloret. Radość z gry i bramki na katalońskich boiskach – bezcenne. Dziękujemy za wsparcie rodzicom piłkarzy. Zwiedziliśmy też Barcelonę. Sagra da

Familia, La Rambla, wzgórze Montujic, Stadion Camp Nou, muzeum FC Barcelona, do tego życzliwi ludzie na ulicach Barcelony – to sprawiło, że ten dzień był wyjątkowy.

Ekipa z Białej Podlaskiej mogła obejrzeć też z trybun Camp Nou mecz FC Barcelona – Granada. – Niesamowite emocje na 100-tysięcznym stadionie! Podziwianie z bliska Messiego i spółki to dla nas wspaniała nagroda – cieszy się Kamil Matczuk.

AT Champion to klub działający od września 2018 roku, w którym trwa całoroczne i profesjonalne kształcenie piłkarskie i motoryczne dla dzieci i młodzieży w wieku od 4 do 15 lat. Szkolenie oparte jest na holenderskich wzorcach.

Klub współpracuje z BOZPN, LZPN i PZPN. – Prognozujemy, że w przyszłości nasi zawodnicy będą stanowić o sile klubów lokalnych, a niektórzy może trafią na większe areny piłkarskie – zaznacza Kamil Matczuk. W AT Champion trenuje około 180 dzieci, dziewczynki i chłopcy podzieleni na 12 grup. Przy każdej pracuje po 2 trenerów. Klub prowadzi całoroczny nabór: próbnym darmowym trening: kontakt 730-818-716 lub biuro@atchampion.pl.

(AK)

Trzeciroligowi piłkarze Podlasia Biała Podlaska i Orłąt Spomlek Radzyń Podlaski rozgrywali pierwsze sparingi w nowym roku

Nowi na testach i obóz na Białorusi



Piłkarze Podlasia zmierzyli się w sparingu w Białej Podlaskiej z rywalami z Lutni Piszczac



Bliski powrotu do Podlasia z Orłąt Radzyń Podlaski jest Mariusz Chmielewski (z piłką)



Zespół z Białej Podlaskiej trenuje trzy razy dziennie

Pierwsze mecze kontrolne w nowym roku rozegrali trzeciroligowi piłkarze Podlasia Biała Podlaska i Orłąt Spomlek Radzyń Podlaski. W ramach przygotowań do rundy wiosennej białczanie zagrali u siebie na boisku ze sztuczną nawierzchnią z występującą w klasie okręgowej Lutnią Piszczac, a radzynianie zmierzyli się w łącznej z drugoligowym Górnikiem.

ARKADIUSZ KIELAR

Podlasie Biała Podlaska – Lutnia Piszczac 6:1 (3:0), bramki: Pakuła 3, Zabielski, Nieścieruk, Szabat – Nitychoruk.

Podlasie: Lach – Andrzejuk, Skrodziuk, Dmitruk, Jemioł, Kosieradzki, Marczuk, Nieścieruk, Martynek, Zabielski, Chmielewski oraz Kasperek, Całka, Dmowski, Mielnik, Pakuła, Szabat, Wszotek.

Lutnia: Nowachowicz – Bołtowiec, Borowik, Goździołko, Hawryluk, Hołownia, Kacik, Kurowski, Łukasiewicz, Mikocewicz, Witczak oraz B. Kaliszuk, T. Kaliszuk, Karpiszuk, Nitychoruk, Owczaruk, Pawlak, Różański oraz zawodnicy testowani.

W Podlasiu pojawiła się spora grupa nowych zawodników. W tym dwaj bramkarze: Michał Lach z Polonii

Warszawa, wychowanek AP TOP 54 Biała Podlaska, a także Oskar Kasperek z Polesia Kock. Innym graczem Polesia, który był wypożyczony do tego klubu ze Stali Kraśnik, jest Oskar Szabat, strzelec jednej z bramek w sparingu z Lutnią. Aż trzy trafienia na swoim koncie w meczu kontrolnym w Białej Podlaskiej zanotował Patryk Pakuła, sprawdzany gracz z Huraganu Międzyrzec Podlaski. Innym testowanym w białskiej ekipie zawodnikiem Huraganu jest Sebastian Całka. Bliski powrotu do trzeciroligowca z Białej Podlaskiej jest też Mariusz Chmielewski, który wrócił po pół roku z Orłąt Radzyń Podlaski. W naszym zespole pojawił się też Antoni Jemioł z Orłąt Łuków. Jak informowaliśmy, do Podlasia może wrócić Kamil Kocoł,



