WJECHAŁA gokartem w pieszą

– STR. 3

Złodziej z drogerii ZŁAPANY

– STR. 2

TYGODNIK LOKALNY
PUŁTUSK
GZY
OBRYTE
POKRZYWNICA
ŚWIERCZE
WINNICA
ZATORY

3,50 zł
W TYM 5% VAT

NR 32
INDEKS 342424
ISSN 1429-6837

9 SIERPNIA 2022

www.pultuszczak.pl

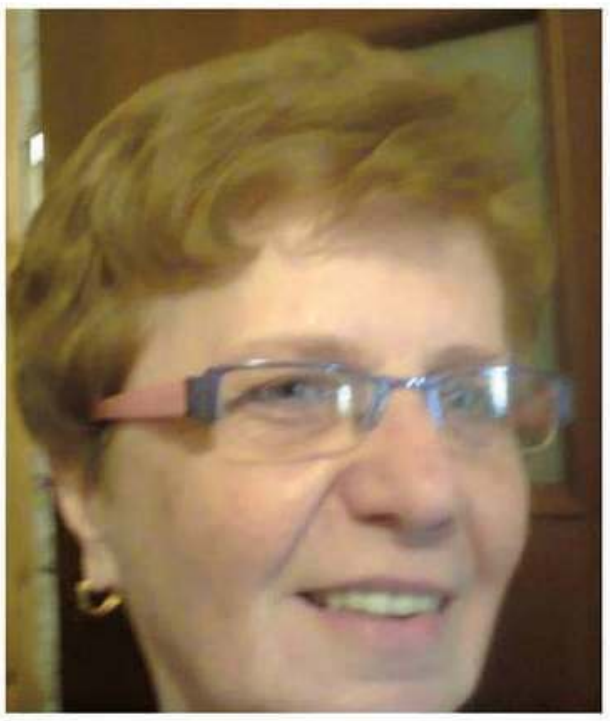
TYGODNIK Pułtuski

CO TYDZIEŃ OD 4 GRUDNIA 1997 ROKU

Pięć lat bez śladu

Syn i synowa o zaginięciu pani Elżbiety

CZYTAJ NA STRONIE 3



Data zaginięcia:
29.06.2017

Wiek w dniu zaginięcia:
64 lata

Wzrost: ok. 160 cm,
Oczy:
niebieskie, nosi okulary
Włosy:
ciemny blond, farbowane

Rozmawiamy z właścicielami e-modo

– STR. 5

Spacer pełen wrażeń

– STR. 2

Kradną na potęgę

Czytaj w Kronice policyjnej

– STR. 24

Nowa siedziba, nowe zadania

Rozmowa z Katarzyną Maryniak

– STR. 20

Złoci Jubilaci

– STR. 22

REKLAMA

9 771429 683228 32

eprasa.pl 2e37753b41

TELEFON INTERWENCYJNY: 512 405 978, redakcja@pultuszczak.pl

Zatrzymany na gorącym uczynku

Dzięki podanemu przez dyżurnego jednostki rysopisowi, policjanci z Wydziału Kryminalnego zatrzymali młodego mężczyznę, który chwilę wcześniej ukradł w drogerii towar o wartości blisko tysiąca złotych. Grozi mu kara do 5 lat więzienia

W piątkowe popołudnie (5.08) policjanci otrzymali zgłoszenie o kradzieży sześciu opakowań maszynek do golenia w jednej z pułtuskich drogerii. Dyżurny, przyjmując interwencję, ustalił szczegółowo opis sprawcy kradzieży. Natychmiast podał komunikat będącym w służbie policjantom. Dzięki temu podejrzewany został bardzo szybko namierzony. 25-latek na widok radiowozu zaczął uciekać. Kryminalni podjęli pościg i niezwłocznie dokonali jego zatrzymania. Funkcjonariusze odzyskali skradziony wart blisko tysiąca złotych towar i przewieźli pułtuszczanina do komendy. W jednostce czekała na zatrzymanego policjantka, która kilka dni wcześniej przyjęła zgłoszoną przez tę samą placówkę kradzież. Z zapisu monitoringu wynikało, że ta również dokonana była przez 25-latka, a dotyczyła elektrycznych szczoteczek do zębów o wartości blisko 300 zł.

Mężczyzna usłyszał tego dnia kilka zarzutów. O jego dalszym losie zdecyduje sąd.

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**

Spacer pełen wrażeń

W codziennej bieganinie mało jest czasu by pójść na długi spacer po okolicy, rozejrzeć wokół siebie. Końcówka urlopu, w moim przypadku, była ku temu świetną okazją. Przechadzka drogą prowadzącą przez moje rodzinne Kleszewo była przyjemna, ale też trochę irytująca. Owszem, wokół piękne sielskie widoki pól, wiejskich zagród, sadów i i warzywnych ogródków. Nie dało się jednak nie zauważyć przydrożnego kosza na śmieci, znajdującego się tuż przy wiacie przystankowej w Kleszewie. Nie pierwszy raz wysypują się z niego różności, wokół też panuje nieziemski bałagan, rosną wysokie chaszcze. Ganimy tych co tu pozostawili resztki po plenerowych imprezach, ale też pracowników PPUK. Ci ostatni, średnio raz na dwa tygodnie, przejeżdżają tu śmieciarkami i zbierającymi odpady od mieszkańców. Wystarczy pięć minut, by zabrać również śmieci leżące w przystankowym koszu i obok niego. Tymczasem stał się on miejscem zapomnianym i bezpańskim, choć przy gminnej drodze bardzo widocznym.

Uwagę spacerowiczów niewątpliwie też przyciągają mistrzowskie cięcia poboczy przy drodze gminnej w Kleszewie. W całej okazałości widać je na załączonym do tekstu zdjęciu, a rzeczywiście jest na co popatrzeć, bo działali kosiarze jakich mało. Tu kawałek obcięli, tam zostawili, żeby nie było nudy. Z asfaltowych obrzeży sterczą badyle, wszystko wygląda paradnie. Wniosek nasuwa się jeden: kosić też trzeba umieć, a przede wszystkim wkładać w swoją robotę więcej serca.

ED

DOM POGRZEBOWY Kraszewski
Pułtusk ul. Kościuszki 78
www.kraszewski.info
501634440 236922000

13.05.2022 roku,
w wieku 53 lat zmarł
ukochany Syn, Mąż,
Tata i Brat
Ś.P. DARIUSZ SMOLIŃSKI

17.05.2022 roku,
w wieku 91 lat zmarła
ukochana Mama
Ś.P. MARGARITA SIATECKA

18.05.2022 roku,
w wieku 73 lat zmarł
Ś.P. KAZIMIERZ STEFAN GÓRECKI

20.05.2022 roku,
w wieku 87 lat zmarła
ukochana Mama, Babcia,
Prababcia i Siostra
Ś.P. MARIANNA ANASTAZJA BEDNAREK

23.05.2022 roku, w wieku
84 lat zmarła
Ś.P. JADWIGA WĄSOWSKA

DOM POGRZEBOWY
KĘSY
Rok założenia 1992
www.kesy.pl
23 692 2001 604 470 616
Pułtusk, ul. Traugutta 2a

13.07.2022 roku,
w wieku 84 lat zmarła
ukochana Mama, Babcia,
Prababcia i Siostra
Ś.P. ELŻBIETA WALERIA ZAKRZEWSKA

18.07.2022 roku,
w wieku 54 lat zmarł
Ś.P. GRZEGORZ GOCKI

REKLAMA

NATURALNE LODY RZEMIEŚLNICZE
(produkcja własna)
KAMA
• GOFRY
• KAWA
• LEMONIADA
LODY Z PASJĄ
Zapraszamy codziennie 11.00-.20.00
Pułtusk, Świętojańska 16 (na tyłach Domu Rzemiosła)

Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Warszawie
informuje
że pobór krwi odbywa się
w drugi piątek miesiąca.

Miejsce poboru krwi do odwołania znajdować się będzie na stadionie MOSiR przy ul. Sportowej 2 w Pułtusku.

Rejestracja Dawców w godz. 9.00 – 13.00.

Najbliższy termin: 12.08.2022

Spotkałam je w ubiegłym tygodniu. Szły ulicą Piotra Skargi, wesoło. Rozgadane i roześmiane. Barwne. Urocze dziewczyny w kolorowych sukienkach – Iwona (sukienka biała), Sara (zielona), Joanna (paski), Małgorzata (kwiaty). W rękach miały lody i słodkości. Powiedziały, że idą posiedzieć na ławce pod drzewem, potem na spacer. Śmiały się, że nasza prośba o zdjęcie ZROBIŁA IM DZIEŃ.

Mojego męża zauroczyły urodą, mnie – po dziennikarsku – otwartością na propozycję sfotografowania. Proszę państwa, idzie nowe, przystajecie na prośby TYGODNIKA, by uchwycić chwilę, by za kilka/kilkadziesiąt lat móc powiedzieć: OTO JA NA PIOTRA SKARGI!

GMD

TYGODNIK PUŁTUSKI

Redaktor naczelny: Ewa Dąbek tel. 512 405 978
Redakcja: tel. 23 692 86 45, redakcja@pultuszczak.pl
Kultura/ Społeczeństwo: Grażyna Maria Dzierżanowska, tel. 661 923 317; *graza@atessa.pl*
Zdjęcia: Henryk Mazurek, tel. 793 233 433; hen.maz@wp.pl
Biuro reklam i ogłoszeń: Anna Płochocka 23 692 86 45, 512 405 972 *aplochocka@pultuszczak.pl*. Ogłoszenia i reklamy nie stanowią materiału pochodzącego od wydawcy
Adres: 06–100 Pułtusk, ul. Rynek 16,
www.facebook.com/pultuski
Czynne: poniedziałek – piątek 8.00 – 16.00

Prenumerata: realizowana przez RUCH SA, zamówienia składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl, pytania na e–mail: prenumerata@ruch.com.pl lub telefonicznie pod numerem 801 800 803 lub 22 717 59 59, w godz. 7:00 – 18:00 (koszt połączenia wg. taryfy operatora).
Redakcja nie zwraca tekstów nie zamówionych oraz zastrzega sobie prawo ich redagowania i skracania. Nie odpowiadamy za treść zamieszczonych reklam i ogłoszeń.
Druk: Polska Press Łódź.
Nakład: poniżej 15 000

IZBA WYDAWCÓW PRASY
Wydawca: Agencja TiO
e–mail: agencja@tio.com.pl
Legionowo, ul. Rynek 2
Stowarzyszenie Gazet Lokalnych

eprasa.pl 2e37753b41

TELEFON INTERWENCYJNY: 512 405 978, redakcja@pultuszczak.pl

Pięć lat bez śladu

Syn i synowa o zaginięciu pani Elżbiety

W każdej takiej sprawie najgorsza jest niepewność, oczekiwanie na jakąkolwiek wiadomość o bliskiej osobie. Syn i synowa pani Elżbiety Nasiadki z Pułtuska czekają już pięć lat, właściwie bez nadziei, że uda im się w najbliższym czasie poznać prawdę o losie mamy. Przeczuwają coś najgorszego, nie wierzą że pani Elżbieta mogła ot tak wszystko rzucić, wyjść w nocy z mieszkania i nie nawiązywać z nimi kontaktu. Po śmierci pierwszego męża, od kilku lat miała partnera, przy którym jak mówią, odżyła. Snuli plany wspólnej podróży camperem, mieli też zaplanowane wakacje nad morzem.

64 - letnia pani Elżbieta zniknęła ze swojego mieszkania na osiedlu Skarpa w nocy z 28 na 29 czerwca 2017 roku. O tym, że jej nie ma w domu, młodszego syna Michała powiadomił jej partner. W nocy, gdy zaginęła, pracował i wrócił rano. Jak się okazało, pies pani Elżbiety nie był wyprowadzany, łóżko pozostało niepościelone, a obok leżały klucze i inne rzeczy osobiste kobiety, tak jakby przed chwilą gdzieś wyszła. Już wtedy partner zaginionej był pełen obaw, bo pierwszy raz od dłuższego czasu pracował na nocną zmianę, zostawił panią Elżbietę samą, a ona czegoś się obawiała. O 20 poprzedniego wieczora jeszcze do niej dzwonił, a później już nie odbierała telefonów.

Bliscy jeszcze przez chwilę łudzili się, że może gdzieś wyszła, może coś załatwić albo do sklepu, ale od 10 zaczęli poszukiwania, zgłaszając sprawę na policję. W tym czasie pan Michał zadzwonił do starszego brata, który był w wieczór zaginięcia z matką w mieszkaniu, ale ten odmówił pomocy w jej poszukiwaniach twierdząc, że jest w pracy i nic nie wie na ten temat, gdyż był z nią a skłócony i nie zaglądał do jej pokoju.

Bliscy sprawdzili najbliższą okolicę, ogródki działkowe, skontaktowali się z dalszą rodziną, tymczasem starszy syn spakował swoje rzeczy i na kilka dni wybył z mieszkania, w którym mieszkał wspólnie z panią Elżbietą.

Od tamtej pory ślad po kobiecie zaginął. Niepokój narastał, bo jak mówią syn i synowa zaginionej, nie miała ona powodu, by zniknąć. Chciała uporządkować sprawy po zmarłym mężu, złożyła wniosek do sądu o przeprowadzenie sprawy spadkowej. Chciała sprzedać trzypokojowe mieszkanie na jednym z pułtuskich osiedli, kupić kawalerkę, a resztę pieniędzy podzielić między synów. To właśnie na tym tle, między nią a bratem pana Michała dochodziło do nieporozumień.

Druga sprawa spadkowa odbyła się tuż przed zaginięciem pani Elżbiety, ona sama jakby się czegoś obawiała, bo założyła polisę na życie. Z rozmów z jej sąsiadami z bloku, które relacjonowali mi bliscy zaginionej wynikało, że w jej mieszkaniu już wcześniej dochodziło do głośnych nieporozumień z synem. W nocy, kiedy zniknęła, nad Pułtuskiem rozpętała się potężna burza, nie wszyscy mieszkańcy spali, relacjonowali potem, że od 21 do 24 słyszeli odgłosy awantury w mieszkaniu pani Elżbiety, drzwi otwierały się i zamykały, jakby chodziło kilka osób, a potem wszystko ucichło.

Co się wydarzyło w tej sprawie od tamtego czasu? Dopiero we wrześniu 2017 roku Komenda Powiatowa Policji w Pułtusku opublikowała oficjalny komunikat, że prowadzi poszukiwania zaginionej 64 - letniej Elżbiety Nasiadka. Informowano, że kobieta ma 164 cm wzrostu, jest szczupłej budowy ciała. Ma krótkie farbowane włosy koloru blond, owalną twarz i niebieskie oczy. W czerwcu 2017, gdy na portalu społecznościowym pojawiły się informacje o zaginięciu pani Elżbiety, próbowaliśmy podpytać pułtuskich policjantów z wydziału kryminalnego o postępy śledztwa i szczegóły poszukiwań. Tłumacząc się dobrem prowadzonego postępowania, wciąż wstrzymywali się od jakikolwiek komentarzy.

Dlaczego komunikat w sprawie zaginięcia pojawił się tak późno?

- Sprawa ma złożony, skomplikowany charakter. W pierwszej fazie poszukiwań nie mogliśmy z przyczyn taktyki operacyjnej powiadomić mediów - napisała wtedy Tygodnikowi rzecznik pułtuskiej policji sierż. sztab. Milena Kopczyńska.

Wiadomo, ze ostatnią osobą, która przebywała w mieszkaniu z zaginioną był jej starszy syn. KPP w Pułtusku wszczęła śledztwo w sprawie nieumyślnego spowodowania śmierci w nieustalonym miejscu i czasie oraz przeciwko starszemu synowi jako podejrzanemu o psychiczne znęcanie się nad matką. Śledztwo zostało umorzone w 2019 roku wobec braku dostatecznych danych uzasadniających podejrzenie popełnienia czynu zabronionego.

W tym czasie młodszy syn i synowa pani Elżbiety nagłośnili sprawę jej zaginięcia na popularnych forach i grupach internetowych poświęconych osobom zaginionym. W 2020 roku odezwali się do nich dziennikarze popularnego programu kryminalnego 997, którzy nagrali w Pułtusku reportaż. Wystąpił w nim starszy syn pani Elżbiety, który na pytanie dziennikarza, co się mogło stać z jego matką, gdzie ona jest, odpowiedział że nie wie, ale nie zabił matki, choć być może wszystkie okoliczności wskazują na niego.