Adrian Jesionek, drugi trener Podlasia: – Trenuje z nami grono nowych zawodników, ale nie zostały jeszcze podpisane z nimi umowy. Każdy z nich prezentuje określony potencjał i chcielibyśmy, żeby u nas zostali. Pracujemy ciężko, trzy razy dziennie, jest taka możliwość, bo studenci mieli wolne. Tak potrenujemy jeszcze do końca stycznia,

na początku lutego planujemy dziesięciodniowy obóz dochodzeniowy i treningi dwa razy dziennie. Uzupełnione są też plany, jeśli chodzi o nasze sparingi, na początku lutego mamy zagrać u nas ze Zniczem Pruszków, który przyjedzie do Białej Podlaskiej na obóz. A 22 lutego zagramy z Podlasiem Sokołów Podlaski.

gach zawodnicy z AP TOP 54. – Z naszymi bramkarzami ma pracować Jurij Afanasenko (były golkeeper Dynama Mińsk czy Dynama Brześć – przyp. red.) – dodaje **Adrian Jesionek**, drugi trener Podlasia. – On pracowałby także w „Topie”. Nie podpisał jeszcze umowy, ale może tak się stać w najbliższym czasie. Był już na naszych zajęciach. A do Białej Podlaskiej trafił dzięki naszemu trenerowi Włodzimierzowi Gieworkianowi.

Następny mecz kontrolny białska drużyna rozegra u siebie na boisku ze sztuczną murawą w sobotę 25 stycznia, od godziny 11 z Orłętami Łuków.

Górnik Łęczna – Orłęta Spomlek Radzyń Podlaski 1:1 (0:1), bramki: Stromecki 75 – Kursa 25.

Orłęta: Klebaniuk – Renkowski, Chyła, Kursa, Ciborowski, Kalita, Kot, Kamiński, Syryjczyk, Sułek, Nowak oraz Nowacki, Bożym, Ilczuk, Kania, Musiatowicz, Rycaj, Wołos.

Jak informowaliśmy, do Orłąt przymierzany jest Michał Wołos z Chelmskiej i teraz wystąpił w sparingu na bocznym boisku w łącznej. Wszystko wskazuje na to, że wzmocni ekipę trenera Artura Bożyka. Był też Szymon Kamiński, który został wypożyczony do radzyńskiej drużyny z Motoru Lublin. Inny testowany gracz, Kacper Marczuk z Gromu Kąkolewnica, nie mógł wystąpić ze względu na kłopoty ze zdrowiem. Przypomnijmy, że do nasze-

go trzeciroligowca trafił też z Chelmskiej obrońca Przemysław Kwiatkowski, który teraz pełni przede wszystkim obowiązki drugiego trenera i będzie pracował z grupami młodzieżowymi. Sprawdzani mają też być w Orłętach kolejni nowi gracze.

Z powodu kontuzji i chorób nie mogli zagrać przeciwko Górnikowi Bartosz Idzikowski, Kacper Lipiński, Stefan Imbronev i Oskar Siwek, a z powodu obowiązków zawodowych Patryk Szymała. Szansę niespodziewanie dostał natomiast napastnik Rafał Nowak, który miał pożegnać się z Orłętami. Nie wróci jeszcze do naszego trzeciroligowca wy-

chowanek klubu z Radzyna Podlaskiego Piotr Zmorzyński, który rozstał się z Wisłą Puław. Ale podpisał umowę z drugoligową Stalą Stalowa Wola. Piłkarze Orłąt wyjechali już na obóz do białoruskiego Brześcia, gdzie 25 stycznia rozegrają sparing z miejscowym Ruchem, występującym w najwyższej klasie rozgrywkowej na Białorusi. Podczas zaplanowanego od 20 do 25 stycznia zgrupowania nasi trzeciroligowcy będą mieli do dyspozycji dwa boiska ze sztuczną nawierzchnią, a także basen, siłownię i saunę.

Galeria zdjęć ze sparingu Podlasie – Lutnia na www.slowopodlasia.pl



Piłkarze Orłąt Radzyń Podlaski formę szlifują na obozie w Brześciu

Zespół AP TOP 54 Biała Podlaska najlepszy w Terespolu

W hali MOK w Terespolu rozgrywany był piłkarski turniej w ramach 22. edycji Halowych Mistrzostw Okręgu Grup Młodzieżowych Białopodlaskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej. Pod patronatem Polskiego Związku Piłki Nożnej w imprezie pod tytułem „Piłka Dla Wszystkich” zespoły rywalizowały w kategorii orlik starszy E1 – rocznik 2009.

W zawodach wzięły udział następujące drużyny:

AP TOP 54 Biała Podlaska, UKS Dwójka Międzyrzec Podlaski, Red Sielczyk, Unia Krzywda, Krzna Rzeczyca, AT Champion Biała Podlaska, UKS Jedynka Terespol, LKS Milanów, Orłęta Radzyń Podlaski, DAF Łuków, Grom Kąkolewnica oraz UKS Piątka Plus Biała Podlaska (dziewczeta).

W półfinałach Orłęta Radzyń Podlaski pokonały Dwójkę Międzyrzec Podlaski 1:0, a AP TOP 54 Biała Podlaska wygrał z Jedynką



Zespół AP TOP 54 Biała Podlaska okazał się najlepszy w turnieju w Terespolu

Terespol 2:1. W spotkaniu o trzecie miejsce w turnieju Jedynka zremisowała z Dwójką 1:1, a w rzutach karnych było 2:3. W wielkim finale także padł remis: Orłęta – AP TOP 54 0:0, a w rzutach karnych lepszy okazał się zespół z Białej Podlaskiej, wygrywając 3:1. – Królem strzelców turnieju został Michał Kozłowski (UKS Jedynka Terespol), najlepszym bramkarzem Anastazja Piłat (Orłęta Radzyń Podlaski), a najlepszym zawodnikiem

Kacper Kondraszuk (AP TOP 54) – dodaje **Michał Tusz** z Biura Lubelskiego Związku Piłki Nożnej Oddział w Białej Podlaskiej.

Zwycięzcą turnieju z AP TOP 54 Biała Podlaska grali w składzie: Filip Czmielewski, Adam Hasiuk, Jan Urbaniak-Jakubiec, Marcel Dobruk, Kacper Kurkowski, Kacper Kondraszuk, Szymon Tokarski, Gabriel Mieleczuk. Trener – Marcin Krzyżanek.

(AK)

Siatkarze Huraganu Międzyrzec Podlaski walczyli z liderem, brawa dla AZS AWF Biała Podlaska

Najpierw BAS, potem Legia

Siatkarze Huraganu Międzyrzec Podlaski w kolejnym spotkaniu w drugiej lidze zmierzili się we własnej hali z rywalami z Białostockiej Akademii Siatkówki (BAS). Z kolei trzecioligowcy z AZS AWF Biała Podlaska rozegrali w krótkim czasie dwa mecze, po których zasłużyli na pochwały.

ARKADIUSZ KIELAR

II LIGA

MOSiR Huragan Międzyrzec Podlaski - BAS Białystok 0:3 (12:25, 17:25, 20:25)

Huragan: Gajosz, Gołębiowski, Kępka, Łęgowski, Nowacki, Sobieszczak, Michał Bielecki (libero) oraz

Bieliński, Lechowski, Malczewski, Sobieraj.

Zespół z Białegostoku to niekwestionowany lider tabeli, który w tym sezonie doznał tylko jednej porażki i był zdecydowanym faworytem spotkania w Międzyrzec Podlaskim. Już w pierwszym secie widać było, kto będzie rządził na parkiecie. Goście prowadzili 8:3, 16:7 i 21:10, by ostatecznie dać ugrać podopiecznym trenera Piotra Maja tylko dwa nacięcia punktów. W kolejnych odślonach przyjeździ też nie pozwolili naszym specjalnie pograć, a najbardziej wyrównana była ostatnia partia. Huragan ma za sobą serię porażek, ale ta z BAS nie była niespodziewana. Teraz naszych czeka mecz z Legią w Warszawie w sobotę, 25 stycznia i w stolicy trzeba powalczyć



Siatkarze Huraganu (z prawej) walczyli z liderem drugoligowej tabeli z Białegostoku

o punkty.