Czy kiedykolwiek uda się wyjaśnić tajemnicę zniknięcia pani Elżbiety Nasiadki? Mijają kolejne lata, najgorsze dla bliskich są Święta Bożego Narodzenia, Wielkanoc, kiedy z bólem patrzą na puste miejsce przy stole. Pan Michał wychowuje razem z żoną niepełnosprawną córkę, teraz sam zmaga się z bardzo

ciężką chorobą. Brakuje mu matki, chciałby się dowiedzieć gdzie jest, nawet gdyby prawda miała być okrutna. Lepiej byłoby wiedzieć, pochować mamę, odwiedzać jej grób, niż przez kolejne lata żyć w niepewności.

Apelujemy do wszystkich, którzy mogą pomóc w wyjaśnieniu tej sprawy, szczególnie do sąsiadów pani Elżbiety, by jeżeli cokolwiek wiedzą na temat zaginięcia kobiety, zgłosili to nawet anonimowo na naszą komendę policji lub do redakcji Tygodnika Pułtuskiego. Gwarantujemy dyskrecję. Pomóżmy bliskim pani Elżbiety odzyskać spokój.

ED

Spowodowała wypadek poruszając się gokartem

Policjanci ustalają przyczyny i okoliczności niedzielnego zdarzenia. W Pułtusku, na chodniku przy ul. Rynek, doszło do potrącenia pieszej przez kierującą gokartem. Kobieta z obrażeniami ciała trafiła do makowskiego szpitala

Z ustaleń policjantów wynika, że 67-letnia mieszkanka Pułtuska, poruszając się poza drogą publiczną, kierując gokartem napędzanym siłą mięśni, najechała kołem na stopę stojącej na chodniku 64-letniej mieszkanki Warszawy. W wyniku zdarzenia, poszkodowana upadła, uderzyła głową w podłoże z kostki brukowej i doznała obrażeń czoła i nosa. Została przetransportowana do szpitala w Makowie Mazowieckim. Kobiety były trzeźwe.

Przypominamy. Wszyscy uczestnicy ruchu drogowego, niezależnie jakim pojazdem się poruszają, zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz stosowania się do obowiązujących przepisów.

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**

Ukradł telefon i miał narkotyki

Pułtuscy policjanci rozwikłali sprawę kradzieży telefonu. Zatrzymali sprawcę, odzyskali mienie a przy kontroli osobistej znaleźli przy mężczyźnie mefedron. Za przestępstwo kradzieży grozi pułtuszczaninowi kara do 5 lat pozbawienia wolności

Funkcjonariusze Wydziału Kryminalnego, realizując informację o przebywaniu w miejscu zamieszkania sprawcy kradzieży telefonu komórkowego, udali się pod ustalony adres i zatrzymali podejrzewanego. W wyniku przeszukania policjanci ujawnili przy 45- latku narkotyki. Skradziony telefon został odzyskany, mefedron zabezpieczony, a pułtuszczanin osadzony w pomieszczeniu dla osób zatrzymanych. Mężczyzna usłyszał już zarzut kradzieży, ten czyn zagrożony jest karą 5 letniego pobytu w więzieniu.

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**

eprasa.pl 2e37753b41

MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

LEGIONOWO.
Uciekał rowerem z polówką pod pachą

W ręce legionowskich policjantów wpadł 68-letni włamywacz. Mężczyzna okradł piwnice przy ulicy Przemysłowej, a następnie pijany uciekał rowerem ze skradzionym... łóżkiem polowym. Włamywacz został zatrzymany i już wkrótce stanie przed sądem

W czwartek około godziny 8.30 legionowscy policjanci otrzymali informację, o włamaniu do piwnicy przy ul. Przemysłowej. Kiedy mundurowi dotarli na miejsce czekał na nich jeden z mieszkańców domu, w którym doszło do włamania. Z relacji mężczyzny wynikało, że w godzinach porannych nieznany sprawca rozciął kłódkę zabezpieczającą drzwi jednego z pomieszczeń piwnicznych i dokonał kradzieży łóżka polowego. Nadmienił, że widział mężczyznę wychodzącego z łóżkiem z budynku i przekazał rysopis włamywacza.

W wyniku penetracji pobliskiego terenu zauważyli osobę, odpowiadającą rysopisowi podejrzewanego o popełnienie przestępstwa. Uciekający na rowerze wiózł ze sobą łóżko polowe. Od mężczyzny była wyczuwalna silna woń alkoholu. Mieszkaniec Legionowa kierował rowerem mając ponad 1,2 promila alkoholu w wydychanym powietrzu.

68-latek został zatrzymany za kradzież z włamaniem. Odpowie również za kierowanie pod wpływem alkoholu. Skradzione łóżko trafiło z powrotem do właściciela. Za kradzież z włamaniem zgodnie z Kodeksem Karnym grozi do 10 lat pozbawienia wolności.

MODLIN.
Po pijaku skasował zaparkowane auto

Do zdarzenia doszło kilka dni temu, w Modlinie Twierdzy. Jak ustalili policjanci, kierowca peugeota uderzył w zaparkowaną mazdę. W chwili zdarzenia, w wydychanym powietrzu miał 2,3 promila alkoholu

Policjanci z nowodworskiej drogówki zostali wezwani do zdarzenia drogowego, do którego doszło na ul. Ledóchowskiego. Na miejscu mundurowi ustalili, że kierowca peugeota podczas wykonywania manewru cofania, uderzył w zaparkowaną mazdę. Wszystko to widział właściciel uszkodzonego samochodu. Kiedy podszedł do sprawcy zauważył, że ten dziwnie się zachowuje i może być nietrzeźwy. Uniemożliwił mu więc oddalenie się z miejsca zdarzenia, do czasu przybycia mundurowych.

Funkcjonariusze Wydziału Ruchu Drogowego już na początku interwencji wyczuli od kierującego peugeotem silną woń alkoholu. Jak się niebawem okazało, nowodworzanin w wydychanym powietrzu miał 2,3 promila alkoholu. Mężczyzna odpowie za spowodowanie kolizji drogowej oraz kierowanie pojazdem mechanicznym w stanie nietrzeźwości.

POKRZYWNICA.
Nie stosował się do kary

48-latek ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. W ten sposób chciał uniknąć kary za popełnione przestępstwa. Został doprowadzony do aresztu

Funkcjonariusze Posterunku Policji w Pokrzywnicy realizując czynności służbowe pojechali do jednej z miejscowości na podległym im terenie, gdzie miał przebywać poszukiwany nakazem doprowadzenia 48-letni mieszkaniec powiatu. Z relacji domowników wynikało, że mężczyzny nie ma pod wskazanym adresem. Wówczas policjanci zauważyli oddalającego się od posesji mężczyznę. Poszukiwany rzucił się do ucieczki w pobliski las. Po pieszym pościgu został zatrzymany przez policjantów. Mężczyzna już trafił do Aresztu Śledczego.

NIEPORĘT.
Pościg za poszukiwanym 28-latkiem z cofniętymi uprawnieniami

Kilkunastotysięczna kara grzywny, dożywotni zakaz prowadzenia pojazdów i kara 5 lat więzienia grożą 28-latkowi. Mężczyzna kierował osobówką mając cofnięte uprawnienia, trzy czynne zakazy prowadzenia pojazdów i nie zatrzymał się do kontroli drogowej. Jakby tego było mało, był poszukiwany

We wtorek około godziny 23. policjanci z Komisariatu w Nieporęcie zwrócili uwagę na osobową skodę. Kierowca auta na ulicy Jana Kazimierza nie zastosował się do nakazu jazdy w prawo, jednocześnie przekraczając linię podwójną ciągłą. Funkcjonariusze natychmiast podjęli próbę zatrzymania go do kontroli. Mężczyzna nie reagował na sygnały dawane przez policjantów do zatrzymania, ani na sygnały świetlne i dźwiękowe włączone w radiowozie. Uciekiniera udało się zatrzymać dopiero w Zegrzu Południowym.

Kierowcą skody okazał się być 28-latek z pow. częstochowskiego. Na podstawie sprawdzeń w policyjnych bazach danych funkcjonariusze ustalili, że młody mężczyzna ma cofnięte uprawnienia, trzy czynne zakazy prowadzenia pojazdów wydane przez Sąd Rejonowy w Częstochowie oraz przez Sąd Rejonowy dla Pragi Południe. Do tego jest poszukiwany do ustalenia miejsca pobytu przez Sąd Rejonowy dla Pragi Południe, a także do odbycia kary pozbawienia wolności.

Zatrzymany 28-latek trafił do policyjnego aresztu, a auto którym kierował odholowane zostało na strzeżony parking. Mężczyzna usłyszał zarzuty niezatrzymania się do kontroli drogowej, kierowania bez uprawnień, niestosowania się do wyroków sądu. Grozi mu kilkunastotysięczna kara grzywny, dożywotni zakaz prowadzenia pojazdów i kara 5 lat więzienia. Z policyjnej celi został przewieziony do zakładu karnego.

WINNICA.
Wyjechała w tył skutera

Pułtuscy policjanci prowadzą postępowanie w sprawie wypadku drogowego, do jakiego doszło w miejscowości Łachoń, gm. Winnica. Kierująca skuterem z obrażeniami ciała trafiła do szpitala

Ze wstępnych ustaleń mundurowych wynika, że kierująca samochodem VW New Beetle, 40-letnia mieszkanka powiatu pułtuskiego nie zachowała bezpiecznej odległości między pojazdami i najechała na tył poprzedzającego skutera Toros, kierowanego przez 35-latkę. W wyniku zdarzenia kierująca skuterem, z urazem głowy i ręki, została przetransportowana do szpitala w Makowie Mazowieckim. Przeprowadzone badania trzeźwości wykazały, że kobiety były trzeźwe. Mundurowi ponad 2 godziny pracowali na miejscu wypadku. Funkcjonariusze przesłuchali świadków, sporządzili oględziny i kierowali ruchem. Technik kryminalistyki zabezpieczył ślady i sporządził dokumentację fotograficzną. Teraz śledczy będą szczegółowo wyjaśniać jakie były przyczyny i okoliczności tego zdarzenia.

NOWY DWÓR MAZ.
Pijany razy dwa!

Do 2 lat pozbawienia wolności grozi nietrzeźwemu kierowcy, którego wczoraj zatrzymał do kontroli policjant nowodworskiej prewencji. To już drugi taki przypadek w tym tygodniu, z udziałem tego samego uczestnika ruchu

Dzielnicowy z Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim, podczas porannego obchodu zauważył jadącego ul. Sienkiewicza forda. W poniedziałek 1 sierpnia br. policjant zatrzymywał już kierującego tym autem 58- latka. Mężczyzna był wtedy nietrzeźwy.

Funkcjonariusz i tym razem podjął wobec niego interwencję. Za chwilę okazało się, że za nowodworzanin znów jest pijany. Policjant przeprowadził badanie stanu trzeźwości 58-latka, które wykazało, że wydychanym powietrzu ma on blisko 1,4 promila alkoholu.

Mężczyzna odpowie teraz za prowadzenie pojazdu mechanicznego, znajdując się w stanie nietrzeźwości.

LEGIONOWO.
17-latek z marihuaną

Funkcjonariusze z Komendy Powiatowej Policji w Legionowie, patrolując teren miasta zatrzymali 17–latka, który posiadał przy sobie środki odurzające. Późniejsze badanie potwierdziło, że znaleziony w jego plecaku susz to marihuana

Do zdarzenia doszło 28 lipca, gdy funkcjonariusze z Komendy Powiatowej Policji w Legionowie kontrolowali na terenie miasta te miejsca, w których gromadzi się młodzież. Około godziny 3:15 na ulicy Kolejowej mundurowi zauważyli dwóch mężczyzn stojących na chodniku i nerwowo się rozglądających. Podczas próby wylegitymowania jeden z młodych mężczyzn zaczął uciekać. Szybka reakcja policjantów doprowadziła do zatrzymania 17–letniego mieszkańca Legionowa.

W trakcie czynności mundurowi, w saszetce uciekiniera ujawnili 4 zawiniątka suszu roślinnego. W związku z podejrzeniem posiadania substancji zabronionych nieletni został zatrzymany, a następnie doprowadzony do legionowskiej komendy. Wstępne badanie wykazało, że zabezpieczone środki to marihuana. Nieletni po wykonaniu czynności został przekazany pod opiekę matki. Materiały dotyczące czynu karalnego, którego dopuścił się nieletni zostały przekazane do Wydziału Rodzinnego i Nieletnich Sądu Rejonowego w Legionowie.

KPP: Legionowo / Nowy Dwór Maz./ Pułtusk

eprasa.pl 2e37753b41

TELEFON INTERWENCYJNY: 512 405 978, redakcja@pultuszczak.pl

POWINNO BYĆ WOW!

Z Martą i Pawłem Sikorskimi, właścicielami sklepu internetowego e-modo, szeroko znanego, rozmawia Grażyna M. Dzierżanowska

Spotkaliśmy się w PTYSIU. Rozpoznałam ich od razu – Martę i Pawła. Są identyczni, jak podczas transmisji sprzedażowych na e-modo. Ona śliczna kobieta z pięknym uśmiechem, on zwracający uwagę. Oboje przemili, sympatyczni, otwarci, życzliwi światu i ludziom, bez zadęcia. Ich styl bycia? Są sobą, są autentyczni, mimo że odnieśli sukces; oddali się swojej pracy i swoim klientkom, nie zapominając o dzieciach i pielęgnując swoje małżeńskie życie.

Państwa sklep internetowy - e-modo – kiedy powstał? Był pomysłem na zarabianie pieniędzy?

Paweł: -Nawet się nad tym zastanawialiśmy, kiedy zaczynaliśmy i wyszło nam, że dwa lata temu. Ale zaczęliśmy od allegro, gdzie mieliśmy swój kanał. Allegro było ciężkim sposobem na sprzedaż, klient jest ciężki, bo nie ma z nim kontaktu, jest mnóstwo zwrotów, konkurencja duża, więc sprzedaje się taniej i na koniec miesiąca okazuje się, że się nie zarabia. Nie ma sensu sprzedawać, żeby sprzedawać. A e-modo? Z początku był strach, ja jestem handlowcem, ale żona dała sobie dobrze radę. I poleciało.

Marta: - Pierwsze trzy live byłam sama, zaczynaliśmy od kostiumów kąpielowych, które mieliśmy już na allegro. Pokazywałam damskie i ktoś zapytał o męskie. I tak Paweł wyszedł raz, drugi i tak się potoczyło. Klientkom spodobało się, że jesteśmy razem. Czujemy się z nimi jak rodzina, gdyby trzeba było, broniliby nas, mamy w nich obrońców na transmisjach.

Paweł: - Gdybyśmy nie pracowali razem, byłoby ciężko, bo to praca od rana do wieczora i od poniedziałku do niedzieli. Czas więc spędzamy razem, syn nam pomaga w sprawach komputerowych, zarabia sobie.

Marta: - Córka również uwielbia nam pomagać. To typowa strojnisia, więc sprawia jej to wiele frajdy i córka najchętniej wyszłaby na wizję.

Zauważyłam tę jej chęć bycia z państwem na wizji. Czuje bluesa, jak to się mówi.

Marta: - Ale my nie chcemy zabierać jej dzieciństwa.

Paweł: - Czy będą się pojawiać? Fajnie by było, jak podrosną, ale świat się szybko zmienia, nie wiadomo jak to będzie.

Wrócę do relacji na żywo. Panie Pawle, nie sądzi pan, że to uroda żony ma olbrzymi wpływ na to, jak są państwo postrzegani? Ona kradnie show.

Paweł: - Na pewno, zgadzam się!

Ludzie, którzy z państwem pracują? W tej chwili ukazuje się na wizji pani Edzia, fajna babka. Pięknie z panią Martą współistnieją. Nie wychodzi z szeregu, wiadomo, szefową jest pani Marta...

Marta: - To moja psiapsiółka. Na początku była trochę wycofana, wstydziła się. Dogadujemy się w życiu prywatnym, więc i w pracy. Edzia jest nasza, swojska.

Paweł: - Ewelina też jest nasza, sumienna, takiego pracownika ze świecą szukać. Myślę, że dziewczyny są z nas zadowolone.

Wciąż się rozwijamy i cały czas poszukujemy nowych członków do zespołu.

Pani Marto, ale pani to jeszcze ma na głowie swój wizerunek; zadbana jest pani zawsze, fryzura, paznokcie...

Paweł: - Jeden dzień w tygodniu odpada, bo to fryzjer, to paznokcie, to coś tam... O szczegóły trzeba dbać na wizji, o estetykę kadru. Ja jeszcze robię zdjęcia i...