W innych meczach 15. kolejki: Centrum Augustów - Bestios Białystok 3:0, MOS Wola Warszawa - Legia Warszawa 2:3, AZS UWM Olsztyn - Metro Warszawa 1:3. Pauzowała SMS PZPS II Spała.

1. BAS Białystok	14	39	39:8
2. Bestios Białystok	14	24	29:27

3. Legia Warszawa	14	21	27:26
4. Centrum Augustów	13	21	25:22
5. Metro Warszawa	13	20	25:25
6. Wola Warszawa	13	18	23:24
7. Huragan Międzyrzec Podl.	13	15	21:30
8. AZS UWM Olsztyn	13	13	23:31
9. SMS PZPS II Spała	13	9	15:34

III LIGA

AKS Karol KUL Lublin - AZS AWF Biała Podlaska 2:3

(26:24, 19:25, 25:22, 15:25, 11:15)

AZS AWF: Gaładyna, Jakóbczuk, Jurkowski, Matraszek, Niziński, Roszkowski, Maciej Bielecki (libero) oraz Jankuniec, Suryś.

Zaległe spotkanie w Lublinie zakończyło się po pięciosetowej walce, którą na swoją korzyść rozstrzygnęli bialczanie. Goście dobrze prezentowali się w polu zagrywki, nieźle w przyjęciu i bloku, co okazało się kluczem do cennej wygranej.

AZS AWF Biała Podlaska - Cisy Nałęczów 3:0 (25:17, 25:15, 25:17)

AZS AWF: Gaładyna, Jakóbczuk, Jankuniec, Jurkowski, Matraszek, Niziński, Maciej Bielecki (libero) oraz Suryś.

Siatkarze AZS AWF zasłużyli na brawa. Po bardzo dobrym meczu ograli rywali z Nałęczowa, górując nad rywalami w każdym elemencie siatkarskiego rzemiosła. Zespół trenera Marcina Śliwy w kolejnym meczu zmierzy się we własnej hali w sobotę, 25 stycznia, z CKFiS Bełżyce.

W innych meczach 7. kolejki: Powiślak Końskowola - AKS Karol KUL Lublin 2:3, Seven Tempo Chełm - CKFiS Bełżyce 1:3. Pauzowała Arka Wojławice.

1. Arka Wojławice	5	15	15:2
2. CKFiS Bełżyce	5	12	13:5
3. AZS AWF Biała Podl.	6	10	13:10
4. Cisy Nałęczów	6	10	11:11
5. Karol KUL Lublin	6	8	12:14
6. Powiślak Końskowola	6	4	7:15
7. Tempo Chełm	6	1	4:18

Huragan Międzyrzec ma być jeszcze mocniejszy

W piłkarskim zespole Huraganu Międzyrzec Podlaski mają powody do zadowolenia. Beniaminek czwartej ligi lubelskiej powinien być jeszcze mocniejszy w porównaniu z rundą jesienną, bo do ekipy trenera Damiana Pankę dołączyło ostatnio dwóch uznanych obrońców z trzecioligowego Podlasia Biała Podlaska.

W Huraganie grać mają Paweł Komar i Mateusz Konaszewski, to duże wzmocnienie zespołu z Międzyrzec Podlaskiego. – Paweł Komar jest już praktycznie naszym zawodnikiem i będzie także pełnił rolę mojego asystenta – mówi **Damian Panek**, trener Huraganu. – Wszystko jest na dobrej drodze także w przypadku Mateusza Konaszewskiego. Trzeba jednak jeszcze dopełnić formalności, czy będzie to wypożyczenie z Podlasia czy transfer definitywny. To już jest kwestia rozmów pomiędzy prezesami klubów. Obaj nowi zawodnicy powinni stanowić dla nas „wartość dodaną”, ja mówiłem już wcześniej, że jeżeli ktoś ma do nas przyjść w przerwie zimowej, to nie może być uzupełnieniem składu, tylko wzmocnieniem. Mam nadzieję, że Paweł i Mateusz takim wzmocnieniem dla nas będą. Runda wiosenna dla nas jako beniaminka może być trudniejsza, ale nie chcemy zostawiać po sobie dobrego wrażenia tylko po rundzie jesiennej. Ale także po całym sezonie.

Pod wodzą trenera Pankę Huragan spisuje się w czwartej lidze rewelacyjnie i po pierwszej części sezonu



Mateusz Konaszewski (na pierwszym planie) powinien być dużym wzmocnieniem dla Huraganu

zajmuje czwarte miejsce w tabeli z 33 punktami na koncie. Na razie podczas przygotowań do rundy wiosennej nasz zespół trenuje na własnych obiektach, a 2 lutego rozegra pierwszy sparing, z Włodawianką Włodawa na boisku ze sztuczną nawierzchnią w Białej Podlaskiej (początek o godzinie 12). – Mamy bardzo dobre warunki do trenowania u nas, boczne oświetlone boisko. Grzechem byłoby z tego nie skorzystać, gdy mamy „kalifornijską” pogodę – śmieje się szkoleniowiec zespołu z Międzyrzec Podlaskiego. – W zespole wszyscy są zdrowi, wrócił też po kontuzji Kacper Waniowski. Do Podlasia mogą odejść Patryk Pakuła i Sebastian Całka, może nastąpić wymiana

zawodników pomiędzy klubami. My na pozycji numer 9 mamy Igora Paczuskiego, Kacpra Waniowskiego, jest też Bartek Semenik, chłopak z rocznika 2000. W tej sytuacji Patryk Pakuła mógłby trafić do zespołu z Białej Podlaskiej. Nie zanoszę się na więcej zmian w naszym zespole, myśleliśmy wprowadzić jeszcze o pozyskaniu jednego zawodnika, ale do sprawy może powróćmy w lipcu.

Możliwe, że Huragan później niż wstępnie planowano rozegra u siebie mecz w półfinale Pucharu Polski na szczeblu Białkopodlaskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej z Orłętami Radzyń Podlaski. Nie 29 lutego, ale 15 kwietnia.

(AK)

Dwa zwycięstwa naszych futsalistów

Kolejne mecze w drugiej lidze futsalu w hali I Liceum Ogólnokształcącego w Świdniku mają za sobą piłkarze AZS AWF Biała Podlaska. Nasz zespół odniósł dwa zwycięstwa.

TUR-SZOT-FOOD Milejów - AZS AWF Biała Podlaska 4:5 (3:2), bramki: 0:1 Cegiełka 1, 1:1 Góral 3, 2:1 Zarzeczny 5, 2:2 Luterek 7, 3:2 Góral 8, 3:3 Robak 15, 3:4 Robak 20, 4:4 Zieliński 22, 4:5 Robak

(20 sekund przed końcem z przedłużonego rzutu karnego).

AZS AWF Biała Podlaska: Ryszard Grochowski, Mateusz Mieczkowski, Łukasz Bierzdzinski, Krystian Kuron, Rafał Robak, Jan Cegiełka, Karol Tucki, Michał Luterek. Trener: Karol Górski.
AZS AWF Biała Podlaska - Garbarnia Kurów 3:2 (2:0), bramki: 1:0 Cegiełka 1, 2:0 Grochowski 7, 3:0 Kuron 20, 3:1 Kędra 21, 3:2 Złot 24.
AZS AWF Biała Podlaska:

Grochowski, Mieczkowski, Bierzdzinski, Kuron, Robak, Cegiełka, Tucki, Luterek.

W innych meczach: Garbarnia Kurów - Piaskovia Fructino Piaski 2:3 (2:1), UKS Dys - TUR-SZOT-FOOD Milejów 1:20 (1:8).

1. Piaskovia Piaski	6	18	53:9
2. AZS AWF Biała Podl.	4	12	22:8
3. TUR-SZOT-FOOD	5	9	34:13
4. Garbarnia Kurów	7	6	30:22
5. MKS Siedliska	5	3	15:41
6. UKS Dys	5	0	6:64

(AK)

Kamil Kocoł na czele strzelców

Za nami kolejne spotkania w Bialskiej Amatorskiej Lidze Halowej. Mecze rozgrywane są w hali Szkoły Podstawowej numer 3 w Białej Podlaskiej, a następne zaplanowane zostały 2 lutego od godziny 13.

W rozgrywkach biorą udział m. in. piłkarze znani z trzecioligowych i czwartoligowych boisk, w tym Kamil Kocoł, Maciej Wojczuk czy Igor Paczuski. W klasyfikacji strzelców prowadzi Kocoł z 8 bramkami na koncie.