... **i te zdjęcia modowe są bardzo ładne, z przyjemnością się je ogląda.**

Marta: - Nieraz przebieram się piętnaście razy do tych zdjęć. ... No jakby nie było, jest się na wizji i wypada się przyłożyć do swojego wizerunku, zresztą do wszystkiego.

Paweł: - Tak, szczegóły są ważne, do zamówień, do ich ceny trzeba dołożyć np. ładne zapakowanie wysyłki, opatrzenie jej wstążeczką, serdecznymi słowami... A te live...

Jak jest się przemęczonym lub nie w humorze, to lepiej ich nie robić, bo nikt nie chce oglądać smutasów, a tym bardziej z nimi rozmawiać. W takiej sytuacji to połowa sprzedaży.

Marta: - No i trzeba być naturalnym. Żadnej gry, bo to i tak wyjdzie na jaw. Tak rozmawiamy na wizji jak na co dzień.

Właśnie, państwa klienci to lubią, zwracają na tę estetykę uwagę.

Paweł: - Klientki pytają, kto skierował do nich te ciepłe słowa, piszą, że ZROBIŁY im dzień.

Marta: - Podchodzimy do naszych klientów indywidualnie.

Państwo się jakoś przygotowujecie do transmisji? Macie scenariusz?

Paweł: - Godzinę przed transmisją zabieramy ze sklepu to, co zamierzamy prezentować, a nowości najpierw pokazujemy podczas transmisji. Teraz, w wakacje, poszliśmy w krótkie filmiki, są wygodniejsze i dla nas, i dla klienta. A kiedyś byliśmy na wizji po sześć godzin.

Marta: - I klienci byli z nami cały czas! Potem nam panie pisały: „Ile ja czasu „zmarnowałam" na oglądanie was"! Dodam, zapraszają nas do siebie, nawet za granicę i nas odwiedzają, my ich gościmy, oprowadzamy po mieście, a oni coś nam przywożą. Teraz z Włoch nas panie odwiedzą.

Tak, miło się państwa ogląda, bo to i kultura, i żart, i serdeczność do kupujących, nie mówiąc o wachlarzu prezentowanych ubrań, butów, torebek... Mnie to urzekło, dlatego ten wywiad. Pani Marto, i ile jest w pani taktu, pani się nigdy nie wkurza? Jak pani fajnie odniosła się do pisowni słówka CHABER...

Marta: (śmiech)- Staram się. A z CHABREM też miałam problemy.

Paweł: (śmiech) - Ja nadrabiam w sprawie wkurzania. Nie lubię lenistwa myślowego, w ogóle lenistwa czy to w domu, czy gdziekolwiek, i nie rozumiem, że jest podane, jak postępować, że tak i tak, a ktoś pisze zupełnie inaczej albo pyta na przykład o cenę, wysyłając nam zrzut ekranu jakiegoś postu, a tam jak wół wytłuszczona cena w treści ... Takie czasy, ludzie pędzą i szkoda im czasu na zagłębienie się w treść postu.

Ale te pana ściągaweczki dla zamawiających fajne są.

Paweł: - Trzeba konkretu, taki mamy system, ale i tak jeszcze ktoś tam dodaje kropkę, przecinek. Obecnie stosowany program ułatwia nam pracę i orientuje klienta w zakupach, w tym, co ma w koszyku, paczki wychodzą dużo szybciej...

Klient zakupując poprzez wpisanie odpowiedniego kodu w komentarzu, ma pewność (jeśli wpisał go poprawnie), że zakup otrzyma. Pisząc standardowy komentarz lub wiadomość prywatną może okazać się, że zanim odczytamy taką wiadomość, to ostania sztuka sprzeda się przy użyciu kodu i niestety już nie będzie ten produkt dostępny. Technologia bardzo szybko się rozwija i tak samo jak na przykład u operatorów sieci komórkowych dużo spraw można załatwić z botem, tak samo i u nas bot wyłapuje zamówienia i dodaje je do koszyka. Te kody to nic innego jak słowa klucze, które sprawiają, że sztuczna inteligencja dodaje zakupy sama. Z tego powodu tak ważne jest wpisanie poprawnego kodu, ponieważ przy zmianie choćby jednego znaku, bot nie będzie mógł dodać zakupu.

Państwa sklep mieści się przy Kościuszki 41... Ciastkami tam częstujecie, kawką, cukierkami.

Paweł: - Cukierasy znikają szybko. Zapraszamy. Mamy bardzo duży asortyment, jest kolorowo, każdy coś znajdzie dla siebie.

Marta: - Mamy mydło i powidło, jak powiedziała nasza klientka: ubrania, buty, biżuterię, pościel, perfumy, które poleca Paweł... Nie mamy sprzętu AGD, chociaż klientki proszą, byśmy w to weszli. Sporo osób przychodzi do sklepu, to ci, którzy chcą towar zobaczyć swoim okiem, nie kamery, dotknąć go, a są też tacy, którzy nie potrafią się odnaleźć w sklepie. Mamy towar rodzimy, włoski, turecki, chiński, ale szyty w Polsce...

Państwa klienci to...

Paweł: - Prowadzimy statystyki, stąd dużo wiemy. Średnia wieku to 35 – 45 lat, to największy procent, dalej 45-55 lat; młodszych jest mniej, oni szukają czegoś innego. Mamy klientów z zagranicy – Niemcy, Włochy, Irlandia, z Holandii... Do połowy pandemii to z Niemiec był bardzo duży odbiór. Kupują Polacy, którzy za granicą są od wielu lat. Z Kanady mamy babkę, która kupuje nasze magiczne ręczniczki, twierdzi, że u nich takich nie ma. Wbrew pozorom wysyłka nie jest taka droga. Bardzo dużo klientów mamy od samego początku naszej działalności. Zamiast oglądać seriale telewizyjne, są z nami, mówią, że my jesteśmy ich ulubionym serialem.

Nie mogę wyjść z myśli o fenomenie e-modo, tylu kupujących!

Marta: - Wiemy, ilu mamy klientów. 70-100 osób kupujących na live, a sprzedaż jest jeszcze po nim, w sklepie czy na Messengerze.

A jak się ubierają klienci e-modo? W co? Kolory?

Paweł: - Najogólniej to w to, co Marta założy. Założy czarne ubranie, to wszyscy czarne, założy zielone, to wszyscy chcą zielone. No i moda wchodzi w grę, kiedyś było wszystko czarne.

Państwo dużo pracują i widzę u was, tak to nazwę, taką pazerność na rodzinny wypoczynek.

Marta: - Raz poszliśmy do pracy o 8 i wyszliśmy o 24.

Paweł: - 12 godzin w normalnym okresie to spokojnie. U nas w sobotę sklep nie musi być otwarty, ale panie przychodzą, bo chcą, mają płatne dodatkowo.

Marta: - Mamy wszystko dopięte logistycznie, z zegarkiem w ręku, bo mamy mało czasu, ale rodzinny czas jest dla nas bardzo ważny – wyjazdy, wycieczki. Jak jest pół godziny wolnego, to pędzimy np. na opalanie. Staramy się być z dziećmi.

Paweł: - Życie ucieka, nie można siedzieć. A praca to pułapka... Praca łatwo może przejść w pracoholizm. A my przecież pracujemy dla siebie, to nasze trzecie dziecko. No i pracujemy nad rozwojem. Jak się nie rozwijamy, to się cofamy. Konkurencja nie czeka...

Marta: - Klienci to widzą, są dumni z naszego rozwoju, przecież zaczynaliśmy od pokoju...

Ciekawa jestem udziału pułtuszczanek w e-modo – znajduję podczas transmisji nazwiska mi znane, wiele ich znajduję.

Dużo jest osób z Pułtuska i okolicy. Nie pamiętam dobrze, ale przez te dwa lata zasięg na Facebooku to prawie 5 milionów. Ale powiem ciekawostkę – nie każdy chce, żeby było widać, że kupuje.

Oj, czy to nie głupie?

Paweł: - Są wśród naszych klientek panie, które mają specjalne konta – nie chcą, żeby mąż widział, ile i co kupują. I o zazdrość chodzi. Jak ktoś kupuje co tydzień po 500 zł, to wywołuje zazdrość znajomych. Różnie wtedy postępujemy, np. dodajemy kartki, że dajemy coś w gratisie. A jak na początku mieliśmy kartony do hod dogów, pasowały do gabarytów B, to klientki mówiły, że fajnie, że nie widać, że to przesyłka z e-modo. Jak ktoś jest już zakupoholikiem, to się ukrywa.

Marta: - Mąż też mnie stopuje. Mówi: „Już miejsca nie ma w twojej szafie".

A co pani ostatnio kupiła?

Tę białą sukienkę, w której jestem.

Paweł: - Raz w tygodniu coś przynosi, to na pewno. A niedługo będzie nowość, nikt takiej nie miał. Powinno być wow!

Jakaś ciekawostka, przepadam za nimi.

Proszę. Mój brat, występując tak gościnnie na naszym live (sam chciał spróbować tego biznesu i zobaczyć, jak to jest), znalazł dziewczynę, z którą jest już chyba ponad półtora roku. Podczas live zaśmiewaliśmy się, że Michał szuka dziewczyny i jedna napisała do niego na priv. I tak można powiedzieć, że w e-modo znajdziesz nie tylko ubranie dla siebie i rodziny, ale czasami i DRUGĄ POŁÓWKĘ.

eprasa.pl 2e37753b41

CZY W CZASIE INFLACJI MOŻNA GOTOWAĆ TANIO I SMACZNIE?

3 przepisy na dania do max 25 zł

Gotowanie w czasie rosnących cen nie należy do zadań łatwych. Chcemy jednocześnie kupować produkty zdrowe i bogate w składniki odżywcze, a przy tym nie nadwyrężać naszego portfela. Jest to jak najbardziej możliwe, jeśli podejdziemy do tematu rozsądnie oraz poznamy kilka zasad oszczędnego gotowania. Oto one.

Od dłuższego czasu Polska jak i cała Europa zmagają się z rosnącą inflacją, która jest wynikiem m.in. trwającej od 2020 roku pandemii koronawirusa oraz wojny na Ukrainie. Rosnące ceny dotyczą wszystkich aspektów naszego życia, w tym najistotniejszego: żywności. Na dzień dzisiejszy wiemy, że do 31 października możemy się cieszyć brakiem podatku VAT na najważniejsze produkty spożywcze. Jednak i bez niego możemy zauważyć znaczące różnice w cenach, porównując je z analogicznym okresem w ubiegłym roku.

Zdrowa dieta w czasie inflacji

Pomimo skoku cen, nadal pragniemy jeść zdrowo i smacznie, chociaż zauważamy, iż jest to utrudnione zadanie. Wielu Polaków nie może sobie pozwolić na niektóre produkty, ponieważ stały się one dobrem luksusowym. A inflacja według prognoz niestety nadal będzie rosła. Jak poradzić sobie zatem z rosnącymi cenami żywności? Ograniczyć jedzenie? A może odmawiać sobie przyjemności? Absolutnie nie! Spożywanie zdrowych i bogatych w witaminy posiłków jest obowiązkowe. Tylko w ten sposób nasz organizm będzie prawidłowo funkcjonował. Na przykład dieta bogata w białko, zawarte m.in. w serach, jest niezwykle ważna. – *100 g sera żółtego może zawierać nawet 25 g białka, które pozytywnie wpływa na układ krążenia, ma właściwości przeciwzapalne, chroniąc nas przed różnymi, przewlekłymi chorobami, jak również wzmacnia nasz układ odpornościowy.* – tłumaczy **Ewa Polińska**, ekspertka MSM Mońki.

Tanie i zdrowe przepisy

Bez względu na ceny artykułów spożywczych, w naszej codziennej diecie nie powinno zabraknąć odpowiednich składników, opartych o piramidę żywienia. To dzięki odpowiednio zbilansowanej diecie mamy energię każdego dnia oraz chronimy nasz organizm przed wieloma chorobami. Warto pamiętać nie tylko o obowiązkowych pozycjach na talerzu, jakimi są owoce oraz warzywach, ale również o nabiale, który ma ogromny wpływ na nasze samopoczucie.

Sery to bogate źródło witamin oraz pożytecznych bakterii. Z tego powodu, mimo rosnącej inflacji, nie należy ich wykluczać z codziennych posiłków. Co więcej, mamy w sklepach dostępnych wiele różnych rodzajów serów, które świetnie nadadzą się do przygotowania niedrogich, a jednocześnie zdrowych posiłków. – *Sery żółte są pożywne i dostarczają nam niezbędnych tłuszczy. Dodatkowo świetnie komponują się z sezonowymi owocami oraz warzywami, tworząc niebanalne połączenia smakowe.* – zauważa Ewa Polińska z MSM Mońki.

Połączenie serów ze szparagami, słodkimi pomidorami czy melonami, tworzy smaczną kompozycję i zdrową dla naszego organizmu. Jedną z propozycji na lato jest przepis na makaron z bobem. – *Sezonowe warzywa to bogactwo witamin i minerałów. Korzystajmy z nich tak dużo i długo, jak to tylko możliwe. Bób oprócz tego, że jest źródłem sporej ilości błonnika, potasu, wapnia czy magnezu, jest też świetnym źródłem białka roślinnego. W 100 g bobu znajdziemy 8 g białka, 8 g błonnika i zaledwie 88 kcal. Fasolka szparagowa natomiast, w 100 g ma zaledwie 31 kcal, więc jest świetnym dodatkiem do wszystkich dań, zwłaszcza w diecie odchudzającej. Ponadto jest bardzo dobrym źródłem witaminy C, wapnia i magnezu. Korzystajmy z nich tak często, jak to tylko możliwe, zwłaszcza w sezonie* – radzi Roksana Środa, dietetyk kliniczny i założycielka platformy MajAcademy.

Jak oszczędnie gotować?

Oszczędne i zdrowe gotowanie w czasach inflacji jest jak najbardziej możliwe. Wystarczy zmienić swoje przyzwyczajenia. Jedną z najważniejszych zasad jest kupowanie produktów sezonowych, które nie tylko wtedy są najtańsze, ale również najbardziej bogate w witaminy, a ich smak dopełni niejedną potrawę. Warto także zaopatrywać się w produkty sycące, typu kasze czy ryż, które w połączeniu z warzywami i serami uczynią je pełnowartościowymi posiłkami.

Szczególnie istotne jest również niemarnowanie jedzenia. Należy kupować jedynie tyle, ile potrzebujemy, pamiętając, że owoce i warzywa, które zbyt długo zalegają w lodówce czy spiżarni, wyrzucamy często do kosza – marnując tym samym nie tylko pieniądze, ale także wartościowe produkty. Pomocny będzie planner żywieniowy albo chociażby prosta zasada niechodzenia na zakupy, gdy jest się głodnym, bowiem kupujemy wtedy więcej, niż faktycznie potrzebujemy.

Makaron z bobem

Składniki:

- 60 g makaronu z pszenicy durum
- 50 g szynki parmeńskiej
- 85 g bobu
- 85 g fasolki szparagowej
- 5 g masła klarowanego
- 5 g oliwy z oliwek/oleju
- koperek, czosnek, sól, pieprz
- 5 g sera żółtego

Wykonanie:

Makaron ugotuj zgodnie z instrukcją na opakowaniu. Bób ugotuj i obierz ze skórki. Fasolkę również ugotuj. Na maśle z oliwą podsmaż czosnek, po chwili wrzuć warzywa, szynkę i ugotowany wcześniej makaron. Całość posyp koperkiem, przypraw do smaku i dokładnie wymieszaj.

Letnia sałatka z żółtym serem

Składniki:

- 5 pomidorków koktajlowych
- 7 liści młodej sałaty karbowanej (np. typu lollo bianco)
- 100 g sera Gouda w bloku
- łyżka oliwy z oliwek
- pęczek młodego szczypiorku
- świeżo mielony czarny pieprz, sól

Wykonanie:

Wszystkie warzywa dokładnie umyj i osuszy. Pomidorki przekrój na pół, szczypiorek posiekaj w drobne kilkumilimetrowe paseczki, natomiast ser pokrój w małe, równe kostki. Średniej wielkości miskę wyłóż liśćmi sałaty, dodaj pomidory oraz ser. Całość przypraw według uznania i lekko wymieszaj od spodu. Na koniec posyp świeżym szczypiorkiem oraz przed podaniem skrop oliwą z oliwek. Sałatkę można wzbogacić ulubionym dressingiem.

Zapiekanka z młodych ziemniaków i cukinii z serem Aldamer

Składniki:

- ok. 1 kg młodych ziemniaków
- 1 młoda cukinia
- 0,5 l słodkiej śmietanki 18%
- 2 żółtka
- 2 ząbki czosnku
- 100 g sera Aldamer
- 100 g wędzonego boczku
- 2-3 gałązki świeżego rozmarynu
- sól i pieprz do smaku

Wykonanie:

Do słoika wlej śmietankę, dodaj żółtka, rozdrobniony czosnek, sól i pieprz do smaku. Zakręć słoik, dokładnie zmieszaj składniki, energicznie potrząsając. Następnie przelej do żaroodpornego naczynia i posyp startym serem. Ziemniaki obierz, umyj i ugotuj na półtwardo w osolonej wodzie. Odcedź, wystudź, pokrój w plastry i ułóż na zakładkę w naczyniu żaroodpornym na śmietanie posypanej serem, na przemian z plasterkami cukinii. Całość posyp drobno pokrojonym boczkiem. Piecz w piekarniku rozgrzanym do 180°C przez około 40 minut. Gotową zapiekankę posyp igiełkami świeżego rozmarynu.

SMACZNEGO!

eprasa.pl 2e37753b41

AKADEMIA FINANSÓW I BIZNESU VISTULA

STUDIA GLOBALNYCH MOŻLIWOŚCI

Akademia im. Aleksandra Gieysztora w Pułtusku

Filia Akademii Finansów i Biznesu Vistula

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

SKORZYSTAJ Z PROMOCJI 3x0 ZŁ*

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

APLIKUJ

vistula.edu.pl/pultusk

KIERUNKI STUDIÓW:

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

*Promocja obowiązuje do 21.08.2022 r. Regulamin dostępny w Dziale Rekrutacji oraz na vistula.edu.pl

INFORMACJE I ZAPISY:

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

OGŁOSZENIE

PKPCARGO Service

Kolej na przyszłość!

Zdobądź nowy zawód w branży kolejowej – brak ograniczeń wiekowych

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

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

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

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

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

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

NASZE WILKOWYJE

Powstanie

A więc znowu Powstanie – powiedział Jaycz i klepnął na ławkę z ciężkim westchnieniem. Nareszcie! – wykrzyknął Hadziuk co władzy szczególnie nie lubi. Zbuntowali my się? – zapytałem niedowierzająco. Rocznica Powstania Warszawskiego – powiedział Japycz wbijając w nas wzrok bazyliszka - 14 lat miałem jak do niego poszedłem.

Jak to?! – zapytał Solejuk - przecie to kawał drogi. Japycz zaczął opowiadać: Tatuńcio był w partyzantce, a po śmierci matuli my przy nim. Chrustu nazbierać, wałówkę ze wsi przynieść, czasem jaką wiadomość zanieść. Takie to było wojowanie. Mówił, że my za młodzi na walkę, ale widocznie na umieranie za młodzi nie byli, skoro z niejednej obławy cudem my uszli, ruskiej i niemieckiej, bo jedni i drudzy nas tropili, tylko że na zmianę. Gdzieś na wiosnę zdobyli my sporo broni, bo się pociąg wykoleił i wagon z karabinami jebnął się z nasypu do rzeki. Rzeka tam zdradliwa, ale nie dla nas. Brat mój, choć najmłodszy, najlepiej nurkował i spory zapas uzbierał. No to pojechał transport do Puszczy Kampinowskiej, gdzie nasz kuzyn wojował, a ja z nim, z listami. Ale na miejscu powiedziałem, że mam 16 lat, a że strzelać najlepiej umiałem ze wszystkich, to jak oddział szedł do Warszawy, mnie też wzięli.

To ja nie wiedziałem, żeś ty powstaniec, Japycz – Solejuk buchnął na klęczki przed zawstydzonym Japyczem. Słuchaj dalej – mówi Japycz – tylko nie na klęczkach, bo nic nie powiem. Certolił się Solejuk chwilę, ale ciekawość zwyciężyła. Kolejkę piwa postawił, byle tylko Japycz opowiadał. A on i owszem, opowiadał. Łatwo nie było – mówi – bo już Niemce kordonem miasto otaczali. Ale dowódcę my mieli prima sort, więc nikt nie zginął, paru tylko draśniętych. Na Żoliborz my się przedarli. Umundurowani, uzbrojeni, jeszcze z zapasami jedzenia. Ludzie myśleli, że to odsiecz, a komendant nasz dumny na spotkanie z Żywicielem poszedł.

Głodny był? – zapytał Solejuk. Cicho głupi – wyrwało mi się – to przecież dowódca taki był, pseudonim Zywiciel. A! – załapał Solejuk i do Japycza się zwrócił – ordery wam dali, nie? Japycz siedział zasępiony czeguś dłuższą chwilę, a potem splunął pod nogi, co to było dwa razy, pierwszy i ostatni, jakeśmy go takiego widzieli i mówi krótko: Nie. Broń zabrali, amunicję zabrali, a nam kazali do lasu wracać, że miejsca dla nas nie ma. Komendant nasz wyglądał jakby go apopleksja strzeliła, ale rozkaz był, więc przebijali my się z powrotem, ino że bez broni, w rozproszeniu i nie wszyscy do lasu wrócili. Ot, jaki ze mnie powstaniec. Do ojca mnie odesłali, tam Niemce nas ogarnęli, tatuńcia zabili, a mnie na roboty wysłali. Tylko brat mój do rzeki skoczył i długo nie wypływał, a oni do niego z góry szyli, więc nie wiedziałem nawet czy przeżył.

Skurwysyństwo nawet po latach boli, więc nie dziwota, że na każdą rocznicę Japycz choruje. Cisza była nie do zniesienia. Solejuk jak zawsze pierwszy nie wytrzymał: A do cholery z takim Powstaniem, niechby w ogóle nie wybuchło.

Japycz jeszcze raz ciężko westchnął i mówił tak cicho, żeśmy się nachylić musieli: Najgorsze to wspomnienie moje, ale Powstanie wybuchnąć musiało. Nie szkoli się latami młodych ludzi do walki, żeby potem im kazać do niewoli iść bez oporu. To jakby Zelenski Kijów teraz oddał, bo inaczej wielu młodych zginie. Nie każdą walkę można wygrać i z tym trzeba się liczyć, ino że mogli lepiej się przygotować, lepiej dowodzić, chciejstwa mniej w planowaniu, no ale to już inna historia. Nam cześć im trzeba oddać, bo dzięki nim wolni jesteśmy.

Chwała bohaterom! – wyrwało mi się jakoś i od razu się zawstydziłem, ale cała ławeczka odpowiedziała głośnym: Bohaterom chwała!

Pietrek

Co piąty Polak wykazuje objawy depresji

Łagodne objawy depresji wykazuje 14,2 proc., umiarkowane 4,3 proc., nasilone 2,2 proc., a wyraźnie silne objawy 0,7 proc. Polaków – wynika z najnowszych badań CBOS. Kobiety częściej niż mężczyźni wykazują objawy wskazujące na depresję

Badanie przeprowadzono między 30 maja a 9 czerwca 2022 roku na reprezentatywnej imiennej próbie pełnoletnich mieszkańców Polski, wylosowanej z rejestru PESEL na zlecenie dr. Piotra Toczyskiego, kierownika Zakładu Socjologii Mediów i Komunikacji Społecznej Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, krajowego konsultanta metody EAAD-Best.eu w Polsce i ogólnoeuropejskiego konsultanta części cyfrowej metody - iFightDepression.

Respondenci w badaniu odpowiadali na osiem pytań z PHQ-9, czyli Kwestionariusza Zdrowia Pacjenta.

Jak podkreślił w rozmowie z PAP Nauka w Polsce dr Piotr Toczyski, kwestionariusz jest bardziej wnikliwy niż samo pytanie o to, czy badani doświadczyli depresji. „Kwestionariusz dotyka uznanych objawów depresji, z którymi naprawdę trzeba pracować w leczeniu depresji. Z każdym z tych objawów pracuje się z osobna, a jeśli człowiek, któregoś z objawów nie przejawia, to i tak się je monitoruje" - zaznaczył Toczyski.

Z badania wynika, że objawy depresji wykazuje ponad 20 proc. respondentów, przy czym łagodne objawy depresji wykazuje 14,2 proc., umiarkowane - 4,3 proc., nasilone - 2,2 proc., a wyraźnie silne objawy - 0,7 proc. ankietowanych.

W ścisłym sensie, jeżeli przez połowę dni wystąpiły cztery z ośmiu objawów z kwestionariusza PHQ8 przez większość czasu w ciągu dwóch tygodni przed badaniem, to wtedy mówimy o depresji. „Ten wskaźnik najczęściej wynosi poniżej 10 proc. " - tłumaczy dr Piotr Toczyski.

Natomiast w interpretacji wyników wzięto pod uwagę, zgodnie ze standardem bezpłatnego narzędzia iFightDepression, że jeżeli badani wykazywali nawet lekkie objawy depresyjne, a więc występowały one co najmniej przez kilka dni, a nie przez dwa tygodnie, powyżej połowy tego czasu, to badany może cierpieć na zaburzenia depresyjne. „Dlatego ten wskaźnik wynosi około 20 proc." - zaznaczył Toczyski. „Warto wówczas skonsultować się z lekarzem lub specjalistą chorób psychicznych psychiatrą lub neurologiem i porozmawiać o swoich objawach, tak aby lekarz przeprowadził diagnozę kliniczną" - dodał.

„Depresja ma to do siebie, że epizody depresyjne najczęściej przechodzą same, ale trwają długo, więc dlaczego ktoś ma się męczyć kilka miesięcy, jeśli mógłby wcześniej rozpocząć psychoterapię albo szybciej wykonywać ćwiczenia np. wglądu w siebie, przyglądania się sobie, temu jak śpi, jak je, jak u niego z ruchem, z aktywnością fizyczną, z kontaktami społecznymi, z energią, ze zmęczeniem" - wymienia krajowy konsultant metody EAAD-best.

I dodaje, że nie można mówić o drastycznym przyroście depresji, natomiast „są takie badania, które twierdzą, że jeszcze więcej niż co piąty obywatel doświadcza depresji - w tej łagodniejszej wersji, gdzie przez kilka dni utrzymują się objawy". „Wyniki bywają różne, na przykład w tym roku ktoś w Polsce przeprowadził ankietę internetową, która ujawniła wskaźnik depresji na poziomie 60 proc. Jednak w ankietach internetowych mamy kłopot, bo nie wiadomo, jaką populację reprezentuje zrealizowana próba. Nie ma operatu losowania. Dlatego domyślam się, że z jakiegoś powodu ta ankieta przyciągnęła osoby, które prezentowały inne właściwości w chwili wypełniania ankiety niż osoby w badaniach prowadzonych na próbach losowych ogólnopolskich i dzięki temu reprezentatywnych" - tłumaczy Toczyski. „Nie umniejsza to zalet badań nierepresentatywnych, wciąż można na tak zebranych danych przeprowadzić ciekawe analizy zależności między zmiennymi" - dodaje.

„Ponieważ prowadzę badanie w działaniu i oddziałuję na rzeczywistość społeczną po to, żeby zachęcić Polaków i Polki do badania się kwestionariuszem przesiewowym depresji, chętnie opowiadam o wynikach mojego badania jako o rankingu potencjalnych objawów depresji" - mówi dr Piotr Toczyski. „Zwiększanie naszej świadomości dotyczącej depresji, jej objawów i właściwego podstępowania, gdy rozpoznamy je u siebie lub bliskich, jest bardzo ważne, bo może uratować życie" - dodaje.

Z rankingu potencjalnych objawów depresji doświadczanych co najmniej przez kilka dni przez respondentów wynika, że na pierwszym miejscu jest zmęczenie: doświadcza go prawie połowa Polaków (48,6 proc.). Co trzeci respondent doświadcza kłopotów ze snem (34,7 proc.), następne jest przygnębienie (28,7 proc.) i niewielkie zainteresowanie (23,9 proc.). U 19 proc. respondentów pojawiają się problemy z koncentracją, a u 16,3 proc. niezadowolenie z siebie.

Problemy z apetytem zadeklarowało 12,2 proc. respondentów. Na spowolnienie lub przyspieszenie ruchów wskazało 10,9 proc. badanych.

„Można powiedzieć, że respondenci nieczęsto przejawiali zmianę ruchliwości, czyli spowolnienie lub przyspieszenie ruchów oraz problemy z apetytem. Wykazał je mniej więcej co dziesiąty respondent" - informuje badacz. „Podobnie jak w innych badaniach na temat depresji, to kobiety częściej wykazują w deklaracjach wspomniane objawy" - zauważa.

„Mówiąc, że co piąty Polak wykazuje objawy depresji, mamy więc po uszczegółowieniu obraz, w którym to 18 proc. Polaków i 28 proc. Polek wykazuje występowanie jakiegoś zestawu objawów. Dlatego ważne jest także sięganie po inne metody diagnozowania depresji, już pod okiem specjalistów zdrowia psychicznego. Może ona się bowiem inaczej przejawiać u mężczyzn, na przykład być zamaskowana. Coraz więcej mówi się o maskach depresji" - dodaje ekspert.

Badanie jest jednym z elementów większego przedsięwzięcia badawczego dr Piotra Toczyskiego realizowanego pod hasłem „Izolacja społeczna w czasie epidemii a wycofanie projekcji na temat Internetu", które w Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej realizuje na styku konsorcjów World Internet Project i EAAD-Best.eu.

Ze względu na wcześniejsze badania, dr. Piotra Toczyskiego interesuje zwłaszcza grupa internautów. Tym razem zadał sobie pytanie, czy to internauci (Internet users), czy nieinternauci (Internet non-users) przejawiają więcej niektórych z ośmiu podwskaźników Kwestionariusza Zdrowia Pacjenta PHQ-9.

„Jeszcze w 2009 roku ledwie połowa mieszkańców Polski była internautami, a dziś z internetu korzystają trzy czwarte społeczeństwa. Tak więc nie są to grupy równoliczne, co nieco osłabia elegancję takich porównań. Jednak gdybyśmy chcieli postawić obok siebie przeciętnego internautę i nieinternautę, to okazałoby się, że pod względem deklarowanych ośmiu potencjalnych objawów depresji internauci są mniej zmęczeni (53 proc.) niż nieinternauci (43 proc.) oraz, że nie deklarują przyspieszenia lub spowolnienia ruchów (91 proc. internautów wobec 83 proc. nieinternautów)" - wymienia ekspert. „Do pewnego stopnia wiąże się to po prostu z wiekiem, bowiem nieinternauci to niekiedy starsze osoby pozostające poza nową technologią" – tłumaczy.

Z kolei niewielkie zainteresowanie wykonywanymi czynnościami lub odczuwanie niewielkiej przyjemności z ich wykonywania dotyczy 27 proc. internautów i 18 proc. nieinternautów. „Portret internauty i portret nieinternauty różni się pod względem szczegółów kwestionariusza przesiewowego depresji. Natomiast, co ciekawe - sam ogólny wskaźnik depresji jest u internautów zbliżony do nieinternautów, bo przy trzech punktach procentowych i próbie tysiąca osób nie można z przekonaniem mówić o różnicy" - komentuje ekspert.

„Planujemy co parę miesięcy monitorować tą metodą barometr depresji po to, żeby mówić o tym, uwrażliwiać społeczeństwo" - zapowiada badacz. Jak zaznacza, badania depresji w Polsce wyglądały do tej pory w ten sposób, że respondenci byli pytani o to, czy mają wrażenie, że cierpią na depresję. „To jest metoda mało przekonująca, bo słowo depresja w naszej codzienności jest nadużywane, mówi się: +mam taki depresyjny dzień+. A depresja jest chorobą, którą trzeba leczyć" - zaznacza krajowy konsultant metody EAAD. „Ludzie uczą się tego poprzez to badanie, żeby monitorować sobie te osiem parametrów życia" - dodaje.

Test na depresję można zrobić bezpłatnie na ogólnoeuropejskiej stronie iFightDepression https://ifightdepression.com/pl/autotest należącej do katalogu Best Practice Komisji Europejskiej i WHO. Tam padają pytania o dokładnie te same objawy, które były badane przez ankieterów CBOS.

„To główna strona do wykonywania testu PHQ-9 i można go wykonać w języku ojczystym lub namówić znajomego, by sobie wypełnił np. w innym języku. Warto wypełniać ten test regularnie i przyglądać się swoim objawom" - zachęca krajowy konsultant metody EAAD- best.