Grupa 1:

Top Mar - PRD S.A. 6:5, bramki: Kamil Kocoł 2, Maciej Wojczuk 2, Igor Paczuski, Adam Wiraszka - Łukasz Panasiuk 3, Kamil Starostka 2.

TOPOWCY FC - centrumsas.pl 0:7, bramki: Łukasz Borysiuk 4, Łukasz Biernacki 2, Piotr Maksymiuk.

AZS PSW Biała Podlaska - Sielczyk 2 4:6, bramki: Radosław Jakimiuk, Grzegorz Jędrzejewski, Maciej Trociuk, Jakub Włoszek - Konrad Chwedoruk 4, Jakub Sawczuk, Łukasz Żurkowski.

1. Top Mar	2	6	16:7
2. centrumsas.pl	1	3	7:0
3. PRD S.A.	2	3	10:9
4. Sielczyk2	2	3	7:7
5. TOPOWCY FC	2	3	3:8
6. Bialtrans	1	0	3:5
7. AZS PSW Biała Podl.	2	0	6:16

Grupa 2:

Mario Presto - IP Logistic 5:1, bramki: Jacek Mielnik 3, Daniel Rycerski, Mateusz

Wielogórski - Krzysztof Kondraciuk.

Juventus Curyn - Sielczyk 5:3, bramki: Jakub Dąbrowski 2, Michał Gromysz, Mateusz Kirczuk, Patryk Kisiel - Jakub Dorosz, Grzegorz Maliszewski, Zbigniew Pastuszewski.

Unidom - Nissan Team 6:4, bramki: Mariusz Wojcieszuk 2, Łukasz Adamuk 2, Jarosław Buda, Michał Wojcieszuk - Tomasz Jakubiec 3, Przemysław Karpiuk.

1. Juventus Curyn	2	6	10:7
2. Max Orlik Rossosz	1	3	9:2
3. Mario Presto	1	3	5:1
4. Sielczyk	2	3	12:12
5. Unidom	2	3	8:13
6. Nissan Team	2	0	11:15
7. IP Logistic	2	0	5:10

(AK)

Zapraszają na turniej w Parczewie

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Parczewie zaprasza do udziału w II Turnieju Tenisa Stołowego o Grand Prix Parczewa w kategorii open w sezonie 2019/2020. 26 stycznia od godziny 11 w sali MOSiR na stadionie przy Al. Jana Pawła II 1.

Cały cykl Grand Prix składa się z 4 turniejów, z których do ogólnej klasyfikacji wliczane są 3 najlepsze wyniki. Organizatorzy to MOSiR oraz Urząd Miejski w Parczewie. Dla najlepszych zawodników przewidziane są nagrody rzeczowe i trofea sportowe. Wpisowe do każdego turnieju to

5 złotych. Wyniki na stronie www.mosir.parczew.com.

Przypomnijmy, że przed nami także II Otwarty Turniej Tenisa Stołowego o Puchar Dyrektora ALO w Terespolu. 25 stycznia o godzinie 10 w sali ALO, zapisy w dniu zawodów.

(AK)

W międzynarodowym turnieju z okazji 50-lecia AZS AWF Biała Podlaska zagrały uznane zespoły

Wielkie święto piłki ręcznej!

To było prawdziwe święto piłki ręcznej w Białej Podlaskiej. Z okazji 50-lecia klubu AZS AWF w hali przy ulicy Marusarza kibice mogli zobaczyć w akcji zespoły z Superligi, a także uczestnika Ligi Mistrzów.

ARKADIUSZ KIELAR

W międzynarodowym turnieju, na który kibice mieli wstęp wolny, oprócz gospodarzy z pierwszoligowego AZS AWF Biała Podlaska rywalizowały drużyny z polskiej Superligi: Azoty-Puławy i Stal Mielec, a także mistrz Białorusi Mieszkow Brześć, uczestnik Ligi Mistrzów.