W ramach bezpłatnego, klinicznie zbadanego narzędzia iFightDepression będzie można również korzystać z warsztatów po to, aby w poznawczo-bahwioralny sposób uczyć się pracować z ośmioma objawami depresji, które odpowiadają ośmiu wymiarom życia.(PAP)

Nauka w Polsce

eprasa.pl 2e37753b41

O co chodzi w polityce ograniczania szkód zdrowotnych związanych z paleniem

Nie milkną echa dziewiątej edycji Global Forum on Nicotine (Światowego Forum Nikotynowego), które odbyło się w połowie czerwca w Warszawie. W opublikowanym 20 lipca artykule w hiszpańskim dzienniku *La Razon* pojawiły się wypowiedzi niektórych ekspertów – uczestników GFN na temat polityki redukcji szkód, wywołanych paleniem papierosów. Wniosek jest jeden: należy na poziomie rządowym uregulować politykę redukcji szkód. Kierunek, prowadzący do bezwzględnego zakazu sprzedaży wyrobów tytoniowych jest błędny.

Hiszpańscy dziennikarze przepytali wielu ekspertów na temat podejścia do polityki redukcji szkód. Według Michelle Manton z think-tanku Competitive Enterprise Institute, zakaz sprzedaży wyrobów tytoniowych nie jest właściwą drogą - zamiast tego Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) i rządy powinny zachęcać koncerny tytoniowe do sprzedaży mniej szkodliwych produktów oraz inwestycji w innowacje i badania. Wtórował jej Peter Hajek, specjalista ds. uzależnienia od tytoniu na Queen Mary University of London, który podkreśla, że e-papierosy i produkty o obniżonym ryzyku mają „niewielki potencjał, aby kogokolwiek uzależnić i nazwał „absurdem" zrównanie e-papierosów z tradycyjnymi papierosami. Na zakończenie stwierdził, że decyzje niektórych rządów o niewspieraniu redukcji szkód tytoniowych są oparte na „ideologii", a nie nauce. Sprawa jest bowiem prosta – większość palaczy nie przestanie palić trującego tytoniu z dnia na dzień, a istnieją mniej szkodliwe, bezdymne alternatywy (nawet o 90-95 proc.), które mogą być dla palaczy swoistym przejściem od nałogu palenia do pełnego rzucenia używek.

Czerwcowe GFN poświęcone było nikotynie i jej przyszłości, a także politykom zdrowotnym państw uwzględniającym redukcję szkód zdrowotnych związanych z paleniem tytoniu. W tym roku myślą przewodnią wydarzenia było właśnie ograniczenie szkód zdrowotnych.

Poszczególne rządy postawiły na wdrożenie tej strategii, polegającej na rekomendowaniu pacjentom, którzy nie są w stanie porzucić nałogu – potencjalnie mniej szkodliwych alternatyw, takich jak np. e-papierosy. Robią to rządy Wielkiej Brytanii, Nowej Zelandii, Kanady, czy Japonii. Z kolei nowozelandzkie ministerstwo zdrowia stwierdziło w swoim komunikacie, że „poprzez lepszą regulację prawną i dostęp do publicznej informacji, jest okazja do wspierania palaczy, by przerzucili się na mniej szkodliwe alternatywy, znacząco ograniczając ryzyko dla zdrowia ich i najbliższych". Wśród tych mniej szkodliwych alternatyw są i inne, prócz e-papierosów kategorie wyrobów, takie jak podgrzewacze tytoniu oraz doustne saszetki nikotynowe. Trzeba jednak zwracać szczególną uwagę na to, po jakie zamienniki wyrobów tradycyjnych oraz po jakie nikotynowe produkty alternatywne sięgamy, w szczególności na to, czy są one poddawane regularnym badaniom i testom, jak na przykład podgrzewacz tytoniu glo hyper, na którym przeprowadzono m.in. 44 testy behawioralne, 164 analizy chemiczne, 46 badań klinicznych i 75 testów określających wpływ na komórki organizmu.

eprasa.pl 2e37753b41

LAS ODKRYWCÓW

Z TYM KUPONEM OTRZYMASZ
15% RABATU NA BILET.
OKAŻ WYCIĘTY KUPON W KASIE PARKU.

Jarmark Mazowiecki 1/2022

NOWY RODZINNY
PARK TEMATYCZNY

TYLKO 80 MIN OD WARSZAWY

Nauka i zabawa w naturze
Pełnia sensorycznych przygód
Polana zabaw wodnych
Atrakcyjna strefa gastronomiczna

lasodkrywcow.pl | Ułęż 215E, 08-504 Ułęż

eprasa.pl 2e37753b41

TY TEŻ MOŻESZ BYĆ RODZINĄ ZASTĘPCZĄ

Zostań zawodowym opiekunem dzieci, które los pozbawił możliwości wychowywania się w domu rodzinnym.
Wystarczy, że zgłosisz się do Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Legionowie i skorzystasz z kursu przygotowującego do pełnienia roli rodzica zastępczego. Jeśli zakwalifikujesz się, będziesz mógł stworzyć dom dla kilkorga dzieci.

W zależności od liczby dzieci przebywających pod Twoją opieką oferujemy Ci:
- wieloletnią umowę cywilną,
- wynagrodzenie i inne świadczenia,
- osobę do pomocy,
- częściowy zwrot kosztów za utrzymanie lokalu,
- szkolenia i grupę wsparcia,
- pomoc psychologiczną i prawną,
- opiekę koordynatora pieczy zastępczej lub pracownika socjalnego.

Kogo szukamy?
Par lub singli, którzy:
- posiadają pełnię władzy rodzicielskiej,
- posiadają pełną zdolność do czynności prawnych,
- mają stan zdrowia pozwalający na objęcie dzieci opieką i wychowaniem,
- zapewnią odpowiednie warunki umożliwiające dziecku zaspokajanie jego indywidualnych potrzeb.

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Legionowie od poniedziałku do piątku, w godz. 8.30-15.00
pod nr. tel. 22 764 01 40 lub mailem: sekretariat@pcpr.legionowski.pl
Liczba miejsc ograniczona.

PCPR POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE
POWIAT LEGIONOWSKI

środa 10 sierpnia

TVP 1
05:10 **Przysięga** - serial obyczajowy
06:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej**
07:30 **Rodzinny ekspres**
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:40 **Ranczo** - serial
09:40 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:35 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:30 **Leśniczówka** - serial obyczajowy
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:40 **Rok w ogrodzie Extra** - magazyn
12:55 **Natura w Jedynce** - Największe cuda natury - Wybrzeża

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
15:00 **Wiadomości**
15:15 **Alarm!** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka**
16:05 **Przysięga** - serial
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?**
17:55 **Wojenne dziewczyny** - serial
18:55 **Jeden z dziesięciu**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:30 **Leśniczówka** - serial
21:05 **Bolivar** - serial
22:00 **Ekstradycja** - serial kryminalny
23:10 **Ukraińcy** - serial
00:05 **Luna** - film fabularny
01:45 **Opór** - dramat
04:10 **Wojsko - polskie.pl**

TVP 2
05:00 **Na sygnale** - serial
05:30 **M jak miłość** - serial
06:25 **Pożyteczni.pl**
06:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
07:30 **Pytanie na śniadanie**
10:35 **Panorama**
10:45 **Pytanie na śniadanie**
11:15 **Złotopolscy** - telenowela
11:50 **Złotopolscy** - telenowela
12:30 **Koło fortuny**
13:15 **Zranione ptaki**
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
15:10 **Wydział kryminalny Kitzbühel** - serial
16:00 **Koło fortuny**
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:15 **Zakazany owoc**
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej
18:45 **Zranione ptaki** - serial
19:35 **Barwy szczęścia**

KOMEDIODRAMAT

20:10 **Pułkownik Kwiatkowski** - komediodramat
22:30 **Lekarka z rajskiej wyspy. Tajemnica** - film obyczajowy
00:15 **Medyceusze Wspaniali** - serial
01:25 **Zaufać Światowej Organizacji Zdrowia** - film dokumentalny, prod. Niemcy, 2018, reż. Lilian Franck
02:35 **Antybiotyko oporność: globalne zagrożenie** - film dokumentalny, prod. Niemcy, 2019, reż. Michael Wech
03:50 **Archiwista** - serial
04:40 **Zakończenie**

TVN
06:05 **Uwaga!**
06:20 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
06:50 **Milionerzy**
07:20 **Bunt** - serial, Polska
07:55 **Tajemnice miłości**
09:00 **Ten moment**
09:35 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
10:40 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:40 **Doradca smaku**
11:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12:55 **Tajemnice miłości**
14:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
16:10 **Ten moment**
16:45 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 **Ukryta prawda**
19:00 **Fakty**
19:55 **Uwaga!**
20:10 **Doradca smaku**

SERIAL OBYCZAJOWY

20:15 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
20:55 **Milionerzy**
21:35 **Frantic** - film sensacyjny, USA, Francja, 1988, reż. Roman Polański, wyk. Harrison Ford, Emmanuelle Seigner, Betty Buckley, Alexandra Stewart
00:00 **Sahara** - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, Hiszpania, Niemcy, 2005, reż. Breck Eisner, wyk. Matthew McConaughey, Steve Zahn, William H. Macy, Lambert Wilson, Lennie James, Delroy Lindo, Daniel Lobe
02:40 **Wewnętrzny wróg**
03:45 **Uwaga!**

POLSAT
06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:40 **Malanowski i Partnerzy** - serial kryminalny prod. Polska
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:20 **Interwencja**
13:40 **Trudne sprawy**
14:40 **Dlaczego ja?**
15:50 **Wydarzenia**
16:10 **Pogoda**
16:15 **Interwencja**
16:40 **Gliniarze**
17:40 **Sekrety rodziny**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:00 **Studio przed meczem Super Puchar UEFA**
20:50 **Super Puchar UEFA Real Madryt vs. Eintracht Frankfurt**

FILM SENSACYJNY

23:30 **Łatwa dziewczyna** - komedia, USA, 2010 Znakomita komedia młodzieżowa ze świetną rolą Emmy Stone. Jak większość nastolatek Olive Penderghast chce być popularna. Chce tak bardzo, że na pytanie koleżanki jak spędziła weekend, naprędce wymyśla ekscytującą i mocno pikantną historyjkę o upojnej nocy z przystojnym studentem.
01:15 **Dzień Niepodległości. Odrodzenie**
03:55 **Świat według Kiepskich**
04:40 **Disco Gramy** - program rozrywkowy
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura
07:00 **Teledyski**
07:45 **Informacje kulturalne**
08:15 **Trzeci punkt widzenia** - program publicystyczny
08:55 **Wichry Kołymy** - dramat, prod. Niemcy, Polska, 2009, reż. Marleen Gorris, wyk. Emily Watson, Ulrich Tukur
11:00 **Polskie drogi** - serial
12:35 **Mecz** - film krótkometrażowy, prod. Finlandia, 2018, reż. Pia Andell, wyk. Nina Hukkinen, Milka Ahlroth
12:55 **Casting** - dramat, reż. Katarzyna Iskra, wyk. Marta Mazurek, Katarzyna Herman, Julian Świeżewski
13:30 **Wędrujące książki. Stany Zjednoczone**
14:00 **Wędrujące książki. Włochy** - serial
14:45 **Solan i Ludwik - misja Księżyc**

FILM FABULARNY

16:20 **Falstaff** - film fabularny, prod. Szwajcaria
18:30 **Informacje kulturalne**
18:50 **Serialowa nostalgia** - Trzy Szalone Zera
20:00 **W trzy miesiące dookoła świata - Podróż na sto stóp** - komedia
22:10 **Więcej niż fikcja** - Moje pokolenie
23:50 **Lekkie obyczaje** - Frances Ha - film fabularny
01:25 **Scena Klasyczna** - Krzysztof Książek
02:20 **Kino nocne - Hi way** - komedia
04:00 **Pokój saren** - film
05:45 **Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl**
05:50 **Zakończenie**

TV Puls
06:00 **Kobra - oddział specjalny**
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
11:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
12:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
13:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
14:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
15:00 **Prawdziwe motywy** - serial kryminalny Kryminalny serial paradokumentalny opowiada o skomplikowanych relacjach międzyludzkich - rodzinnych, przyjacielskich i partnerskich, w których targani emocjami bohaterowie dopuszczają się różnych przestępstw.

SERIAL OBYCZAJOWY

16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska
17:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
20:00 **Trzynasty wojownik**
22:00 **Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 2**
00:30 **Ostatni legion**
02:35 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
03:45 **Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat** - program informacyjny
04:35 **Z archiwum policji** - serial dokumentalny
05:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy

TVN 7
05:20 **Szpital** - program obyczajowy
06:20 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:25 **Idealna niania** - program obyczajowy
08:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:10 **Sprzątaczki** - program obyczajowy
11:55 **Szpital** - program obyczajowy
12:55 **SOS Ekipy w akcji**
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14:55 **Zagadki losu**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **SOS Ekipy w akcji**
18:00 **Zagadki losu**
19:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
20:00 **Wojna Charliego Wilsona** - film obyczajowy, USA

FILM WOJENNY

22:15 **Żółtodzioby** - film wojenny, USA, 2017, reż. Alexandre Moors, wyk. Jennifer Aniston, Alden Ehrenreich, Toni Collette, Tye Sheridan, Jack Huston, Mikey Collins
00:10 **Aż po grób** - film obyczajowy, USA, Niemcy, Polska, 2009, reż. Aaron Schneider, wyk. Robert Duvall, Bill Murray, Sissy Spacek, Lucas Black, Gerald McRaney, Bill Cobbs
02:20 **Druga strona medalu** - talk show prod. Polska
03:00 **Noc magii** - program ezoteryczny prod. Polska

TV 4
06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **12:45** Gwiazdy Kabaretu **12:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Wielka Ucieczka Grupa więźniów organizuje ucieczkę z obozu dla alianckich jeńców wojennych.
22:00 Egzorcysta: Początek Lankester Merrin, odkąd po tragicznych doświadczeniach wojennych stracił wiarę i odszedł z kapłaństwa, jest archeologiem. Namówiony przez pewnego kolekcjonera, poszukującego figurki sumeryjskiego demona.

TV Trwam
11:40 Prosto o gospodarce **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz - 10 przykazań **13:15** Muzyczne chwile **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc **14:30** Jezusie, ulituj się nad nami! **14:55** Bądź wielki przed Bogiem **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Na zdrowie **16:30** Wyszyński - historia **17:00** Ku pokrzepieniu powstańczych serc. Historia Obrazu Matka Boska AK **17:40** Robi **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:00** Msza Święta w intencji Ofiar katastrofy smoleńskiej i ojczyzny **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski

eprasa.pl 2e37753b41

czwartek 11 sierpnia

TVP 1

05:10 Przysięga - serial obyczajowy
06:05 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej
07:30 Program katolicki
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:35 Ranczo - serial obyczajowy
09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny
10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 Natura w Jedynce - Kraina Dalekiej Północy - ddc. 1 Dzień polarny

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
15:00 Wiadomości
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Przysięga - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia?
17:55 Wojenne dziewczyny
18:50 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:30 Leśniczówka - serial
21:05 Bolivar - serial
21:55 Sprawa dla reportera
22:55 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn
23:35 Magazyn kryminalny 997 - magazyn
00:30 Ku nowym brzegom - film obyczajowy

TVP 2

05:00 Na sygnale - serial
05:30 M jak miłość - serial
06:25 Smaki świata
06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Dzieło Wielkiego Miłosierdzia - reportaż
11:50 Złotopolscy
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial
16:00 Koło fortuny
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Zranione ptaki - serial
19:35 Barwy szczęścia - serial

DRAMAT

20:10 Zostań, jeśli kochasz - dramat, prod. USA, 2014, reż. R.J. Cutler, wyk. Chloe Grace Moretz, Jamie Blackley, Mireille Enos, Joshua Leonard
22:10 Z podniesionym czołem 2: Odwet - film akcji, prod. USA, 2007, reż. Tripp Reed
23:55 Pojedynek na pustyni - thriller, prod. USA
01:40 Randka w ciemno - komedia
03:25 Gomorra - serial obyczajowy
04:55 Zakończenie

TVN

06:05 Uwaga!
06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
06:50 Milionerzy
07:20 Bunt - serial, Polska
07:55 Tajemnice miłości
09:00 Ten moment - program
09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
10:40 Ukryta prawda
11:40 Doradca smaku
11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:55 Tajemnice miłości
14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:10 Ten moment
16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
19:00 Fakty
19:55 Uwaga!
20:10 Doradca smaku

SERIAL OBYCZAJOWY

20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
20:55 Milionerzy
21:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
22:45 Sztuka zrywania - film komedia, USA, 2006, reż. Peyton Reed, wyk. Jennifer Aniston, Vince Vaughn, Joey Lauren Adams, Cole Hauser, Jon Favreau
00:55 Szybcy i wściekli V - film sensacyjny, USA, 2011, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Tyrese Gibson, Chris 'Ludacris' Bridges
03:40 Noc magii - program ezoteryczny

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia
13:20 Interwencja - magazyn
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:40 Gliniarze
17:40 Sekrety rodziny
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:00 Nigdy w życiu Judyta mieszka w Warszawie, jest żoną nieźle prosperującego biznesmena, ma dorastającą córkę.

FILM OBYCZAJOWY

22:15 Poznaj naszą rodzinkę Musiało upłynąć dziesięć lat, jak również pojawić się dwójka dzieci, żeby w końcu Greg zaskarbił sobie zaufanie twardego i nieufnego teścia. Jednak wystarczyło, żeby borykający się z problemami finansowymi Greg podjął pracę w firmie farmaceutycznej, w której ma za koleżankę seksowną dziewczynę, żeby wszystkie wątpliwości Jacka co do zięcia wróciły ze zdwojoną siłą.
00:20 Ciacho
03:00 Świat według Kiepskich
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy

TVP Kultura

07:00 Teledysk
07:40 Informacje kulturalne
08:10 Księga Przestrzeni
08:50 Falstaff - film fabularny
11:00 Polskie drogi - serial
13:00 Krzyżówka - film krótkometrażowy
13:30 Recykling po chińsku - film dokumentalny
15:05 Nazywam się Cukinia - film animowany
16:25 Daleko od okna - dramat, reż. Jan Jakub Kolski, wyk. Dominika Ostałowska, Dorota Landowska, Bartosz Opania, Krzysztof Pieczyński
18:30 Informacje kulturalne
18:50 Serialowa nostalgia - Trzy Szalone Zera
20:00 Teatr Telewizji - Kobra - Układanka - spektakl teatralny, reż. Bogdan Augustyniak
21:25 Tamte lata, tamte dni - Maja Komorowska

KOMEDIODRAMAT

22:05 Kino Mistrzów - Paterson - komediodramat, prod. Niemcy, Francja, USA, 2016, reż. Jim Jarmusch, wyk. Adam Driver, Golshifteh Farahani, Barry Shabaka Henley
00:15 Berlin Live
01:20 Nocny dokument - Te Vaanui. Odyseja Ismaela - film
02:30 W trzy miesiące dookoła świata - Podróż na sto stóp - komedia
04:40 Informacje kulturalne
05:10 Teledyski
05:30 Afisz kulturalny ekstra
05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl
05:50 Zakończenie

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
11:00 Reporterzy. Z życia wzięte
12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodu różnych życiowych zawirowań.
13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
14:00 Reporterzy. Z życia wzięte
15:00 Prawdziwe motywy

SERIAL OBYCZAJOWY

16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska
17:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
20:00 Dirty Dancing
22:00 Dziewczyna mojego kumpla
00:30 American Pie: Bractwo Beta
02:15 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
03:15 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę - program kulinarny
03:50 Taki jest świat - program informacyjny
05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy

TVN 7

05:20 Szpital - program obyczajowy
06:20 Papiery na szczęście - serial, Polska
07:25 Idealna niania - program obyczajowy
08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:10 Sprzątaczki - program obyczajowy
11:55 Szpital - program obyczajowy
12:55 SOS Ekipy w akcji
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14:55 Zagadki losu
15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
17:00 SOS Ekipy w akcji
18:00 Zagadki losu
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Akademia policyjna VI: Operacja Chaos - film komedia, USA, 1989, reż. Peter Bonerz

FILM S-F

21:50 Niepamięć - film S-F, USA, 2013, reż. Joseph Kosinski, wyk. Tom Cruise, Morgan Freeman, Olga Kurylenko, Andrea Riseborough, Nikolaj Coster-Waldau, Melissa Leo
00:25 Ave, Cezar! - film komedia, Wielka Brytania, Japonia, USA, 2016, reż. Joel Coen, Ethan Coen, wyk. Josh Brolin, George Clooney, Alden Ehrenreich, Ralph Fiennes, Scarlett Johansson, Tilda Swinton, Frances McDormand, Channing Tatum Jonah Hill
02:40 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **12:25** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Seksualni, niebezpieczni **23:05** Sen Do kliniki gdzie pracuje Doktor Alice Andrews, zajmująca się terapią paraliżu sennego, zgłaszają się roztrzęsieni Morganowie. Odkąd ich najmłodsze dziecko umarło we śnie, ich córeczka, syn i oni sami mają straszne koszmary i lunatykują we śnie, zachowując się coraz bardziej gwałtownie. **00:55** Anatomia głupoty **01:55** Śmierć na 1000 sposobów

TV Trwam

12:00 Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Ziemia Obiecana **13:15** Muzyczne chwile **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc **14:30** Święta Klara - roślinka św. Franciszka **15:25** Historia krzyża na Tarnicy **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Z wędką nad wodę w Polskę i Świat **16:35** Porady Medyczne Bonifratrów **17:05** Akademia pro-life **17:10** Śladami historii **17:15** Sursum Corda - W Górę Serca! **17:30** Odpowiedzialni za Kościół **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Przyjaciele i bohaterowie **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy

piątek 12 sierpnia

TVP 1

05:10 Przysięga - serial obyczajowy
06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Agape - magazyn
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:35 Ranczo - serial
09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny
10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
11:25 Okrasa łamie przepisy - Na jagody - magazyn kulinarny
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 Natura w Jedynce - Kraina Dalekiej Północy

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
15:00 Wiadomości
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Przysięga - serial obyczajowy
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia?
17:55 Wojenne dziewczyny
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:00 Dżingiel Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:35 Bolivar - serial
22:30 Szpieg, który mnie kochał - film sensacyjny
00:45 Lato w stadninie - film fabularny
02:35 Śmietanka towarzyska - komedia

TVP 2

05:00 Na sygnale - serial
05:30 M jak miłość - serial
06:20 Anna Dymna - spotkajmy się
06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy
07:30 Pytanie na śniadanie
10:40 Panorama
10:50 Pytanie na śniadanie
11:20 Polska od kuchni - Miss Wdzięku
11:50 Złotopolscy - telenowela
12:30 Koło fortuny
13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial
16:00 Koło fortuny
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

SERIAL OBYCZAJOWY

18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy
19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
20:10 Postaw na milion
21:10 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki
22:15 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022 - Stężyca
23:25 Dziewczyna z sąsiedztwa - komedia
01:25 Zostań, jeśli kochasz - dramat
03:25 Lekarka z rajskiej wyspy. Tajemnica - film obyczajowy
05:05 Rodzinka.pl - serial komediowy
05:35 Zakończenie

TVN

06:05 Uwaga! - magazyn
06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
06:50 Milionerzy
07:20 Bunt - serial, Polska
07:55 Tajemnice miłości
09:00 Ten moment
09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarny
10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:40 Doradca smaku
11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:55 Tajemnice miłości
14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:10 Ten moment
16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
19:00 Fakty - informacje
19:50 Uwaga! - magazyn

FILM SENSACYJNY

20:00 Szybcy i wściekli VI - film sensacyjny, USA, 2013, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson, Jordana Brewster, Michelle Rodriguez, Tyrese Gibson
22:45 Wilkołak - film horror, USA, 2010, reż. Joe Johnston, wyk. Benicio Del Toro, Anthony Hopkins, Emily Blunt, Hugo Weaving, Geraldine Chaplin, Art Malik
00:55 Kuba Wojewódzki
02:00 Uwaga! - magazyn prod. Polska
02:20 Noc magii
03:45 Kto was tak urządził

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy - serial obyczajowy prod. Polska
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze - serial obyczajowy prod. Polska
12:50 Wydarzenia
13:20 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:40 Gliniarze
17:40 Sekrety rodziny
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:00 Festiwal Weselnych Przebojów - Mrągowo 2022

FILM PRZYGODOWY

23:20 X-Men geneza: Wolverine Nastoletni James Howlett i jego przyjaciel Victor Creed dowiadują się, że są braćmi. Szok spowodowany śmiercią rodziców w tragicznych okolicznościach zapoczątkował u Jamesa mutacje. Chłopak zyskał ogromną siłę, a z grzbietów jego dłoni zaczęły wysuwać się ostre jak brzytwa szpony.
01:50 Nigdy w życiu
04:10 Kabaret - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Teledysk
07:40 Informacje kulturalne - informator kulturalny
08:10 Tamte lata, tamte dni - magazyn
08:50 Daleko od okna - dramat, wyk. Jan Jakub Kolski, wyk. Dominika Ostałowska, Dorota Landowska, Bartosz Opania, Krzysztof Pieczyński, Karolina Gruszka, Olgierd Łukaszewicz, Grzegorz Damięcki
11:00 Chłopi - serial
13:30 Ostatni swing - film dokumentalny, wyk. Tomasz Garncarek
14:40 Ciemnego pokoju nie trzeba się bać - film krótkometrażowy
15:30 Siódmy pokój - film biograficzny
17:35 Scena muzyczna
18:30 Informacje kulturalne
18:55 Reżyserzy

FILM PRZYGODOWY

20:00 Komediowe lato - Janosik - film przygodowo-historyczny, wyk. Jerzy Passendorfer, wyk. Marek Perepeczko, Ewa Lemańska, Bogusz Bilewski
22:20 Dzień w muzeum Orsay - film dokumentalny
23:25 Kino Mistrzów - Paterson - komediodramat
01:35 Noc krótkich filmów - Granica - dramat
02:00 Noc krótkich filmów - Punkt obserwacyjny - film animowany
02:05 Noc krótkich filmów - Ojezu - film animowany
02:25 Informacje kulturalne
02:55 Kino nocne - Kocham radio, prod. Japonia

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial
11:00 Reporterzy. Z życia wzięte
12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
14:00 Reporterzy. Z życia wzięte
15:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny
16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
17:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska
20:00 Pole rażenia
22:05 16 przecznic
00:05 Vice: Korporacja zbrodni

SERIAL OBYCZAJOWY

02:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy Akcja rozgrywa się w tytułowym lombardzie, a oś wydarzeń stanowią perypetie klientów i historie związane z zastawianymi przez nich rzeczami.
02:55 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę - program kulinarny
03:30 Z archiwum policji - serial dokumentalny
04:00 Menu na miarę - program kulinarny
04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny
05:00 Dyżur - serial

TVN 7

05:20 Szpital - program obyczajowy
06:20 Papiery na szczęście - serial, Polska
07:25 Idealna niania - program obyczajowy
08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:10 Sprzątaczki - program obyczajowy
11:55 Szpital - program obyczajowy
12:55 SOS Ekipy w akcji
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14:55 Zagadki losu
15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
17:00 SOS Ekipy w akcji
18:00 Zagadki losu
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Ja cię kocham, a ty z nim - film komedia, USA, 2007, reż. Peter Hedges, wyk. Steve Carell

FILM PRZYGODOWY

22:10 Hellboy II: Złota armia - film przygodowy, USA, Niemcy, 2008, reż. Guillermo Del Toro, wyk. Ron Perlman, Selma Blair, Doug Blair Świat mitycznych stworzeń rozpoczyna krwawą rebelię wymierzoną w ludzi. Hellboy wraz z grupą towarzyszy musi powstrzymać rozlew krwi i ocalić ludzkość.
00:40 Operacja Dunaj - film komedia, Polska, Czechy, 2009, reż. Jacek Głomb, wyk. Tomasz Kot, Zbigniew Zamachowski, Maciej Stuhr, Jiří Menzel, Przemysław Bluszcz, Eva Holubová

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu Cordell jest jednym z najlepszych Strażników Texasu. Ma dosyć „ostre" metody zwalczania przestępców. Pomagają mu w tym inni Strażnicy Texasu oraz C.D. Parker - emerytowany policjant, obecnie prowadzący bar, były piłkarz - intelektualista James Trivette i Alex Cahill - prokurator.
08:00 Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **11:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Gwiazdy Kabaretu **21:00** Wielka Ucieczka **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:00** Egzorcysta: Początek Kair

TV Trwam

12:03 Informacje dnia **12:20** Ziemia Obiecana **13:15** Muzyczne chwile **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc **14:30** Zrozumieć Antycywilizacje **14:55** Słowo życia **15:00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia Koronką do Bożego Miłosierdzia **15:20** Mocni w Wierze **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Siódmy Sakrament **16:40** Prosto o gospodarce **17:00** Życie z Pasją **17:25** Słowo życia **17:30** Geopolityka **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Westerplatte Młodych **19:00** Warto zauważyć... **19:30** Opowieści Theo **19:45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel Jasnogórski

eprasa.pl 2e37753b41

sobota 13 sierpnia

TVP 1

05:10 Klan - telenowela
06:00 Magazyn Ekspresu Reporterów
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:40 Rok w ogrodzie
08:05 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
08:20 Wojsko - polskie.pl
08:45 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych
09:15 Sprawa dla reportera
10:20 Fascynujący świat - Teleskop Hubble'a i cuda wszechświata
11:25 Rolnik szuka żony
12:25 Szlachetna rasa
14:05 Z pamięci - felieton
14:20 Okrasa łamie przepisy
14:45 Komisarz Alex - serial kryminalny
15:40 Jan Serce - serial
17:00 Teleexpress

TELETURNIEJ MUZYCZNY

17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:30 Wojenne dziewczyny - serial
19:25 Sport
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:10 Alarm! - magazyn
20:35 Bolivar - serial kostiumowy
21:30 Hit na sobotę - Siedmiu wspaniałych - western, prod. USA, 2016, reż. Antoine Fuqua
23:55 Śmietanka towarzyska - komedia
01:40 Medicus - dramat historyczny, prod. Niemcy, 2013, reż. Phillip Stoelzl
04:20 Zakończenie

TVP 2

05:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial
07:55 Pytanie na śniadanie
11:25 Rodzinny ekspres - magazyn
12:05 Kino familijne - Rocca zmienia świat - film obyczajowy, prod. Niemcy, 2019, reż. Katja Benrath, wyk. Natalya Bogdanis, Volker Bruch
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko muzyczne
16:20 Na dobre i na złe - serial
17:20 Smaki świata - magazyn
17:45 Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

TELETURNIEJ

18:45 Postaw na milion - teleturniej
19:35 Lajk!
20:00 Program rozrywkowy
21:05 Program rozrywkowy
22:10 Hity wszech czasów - magazyn muzyczny
23:15 Zderzenie - film sensacyjny, prod. Wielka Brytania, Niemcy, 2016, reż. Eran Creevy, wyk. Nicholas Hoult
01:05 Z podniesionym czołem 2: Odwet - film akcji, prod. USA, 2007, reż. Tripp Reed
02:50 Dziewczyna z sąsiedztwa - komedia, prod. USA, 2004
04:50 Rodzinka.pl - serial
05:15 Zakończenie

TVN

05:30 Uwaga! - magazyn
05:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:30 Ślub od pierwszego wejrzenia
08:25 Kobieta na krańcu świata
09:00 Dzień Dobry Wakacje
11:30 Na Wspólnej - serial, Polska
13:30 MasterChef Junior
15:10 Totalne remonty Szelągowskiej
16:15 Weekendowa metamorfoza
17:20 Kobieta na krańcu świata
17:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarny
19:00 Fakty - informacje
19:30 Raport Speedway Grand Prix - sport
19:45 Uwaga! - magazyn

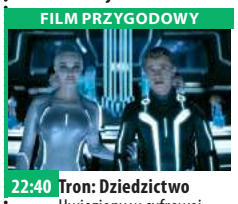
MELODRAMAT

20:00 Władcy umysłów - film melodramat, USA, 2011, reż. George Nolfi, wyk. Matt Damon, Emily Blunt, Anthony Mackie, John Slattery, Michael Kelly, Terence Stamp
22:25 Czas na miłość - film komedia, Wielka Brytania, 2013, reż. Richard Curtis, wyk. Domhnall Gleeson, Rachel McAdams, Bill Nighy, Lydia Wilson, Lindsay Duncan, Margot Robbie
00:50 Nieznajomi: Ofiarowanie - film horror
02:35 Noc magii
04:00 Kto was tak urządził

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:30 Louis i obcy
10:10 Ewa gotuje
10:40 Bogate dzieciaki bez kasy
11:40 Bogaty Dom - Biedny Dom
12:45 Górale
13:45 Drwale i inne opowieści Bieszczadu
14:40 Rolnicy. Podlasie
15:45 Więzienie
17:45 Chłopaki do wzięcia
18:50 Wydarzenia
19:15 Prezydenci i Premierzy
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:05 Festiwal Weselnych Przebojów - Mrągowo 2022 Jubileusz 25-lecia Ich Troje