Brawa dla Stefańca i Kandory

W imprezie w Białej Podlaskiej triumfował zespół z Białorusi, przed Azotami Puławy, AZS AWF Biała Podlaska i Stalą Mielec. Grający w pierwszej lidze gospodarze na tle mocniejszych rywali pokazali się z bardzo dobrej strony, mimo kadrowych kłopotów. I zebraли zasłużone brawa od swoich kibiców. Tylko z boku mogli przyglądać się kolegom z drużyny kontuzjowani Michał Bekisz, Leon Łazarczyk i Kamil Kozycz. Szansę na grę w ekipie trenera Dmitrija Tichona dostali za to młodzi gracze z Olimpii Biała Podlaska: Jakub Polok, Gabriel Olichwiruk i Jakub Tarasiuk. W turnieju błysnął Marcin Stefaniec, który został królem strzelców, a w starciu z Mieszkowem Brześć został uznany graczem meczu. Na największe brawa zasłużył też Łukasz Kandora, uznany najlepszym zawodnikiem turnieju w białskiej drużynie, który został też zawodnikiem meczu w rywalizacji ze Stalą Mielec.

W Azotach i Stali zabrakło reprezentantów Polski, którzy walczyli w mistrzostwach



Podczas otwarcia turnieju uhonorowany został trener Leszek Siejwa

Europy, podobnie nie było reprezentantów Białorusi w ekipie Mieszkowa. Ale i tak w naszym mieście stawiły się bardzo mocne drużyny, które warto było obejrzeć w akcji. W ekipie z Białorusi, której kibice też pojawili się w białskiej hali, zagrali między innymi mający na koncie występy w reprezentacji Serbii Nemanja Obradović i Darko Đukić. A także były reprezentant Francji i mistrz świata William Accambray, reprezentant Czarnogóry Branko Kankaras czy kadrowicz z Chorwacji Sandro Obranović.

Wytrwali kibice pamiętają

W hali w Białej Podlaskiej pojawili się też między innymi „starzy znajomi”: Denis Wołyncew, który grał w AZS AWF, a teraz jest zawodnikiem Stali Mielec, oraz inni byli gracze białskiej drużyny, a obecnie trenerzy Azotów-Puławy: Piotr Pezda i Marcin Kurowski. – To bardzo dobrze obsadzony turniej z okazji 50-lecia naszego klubu i uczelni. Takiego nie było u nas od 50 lat, to duża atrakcja dla kibiców – mówił prezes KS AZS AWF Biała Podlaska **Mariusz Lichota**, który z prorektorem ds. Filii AWF w Białej Podlaskiej Jerzym Sadowskim otworzyli uroczyste turniej, a na zakończenie wręczali drużynom puchary. Podczas turnieju można było także nabyć koszulki i szaliki klubowe. Podczas oficjalnego otwarcia turnieju nie zabrakło uroczystych chwil. Uhonorowany został znakomity trener Leszek Siejwa, były szkoleniowiec szczyptorniści AZS AWF Biała Podlaska,



Piłkarze ręczni AZS AWF Biała Podlaska (zielone stroje) mieli okazję zmierzyć się z rywalami z Mieszkowa Brześć, uczestnikami Ligi Mistrzów



Marcin Stefaniec został najlepszym zawodnikiem meczu z Mieszkowem, a gratulował mu prezes KS AZS AWF Biała Podlaska Mariusz Lichota

Wyniki turnieju w Białej Podlaskiej:

AZS AWF Biała Podlaska – Mieszkow Brześć 33:40 (17:20)

AZS AWF: Adamiuk, Kozłowski, Sętowski - Stefaniec 12, Polok 4, Urbaniak 4, Ziółkowski 4, Banaś 3, Kandora 3, Niedzielenko 3, Maksymczuk, Mazur, Nowicki, G. Olichwiruk.

Zawodnik meczu: Marcin Stefaniec (AZS AWF).

AZS AWF Biała Podlaska – Azoty Puławy 32:37 (17:19)

AZS AWF: Adamiuk, Kozłowski, Sętowski - Kandora 11, Stefaniec 7, Banaś 4, Ziółkowski 2, Niedzielenko 2, Polok 2, Maksymczuk 1, Mazur 1, Nowicki 1, Urbaniak 1, G. Olichwiruk.

Zawodnik meczu: Łukasz Rogulski (Azoty-Puławy).

AZS AWF Biała Podlaska – SPR Stal Mielec 32:26 (18:11)

AZS AWF: Adamiuk, Kozłowski - Stefaniec 10, Ziółkowski 6, Kandora 5, Banaś 3, Niedzielenko 3, Urbaniak 3, Mazur 2, Maksymczuk, Polok, Tarasiuk.