FILM PRZYGODOWY



22:40 Tron: Dziedzictwo Uwięziony w cyfrowej rzeczywistości Kevin Flynn najgenialniejszy twórca gier video w historii, podejmuje próbę kontaktu ze swoim synem, Samem. Chłopak wyrusza w zdumiewającą podróż, by ocalić dawno niewidzianego ojca.
01:10 Lot Feniksa Doświadczony pilot samolotu dostawczego Frank Towns i jego współpracownik A.J. ewakuują załogę szybu naftowego.
03:35 Świat według Kiepskich
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy

TVP Kultura

07:00 Scena muzyczna
07:55 Informacje kulturalne
08:20 Słowobranie - magazyn
08:55 Reżyserzy - Stanley Kubrick
09:55 Tamte lata, tamte dni - magazyn
10:35 Serialowa nostalgia - Czterdziestolatek - serial TVP, wyk. Jerzy Gruza, wyk. Anna Seniuk, Irena Kwiatkowska
12:55 Muzeum Stanisława Wyspiańskiego w Krakowie - reportaż
13:20 Komediowe lato - Janosik - film przygodowo-historyczny, wyk. Jerzy Passendorfer
15:45 Muzyka Skalnego Podhala - Balladowe
16:10 Retro kino - Tomcio Paluszek
17:50 Co dalej?
18:30 Legendy Rocka
19:30 Informacje kulturalne

FILM FABULARNY

20:00 Bilet do kina - Gentleman z rewolwerem - film fabularny, prod. USA, 2018, wyk. David Lowery, wyk. Sissy Spacek, Robert Redford, Casey Affleck
21:45 Europejski Stadion Kultury
22:50 Mocne Kino - Łagodna - dramat
01:20 Co dalej? - program publicystyczny
02:00 Informacje kulturalne
02:30 Kino nocne - Autoportret z kochanką - film obyczajowy, wyk. Radosław Piwowarski, wyk. Katarzyna Figura
04:05 Salvador Allende - film dokumentalny

TV Puls

06:00 Napisała: Morderstwo Jessica Fletcher, była nauczycielka angielskiego i pisarka kryminałów, jest wdową mieszkającą w starym wiktoriańskim domu we wsi Cabot Cove. Prowadzi spokojne życie jako nie odkryta pisarka wielu kryminałów.
07:00 Taki jest świat - program informacyjny
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial
20:00 Mocne sobotnie kino: W potrzasku Wpływowy amerykański biznesman Paul Racine i jego piękna asystentka stają się celem dla płatnych zabójców. Aby przeżyć Paul musi zdobyć zaufanie potężnego samuraja, którego otacza sława niezwyciężonego wojownika.

THRILLER

21:45 Bez przyzwolenia Bangkok. Na rzecze zostaje odnalezione ciało nagiej i związanej kobiety. Prowadzący sprawę detektyw odkrywa, że denatka była córką jego dawnego przyjaciela.
23:25 Czarny orzeł
01:25 Zobacz to! Blok powtórkowy: Na jedwabnym szlaku
02:05 Menu na miarę - program kulinarny
02:50 Na jedwabnym szlaku
03:30 Taki jest świat - program informacyjny
04:20 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dyżur - serial dokumentalny

TVN 7

05:05 Szkoła - obyczajowy
06:05 Wiza na miłość
07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA
07:30 Ten moment
08:00 Babe: Świnka z klasą - film rodzinny, Australia, USA, 1995, reż. Chris Noonan, wyk. James Cromwell, Magda Szubanski, Zoe Burton, Wade Hayward, Christine Cavanaugh, Miriam Margolyes, Danny Mann, Hugo Weaving
10:05 Ukryta prawda - program obyczajowy
14:10 Dennis rozrabiaka - film komedia, prod. USA, 1993, reż. Nick Castle, wyk. Walter Matthau, Mason Gamble, Joan Plowright, Christopher Lloyd, Lea Thompson

KOMEDIA

16:05 Ja cię kocham, a ty z nim - film komedia, USA, 2007, reż. Peter Hedges, wyk. Steve Carell, Juliette Binoche, Dane Cook, Alison Pill, Brittany Robertson, Dianne Wiest
18:20 Akademia policyjna VI: Operacja Chaos - film komedia, USA, 1989, reż. Peter Bonerz, wyk. Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Leslie Easterbrook, Marion Ramsey
20:00 Terminator II: Dzień sądu - film S-F, USA, Francja, 1991
22:55 Niepamięć - film S-F
01:30 Tajemnice pól śmierci - dokument

TV 4

06:00 Galileo **11:00** Dziewczyny z drużyny 4 Na obóz Spirit Thunder przyjeżdżają najlepsze drużyny cheerleaderek z całych Stanów Zjednoczonych. Celem zgrupowania jest wyłonienie zwycięskiego teamu, który będzie reprezentował kraj na międzynarodowych zawodach.
12:55 Bardzo poszukiwany człowiek **15:25** Jaś Fasola **16:00** STOP Drogówka **17:00** Policjantki i Policjanci
22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:00** Prawdziwa jazda Młody ochroniarz Ben chodzi z siostrą poryw-czego gliniarza Jamesa , który uważa go za nieudacznika, niegodnego ręki dziewczyny. **02:05** Ucho Prezesa **02:25** Disco Polo Life **03:25** TOP 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy

TV Trwam

12:00 Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Warto zauważyć... **12:50** Siódmy Sakrament **13:20** Ocalić od zapomnienia **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc **14:35** Natura Obiektywnie **15:00** Regał **15:30** Wierzę w Boga
15:50 Co by było gdyby zwierzęta mówiły? Niedźwiedź Wojtek **16:00** Informacje dnia **16:10** Prorok Ukrainy **16:55** Rotmistrz Pilecki - przywrócenie pamięci **17:30** Wolność Słowa
17:55 Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Manna z Nieba **19:45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel Jasnogórski

niedziela 14 sierpnia

TVP 1

05:05 Sprawa dla reportera
06:00 Słownik polsko@polski - talk - show
06:25 Wojsko - polskie.pl
06:55 Słowo na niedzielę
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej
08:00 Tydzień
08:30 Zakochaj się w Polsce
09:05 Weterynarze z sercem
09:45 Więcej niż solidarni
10:00 Transmisja Mszy Świętej w 20. rocznicę konsekracji Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach
11:35 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem
12:50 Więcej niż solidarni
13:15 BBC w Jedynce
14:15 Z pamięci - felieton
14:25 Przyrodnik na tropie

SERIAL KRYMINALNY

14:50 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
15:40 Jan Serce - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:30 Wojenne dziewczyny - serial
19:25 Sport
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:15 Koncert
21:40 Zakochana Jedynka - A psa biorę ja - komedia
23:25 Medicus - dramat historyczny
02:05 Siedmiu wspaniałych - western
04:20 Z pamięci - felieton
04:25 Zakończenie

TVP 2

05:20 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial
07:55 Pytanie na śniadanie
11:35 Polska od kuchni - Miss Wdzięku - widowisko
12:10 Kino familijne - Bella i Sebastian 2 - film familijny, prod. USA, 2015, reż. Christian Duguay, wyk. Flix Bousset, Tchky Karyo, Thierry Neuvic
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko
16:15 Big Music Quiz - teleturniej muzyczny
17:05 Lajk!
17:25 Rodzinka.pl - serial komediowy
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

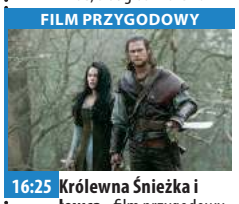
SERIAL FABULARYZOWANY

18:50 Na sygnale - serial fabularyzowany
20:00 Moja wielka grecka wycieczka - komedia, prod. Hiszpania, USA, 2009, reż. Donald Petrie, wyk. Richard Dreyfuss
21:45 Kino bez granic - Nasz najlepszy rok - film obyczajowy
23:50 Francuski pocałunek - komedia romantyczna
01:50 Twój Vincent - film animowany
03:35 Zderzenie - film sensacyjny
05:25 Rodzinka.pl - serial komediowy prod. Polska
05:55 Zakończenie

TVN

05:15 Uwaga! - magazyn
05:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:25 Nowa Maja w ogrodzie
07:55 Akademia ogrodnika
08:00 Ślub od pierwszego wejrzenia
09:00 Dzień Dobry Wakacje
11:30 Weekendowa metamorfoza
12:30 Co za tydzień - magazyn
13:10 Mask Singer
14:35 Johnny English - film komedia, Francja, Wielka Brytania, USA, 2003, reż. Peter Howitt, wyk. Rowan Atkinson, Tasha de Vasconcelos, Ben Miller, Greg Wise, Douglas McFerran

FILM PRZYGODOWY

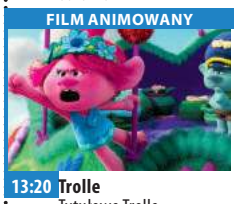


16:25 Królewna Śnieżka i łowca - film przygodowy, USA, 2012, reż. Rupert Sanders, wyk. Kristen Stewart, Chris Hemsworth, Charlize Theron, Sam Clafin
19:00 Fakty - informacje
19:25 Sport
19:30 Kronika Speedway Grand Prix
19:35 Pogoda - informacje
19:45 Uwaga! - magazyn
20:00 Łowca i królowa lodu - film przygodowy, USA, Chiny, 2016, reż. Cedric Nicolas-Troyan, wyk. Chris Hemsworth
22:25 Nocne życie
01:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarny

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
09:00 Pingwiny z Madagaskaru: Misja świąteczna Madagaskar. Skipper, Kowalski, Rico i Szeregowy przygotowują się do świąt. Gdy przychodzi czas świętowania, okazuje się, że brakuje Szeregowego. Pingwin zmartwiony tym, że jego przyjaciel Ted jest sam w tym czasie, postanawia udać się po prezent dla niego.
09:25 Fałszywa dwunastka 2 Tom Baker wraz z żoną Kate zabierają swoją wesołą gromadkę na niezapomniane letnie wakacje.
11:25 Doktor Dolittle 2 John Dolittle zyskał wielką sławę dzięki niezwykłemu darowi.

FILM ANIMOWANY



13:20 Trolle Tytułowe Trolle to wesołe, rozśpiewane i bajecznie kolorowe stworki.
15:05 Lara Croft Tomb Raider: Kolebka życia
17:40 Nasz Nowy Dom
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość wydarzeń
20:00 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni
22:10 Policja zastępcza
00:45 Tron: Dziedzictwo
03:20 Świat według Kiepskich - serial komediowy prod. Polska
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Ewa Demarczyk
08:00 Nabożeństwo ewangelickie w Legnicy
09:05 Z przytupem - Wiwat - widowisko kameralne, wyk. Grzegorz Jankowski
09:35 Animama - Baśnie z piasku - serial
09:55 Animama - To pewna wiadomość - film animowany, wyk. Joanna Jasińska Koronkiewicz
10:25 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
11:05 Serialowa nostalgia
12:10 Kaprysy Łazarza - film TVP, wyk. Janusz Zaorski, wyk. Henryk Borowski, Wanda Łuczycka, Józef Nalberczak
13:20 Bilet do kina - Gentleman z rewolwerem - film
15:05 Dwudziestolecie WEDO
17:15 Niedziela z... Krystyną Prońko
19:30 Informacje kulturalne

KOMEDIA

20:00 Weekend ostatniej szansy - komedia, prod. Wielka Brytania, 2013
21:40 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
22:25 Wakacyjny dokument - Księgarnie Nowego Jorku
00:15 Przepraszam, czy tu biją? - film sensacyjny, reż. Marek Piwowski, wyk. Jerzy Zapiór, Edward Witukiewicz, Jerzy Kulej
01:50 Mocne Kino - Łagodna - dramat, prod. Rosja, Francja, 2017
04:20 Zatańczyć Beethovena - film dokumentalny
05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2

TV Puls

06:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny
07:00 Gamoń Przestępca ukrywa kosztowności w samochodzie mało rozgarniętego turysty, mając nadzieję, że uda mu się przemycić je przez granicę.
09:10 Goście, goście
11:30 Trzej muszkieterowie
13:35 Ostatni legion Rzymski dowódca wyrusza z odziałem na wyspę Capri, by wyswobodzić młodego cesarza uwięzionego przez Gotów.
15:35 W imię króla Gdy syn Farmera ginie z rozkazu złego maga Galliana, mężczyzna wyrusza na wojnę, by stawić czoło wojskom żądnego władzy tyrana.
18:00 XXII Mazurska Noc Kabaretowa

FILM PRZYGODOWY

20:00 Niedziela z gwiazdami: Herkules Narodzinom Herkulesa, syna Zeusa i Hery, towarzyszy radość rodziców, oraz zazdrość stryja, Hadesa. Podstępny bóg Podziemi dołoży wszelkich starań, by pozbyć się bratanka.
22:00 Trzynasty wojownik
00:05 Żelazny rycerz
02:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny
03:10 Napisała: Morderstwo
04:20 Rodzinny interes - serial obyczajowy
05:30 Kobra - oddział specjalny

TVN 7

05:05 Szkoła - obyczajowy
06:05 Wiza na miłość - program
07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA
07:30 Babe: Świnka w mieście - film rodzinny, Australia, USA, 1998, reż. George Miller, wyk. James Cromwell, Magda Szubanski, Mary Stein, Mickey Rooney, E.G. Daily, Danny Mann
09:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
13:45 Dennis znów rozrabia - film komedia, USA, 1998, reż. Charles T. Kanganis, wyk. Don Rickles, George Kennedy, Justin Cooper, Betty White, Brian Doyle-Murray
15:20 Wehikuł czasu - film S-F, USA, 2002, reż. Simon Wells, wyk. Guy Pearce, Mark Addy, Phyllida Law

WESTERN

17:25 Maverick - film western, USA, 1994, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Jodie Foster, James Garner, Graham Greene, James Coburn, Alfred Molina, Danny Glover
20:00 Jumper - film sensacyjny, USA, 2008, reż. Doug Liman, wyk. Hayden Christensen
21:55 Kod Merkury - film sensacyjny, USA, 1998, reż. Harold Becker, wyk. Bruce Willis, Alec Baldwin, Miko Hughes, Chi McBride, Kim Dickens, Peter Stormare
00:10 Tajemnice pól śmierci
01:15 Druga strona medalu
03:00 Noc magii

TV 4

06:00 Galileo - popularno-naukowy **07:00** W zakamarkach mózgu **09:00** Galileo
11:00 Dziewczyny z drużyny: Walcz do końca Linie Cruz, pewnej siebie cheerleaderce, świat wywraca się do góry nogami, kiedy wraz z rodziną musi przenieść się z centrum Los Angeles do plażowego miasteczka Malibu. W nowej szkole natychmiast popada w konflikt z Avery, popularną kapitan lokalnej drużyny cheerleaderek. A sprawy skomplikują się jeszcze bardziej, gdy Lina zakocha się w przystojnym bracie swej rywalki. **13:05** La Bamba **15:30** Siła modlitwy **17:55** Gwiazdy Kabaretu **20:00** Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
21:45 Oczy Anioła **23:55** Genetyczny ślad Jezusa **01:40** Ucho Prezesa

TV Trwam

10:40 Cudowna Pani w bukowskim obrazie **11:00** Pamięć Sybiru **12:00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem **12:15** Papież Polak do Rodaków **12:40** Słowo życia **12:45** Koncert zespołu Arka Noego
13:55 Fenomen O.Maksymiliana Marii Kolbego **14:30** Muzyczne chwile **14:40** Lasy bliżej nas **15:00** Wieś - to też Polska **16:00** Informacje dnia **16:10** Koncert życzeń **16:45** Prawda a Historia **17:00** Zostań Żołnierzem RP **17:15** Sekrety mnichów
17:30 Sól Ziemi **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Opowieści z Księgi Cnót **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Każde życie jest cudem **21:00** Apel

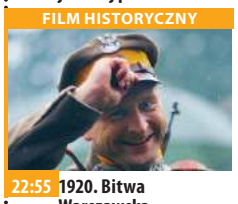
eprasa.pl 2e37753b41

poniedziałek 15 sierpnia

TVP 1

04:35 Film fabularny
06:00 Sanktuarium - film
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia
08:00 Homo Peregrinus - film dokumentalny
08:40 Krzyżacy - film
11:40 Święto Wojska Polskiego 2022
13:00 Wojna światów - film dokumentalny
14:20 Polskie jednostki specjalne. Formoza komandosi morscy - film dokumentalny
15:20 Wyjście awaryjne - komedia
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia?
18:00 Jasna Strona Mocy. Festiwal Muzyki Chrześcijańskiej
19:30 Wiadomości
20:00 Koncert piosenki wojskowej państw NATO