Zawodnik meczu: Łukasz Kandora (AZS AWF).

W innych spotkaniach: Azoty Puławy – SPR Stal Mielec 29:23 (17:11), Mieszkow Brześć – SPR Stal Mielec 37:32 (15:18), Mieszkow Brześć – Azoty Puławy 38:26 (13:15).

Klasyfikacja końcowa turnieju: 1. Mieszkow Brześć - 6 punktów, 2. Azoty Puławy - 4 pkt., 3. AZS AWF Biała Podlaska - 2 pkt., 4. SPR Stal Mielec - 0 pkt.

którzy w sezonie 1997/1998 pod jego wodzą i trenera Jarosława Cieślukowskiego wywalczyli awans do ekstraklasy. Pamiątkową statuetkę w przerwie meczu AZS AWF – Stal otrzymał też Denis Wołyncew. – To wielki dzień, świętujemy 50-lecie Akademii Wychowania Fizycznego w Białej Podlaskiej. Ale wytrwali kibice pamiętają, że sezon 1990/91 to był sezon, w którym awansowaliśmy do drugiej ligi w piłce ręcznej i od tego momentu zaczęła się historia dynamicznego rozwoju piłki ręcznej w AZS AWF – mówi **Jerzy Sadowski**.

Indywidualne wyróżnienia i sparing

Najlepszym zawodnikiem turnieju w Białej Podlaskiej został uznany Białorusin Alaksandr Bachko (Azoty-

Odpadli po rzutach karnych

Pierwszoligowi piłkarze ręczni AZS AWF Biała Podlaska odpadli z rozgrywek Pucharu Polski. W drugiej rundzie eliminacyjnej przegrali na wyjeździe z drugoligowym MKS Grudziądz po rzutach karnych.

MKS Grudziądz – AZS AWF Biała Podlaska 27:27 (14:18), rzuty karne: 4:3

AZS AWF: Adamiuk, Kozłowski, Ostrowski, Sętowski - Stefaniec 6, Maksymczuk 5, Banaś 4, Niedzielenko 3, Urbaniak 3, Ziółkowski 3, Kandora 2, Nowicki 1, Mazur.

Oslabiony przez kontuzje

-Puławy), nowy gracz puławskiej drużyny, który przyszedł do zespołu z Lubelszczyzny z Mieszkowa Brześć. Najlepszym strzelcem był Marcin Stefaniec z AZS AWF Biała Podlaska z 29 bramkami na koncie. Najlepszym bramkarzem wybrany został Ivan Pesic (Mieszkow Brześć), a w białskiej ekipie najlepszym zawodnikiem uznany został doświadczony Łukasz Kandora.

Pierwsze spotkanie w pierwszej lidze w tym roku białczanie rozegrają na wyjeździe w pierwszej kolejce rundy rewanżowej zaplanowanej 8 i 9 lutego. Z Orlenem Wisłą II w Płocku. Zespół AZS AWF zajmuje po pierwszej rundzie rozgrywek 3. miejsce w tabeli grupy C, ale ma tyle samo punktów, co pierwszy KPR Legionowo i drugi Czuwaj Przemyśl - 27. Jak informowaliśmy, nasz pierwszoligowy zespół może zostać jeszcze wzmocniony. Jeżeli wszystko pójdzie zgodnie z planem, to do drużyny z Białej Podlaskiej może trafić gracz z Białorusi, który występuje w lidze rosyjskiej. Przed wznowieniem pierwszoligowych rozgrywek drużyna AZS AWF ma rozegrać jeszcze 21 stycznia sparing u siebie z białoruskim zespołem z Mohylewa.

Galeria zdjęć z turnieju na www.slowopodlasia.pl

Olimpia kontra Orleń

Piłkarze ręczni Olimpii Biała Podlaska zaczynają rywalizację w grupie mistrzowskiej drugiej ligi. Na początek zagrają w niedzielę, 26 stycznia, od godziny 16 z Orleńskimi Zwoleń w hali Szkoły Podstawowej numer 3 w Białej Podlaskiej.



Świetnie w białskim zespole spisywał się doświadczony Łukasz Kandora (z piłką)