FILM HISTORYCZNY



22:55 1920. Bitwa Warszawska - film historyczny, prod. Polska, 2011, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Borys Szyc, Natasza Urbańska, Daniel Olbrychski, Bogusław Linda, Marian Dziędziel, Jerzy Bończak, Ewa Wiśniewska, Stanisława Celińska, Adam Ferency, Wojciech Solarz
01:00 A psa biorę ja - komedia, prod. USA, 2016, reż. Huck Botko, wyk. Alicia Silverstone, Ryan Kwanten, Randall Batinkoff
02:40 Film fabularny
04:05 Sfora
05:05 Zakończenie

TVP 2

06:15 Podróż za jeden uśmiech - komedia, reż. Stanisław Jędryka, wyk. Henryk Gołębiewski, Filip Łobodziński, Alina Janowska, Krystyna Borowicz
07:55 Pytanie na śniadanie - pobudka
11:35 Janosik - film przygodowo-historyczny, reż. Jerzy Passendorfer, wyk. Marek Perepeczko, Ewa Lemańska, Bogusz Bilewski, Witold Pyrkosz, Marian Kociniak, Mieczysław Czechowicz
14:00 Familiada - teleturniej
14:30 Koło fortuny - teleturniej
15:05 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko muzyczne
16:05 Francuski pocałunek - komedia romantyczna
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

SERIAL OBYCZAJOWY

18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy
19:35 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022 - Augustów - Hity domówek - koncert
20:00 Mistrzostwa Europejskie 2022 - Monachium - lekkoatletyka
22:45 Księga miłości - film fabularny
00:40 Moja wielka grecka wycieczka - komedia
02:20 Nasz najlepszy rok - film obyczajowy, prod. Francja, 2017, reż. Cedric Klapisch
04:15 Rodzinka.pl - serial obyczajowy
04:45 Zakończenie

TVN

05:20 Uwaga! - magazyn
05:35 Nowa Maja w ogrodzie
06:00 Akademia ogrodnika
06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy
07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:05 Psy i koty: Odwet Kitty - film przygodowy, USA, Australia, 2010, reż. BradPeytonBradPeyton, wyk. James Marsden, Nick Nolte, Christina Applegate, Katt Williams, Bette Midler, Neil Patrick Harris, Wallace Shawn, Roger Moore
09:50 Johnny English: Reaktywacja - film komedia, USA, Wielka Brytania, Francja, 2011, reż. Oliver Parker, wyk. Rowan Atkinson, Gillian Anderson
12:00 Chiński zodiak - film przygodowy

FILM PRZYGODOWY

14:20 Łowca i królowa lodu - film przygodowy
16:45 Sing - film komedia
19:00 Fakty - informacje
19:25 Sport
19:35 Pogoda - informacje
19:45 Uwaga! - magazyn
20:00 Sahara - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, Hiszpania, Niemcy, 2005, reż. Breck Eisner, wyk. Matthew McConaughey, Steve Zahn, William H. Macy, Lambert Wilson
22:45 Nadciąga tornado - film katastroficzny
00:25 Ślub od pierwszego wejrzenia
02:35 Co za tydzień
03:15 Wewnętrzny wróg
04:20 Uwaga! - magazyn

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:10 #Jestem M. Misfit Julia Morska ma siedemnaście lat. Od dłuższego czasu mieszka z rodzicami w USA. Tam chodzi do świetnej szkoły, ma wspaniałych przyjaciół i wiedzie życie, które jak sama mówi jest cudowne.
08:55 Trolle Trolle to wesołe, rozśpiewane i bajecznie kolorowe stworki. Żyją w równie kolorowym lesie, niewiele wiedzą o otaczającym ich świecie i cieszą się każdą chwilą. Szczególnym entuzjazmem wyróżnia się Poppy, której beztroska i radość udziela się wszystkim dookoła.
10:50 Niesamowity Spider-Man 2

FILM PRZYGODOWY

13:55 Jumanji: Przygoda w dżungli
16:30 Bruce Wszechmogący
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:00 MEGA HIT - Niezniszczalni 2
22:15 PolandJa
00:40 Lara Croft Tomb Raider: Kolebka życia
03:05 Świat według Kiepskich - serial komediowy prod. Polska
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:35 Muzeum Stanisława Wyspiańskiego w Krakowie - reportaż
08:00 Co dalej? - program publicystyczny
08:35 Marynarz słodkich wód - komedia
09:50 Cud nad Wisłą
11:00 Chłopi - serial
13:25 Reżyserzy
14:20 Mateusz Pospieszalski - Księga Psalmów
15:40 Ogniem i mieczem - dramat historyczny, prod. Polska, 1999, wyk. Jerzy Hoffman, wyk. Michał Żebrowski, Izabella Scorupco, Aleksandr Domogarov, Krzysztof Kowalewski
18:50 Serialowa nostalgia - Trzy Szalone Zera
20:00 Kultura jest kobietą
21:45 Powidoki
22:10 Caravaggio - dusza i krew

KOMEDIA

24:00 Weekend ostatniej szansy - komedia, prod. Wielka Brytania, 2013, wyk. Roger Michell, wyk. Lindsay Duncan, Jim Broadbent, Igor Gotesman, Olivier Audibert
01:40 Kino nocne - Bandyta - dramat, prod. Polska, Wielka Brytania, Francja, Niemcy, 1997, wyk. Maciej Dejczer, wyk. Til Schweiger, Polly Walker, John Hurt, Pete Postlethwaite, Ida Jabłońska, Bartek Pieniążek, Wojciech Brzeziński
03:25 Wirus - film sensacyjny
05:05 Tamte lata, tamte dni - magazyn
05:40 Afisz kulturalny ekstra

TV Puls

06:15 Kobra - oddział specjalny
07:15 Trzej muszkieterowie
09:30 W imię króla
11:55 Nowe przygody Aladyna
14:00 Legalna blondynka 2 Blond prawniczka, Elle, wyrusza do Waszyngtonu, by w kongresie walczyć o prawa zwierząt.
15:55 Blondynka w koszarach Gwiazda filmowa Megan Valentine postanawia wstąpić do wojska.
17:55 Dirty Dancing Szesnastoletnia Frances poznaje na wakacjach w ekskluzywnym ośrodku wypoczynkowym przystojnego instruktora tańca. Mimo wielu różnic łączy ich wspólna pasja.
20:00 Poniedziałkowy Hit: Asterix i Obelix kontra Cezar

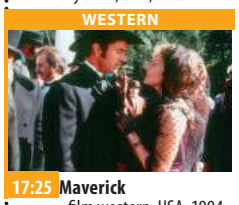
FILM PRZYGODOWY

22:10 Pan i Pani Kiler Atrakcyjna Jen spotyka przystojnego Spencera, z którym wkrótce potem bierze ślub. Nie wie, że jej ukochany to były płatny zabójca i za niedługo będzie zmuszony rozliczyć się ze swojej przeszłości.
00:10 Dziewczyna mojego kumpla
02:35 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska
03:15 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska
04:15 Menu na miarę - program kulinarny

TVN 7

05:20 Szpital - program obyczajowy
06:20 Ukryta prawda
08:30 Hop - film komedia, USA, 2011, reż. Tim Hill, wyk. James Marsden, Russell Brand, Kaley Cuoco, Hank Azaria
10:35 Akademia policyjna VI: Operacja Chaos - film komedia, USA, 1989, reż. Peter Bonerz, wyk. Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Leslie Easterbrook, Marion Ramsey
12:25 Akademia policyjna VII: Misja w Moskwie - film komedia, USA, 1994, reż. Alan Metter, wyk. George Gaynes, Michael Winslow, David Graf, Leslie Easterbrook, G.W. Bailey
14:10 Tylko dla orłów - film wojenny, Wielka Brytania, USA, 1969

WESTERN



17:25 Maverick - film western, USA, 1994, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Jodie Foster, James Garner, Graham Greene, James Coburn, Alfred Molina, Danny Glover
20:00 Mój biegun - film obyczajowy, Polska
22:00 Terminator II: Dzień sądu - film S-F, USA, Francja, 1991
00:50 Kod Merkury - film sensacyjny, USA 1998, reż. Harold Becker, wyk. Bruce Willis, Alec Baldwin, Miko Hughes, Chi McBride, Kim Dickens, Peter Stormare
03:10 Noc magii

TV 4

06:30 Gwiazdy Kabaretu **06:55** Księżniczka łabędzi i królewska tajemnica Nocą w porcie pojawia się statek z którego pokładu na ląd schodzi cała gromada szczurów.
08:30 Pierwsza miłość **09:20** Pierścionek z rubinem **10:30** Billy Madison Billy Madison marnotrawi młodość na lenistwie, aż w końcu ojciec-milioner postanawia sprawdzić, czy Billy udźwignie w przyszłości ciężar zarządzania majątkiem. **12:25** La Bamba **14:35** August Rush
16:55 Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Prawdziwa jazda. Młody ochroniarz Ben chodzi z siostrą porywczego gliniarza Jamesa. **23:05** Wzór **01:05** Anatomia głupoty

TV Trwam

09:30 Opowieści z Księgi Cnót **10:00** Prawdziwie spadła z nieba **11:00** Msza święta z Jasnej Góry **13:00** Przyroda w Obiektywie **13:15** Święty na każdy dzień **13:20** Mojżesz - 10 przykazań **14:10** Muzyczne chwile
14:20 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Próba wiary **15:20** Dom w sercie wpisany **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Sanktuaria polskie **16:30** Zew natury **16:55** Świadkowie
17:25 Święty na każdy dzień **17:30** Na łowy **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Król Chwały **19:45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

wtorek 16 sierpnia

TVP 1

05:15 Przysięga - serial
06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Kościół z bliska
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:35 Ranczo - serial obyczajowy
09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny
10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 Natura w Jedynce - Letnie dni - film dokumentalny

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:05 Przysięga - serial obyczajowy
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
17:55 Wojenne dziewczyny
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:30 Leśniczówka - serial
21:05 Bolivar - serial
22:00 Ekstradycja 2 - serial
23:05 Ocaleni - reality show
00:10 Komando Foki - film

TVP 2

05:00 Na sygnale - serial
05:30 M jak miłość - serial
06:25 Matka Miłosierdzia
06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy
07:30 Pytanie na śniadanie
10:30 Panorama
10:40 Pytanie na śniadanie
11:10 Złotopolscy - telenowela
12:20 Zranione ptaki - serial obyczajowy
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki - kulisy - Zabrze
15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial
16:00 Koło fortuny
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Zranione ptaki

SERIAL OBYCZAJOWY

19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. Polska
20:10 Mistrzostwa Europejskie 2022 - Monachium - lekkoatletyka prod. Szwajcaria, 2022
22:45 Odwróceni zakochani - film fabularny, prod. Francja, 2012, reż. Juan Solanas
00:45 Film dokumentalny
01:55 Księga miłości - film fabularny, prod. USA
03:50 Księga morza - film fabularny
04:55 Zakończenie

TVN

05:55 Uwaga! - magazyn prod. Polska
06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy
07:05 Tajemnice miłości Każdy odcinek to mini komedia romantyczna, miłosna historia opowiedziana z perspektywy głównego bohatera, który jest jednocześnie narratorem odcinka i to on wprowadza nas w swój świat.
08:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
09:00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:40 Doradca smaku
11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:55 Tajemnice miłości
14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:10 Ten moment

PROGRAM KULINARNY

16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarny
17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska
18:55 Top Of The Top Sopot Festival 2022
19:00 Fakty - informacje
19:35 Top Of The Top Sopot Festival 2022
19:55 Top Of The Top Sopot Festival 2022
23:30 Kuba Wojewódzki
00:35 Zabójcza broń - serial, USA
01:40 Noc magii
03:05 Uwaga! - magazyn prod. Polska
03:20 Kto was tak urządził - program rozrywkowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia
13:20 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:40 Gliniarze
17:40 Sekrety rodziny
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość wydarzeń
20:05 Jack Reacher: Jednym strzałem W Pittsburghu zostaje zastrzelonych pięć przypadkowych osób. Dowody wskazują na byłego wojskowego i wyszkolonego snajpera Jamesa Barra.

FILM AKCJI

22:55 John Rambo John Rambo prowadzi spokojne życie w okolicach Bangkoku, gdzie pracuje przy starych łodziach. Pewnego dnia grupa chrześcijańskich misjonarzy zwraca się do niego z prośbą o przewiezienie ich do Birmy. Rambo zgadza się i przewozi ich na drugi brzeg rzeki.
00:55 Niezniszczalni 2
03:05 Świat według Kiepskich - serial komediowy prod. Polska
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Teledyski
07:40 Powidoki - program publicystyczny
08:10 Którędy po sztukę - magazyn
08:30 Cyrano de Bergerac - film kostiumowy
11:00 Chłopi - serial TVP
13:30 Zatańczyć Beethovena - film dokumentalny, prod. Hiszpania, 2015, wyk. Arantxa Aguirre
15:20 Jakub, Mimmi i gadające psy - film animowany
16:45 Królowie lata - film obyczajowy
18:30 Informacje kulturalne
18:50 Serialowa nostalgia - Trzy Szalone Zera - serial, prod. Polska, Niemcy, 1999, wyk. Wiktor Skrzynecki, wyk. Joanna Jabłczyńska, Sebastian Świąder, Grzegorz Ruda, Anna Polony, Jerzy Kamas

DRAMAT

20:00 Lekkie obyczaje - Do zobaczenia w zaświatach - dramat, prod. Francja, 2017, reż. Albert Dupontel, wyk. Nahuel Prez Biscayart, Albert Dupontel
22:05 Co dalej? - program publicystyczny
22:45 Kobiety za kamerą - cykl dokumentalny
24:00 Kultura jest kobietą - Tully - film obyczajowy, prod. USA, 2018, reż. Jason Reitman, wyk. Charlize Theron
01:50 Informacje kulturalne
02:20 Z klasyką przez Polskę - Gniezno
03:30 Kino nocne - Rajska jabłoń - film obyczajowy

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny Każdy kolejny odcinek to odrębna tematyka. W każdym z nich nie brakuje „zabójczej prędkości", efektów specjalnych, napięcia, niebezpiecznych pościgów i komizmu, przedstawianego przez bohaterów. Chcą, aby zawsze na pierwszym miejscu stała sprawiedliwość.
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
11:00 Reporterzy. Z życia wzięte
12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
14:00 Reporterzy. Z życia wzięte
15:00 Prawdziwe motywy

SERIAL OBYCZAJOWY

16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
17:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
20:00 Liberator
22:00 Pocałunek smoka Chiński policjant, Liu Jian, przybywa do Paryża, by prowadzić śledztwo wraz z tamtejszymi służbami.
00:00 Kasyno
03:30 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
04:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska

TVN 7

05:20 Szpital - program obyczajowy
06:20 Papiery na szczęście - serial, Polska
07:25 Idealna niania - program obyczajowy
08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:10 Sprzątaczki - program obyczajowy
11:55 Szpital - program obyczajowy
12:55 SOS Ekipy w akcji
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14:55 Zagadki losu
15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
17:00 SOS Ekipy w akcji
18:00 Zagadki losu
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Zabójcza broń - film sensacyjny, USA, 1987, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Danny Glover

FILM KATASTROFICZNY

22:20 W oku cyklonu - film katastroficzny, USA, 2014, reż. Rob King, wyk. Burt Reynolds, C. Thomas Howell, Lisa Sheridan Charlie chce uciekać z miasta przed katastrofą jaką miał wywołać huragan Katrina. Jego brat Danny nie ma zamiaru zostawiać domu, jednak zgadza się, by miasto opuściła jego córka Victoria. Lata później, dziewczyna uczy się meteorologii.
00:00 Atak na Królową - film thriller, USA, 2002
02:00 Druga strona medalu - talk show
02:45 Noc magii

TV 4

06:00 STOP Drogówka **07:00** Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci
11:55 Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem
18:00 Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Gra tajemnic **23:30** Atlas chmur Porywająca adaptacja filmowa światowego bestsellera w gwiazdorskiej obsadzie i reżyserii rodzeństwa Wachowskich i Toma Tykwera. W tej niezwykłej opowieści losy postaci z różnych stron świata i epok splatają się ze sobą, a indywidualne decyzje jednostek okazują się brzemienne w skutkach dla całej ludzkości.

TV Trwam

12:00 Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz **13:10** Nowe Widnokręgi
13:30 Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Gala operetkowa **15:40** Co by było gdyby zwierzęta mówiły? Baśka Murmańska **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Jestem mamą **16:25** Tajemnice Watykanu
16:55 100 cudownych miejsc na świecie **17:05** Święty na każdy dzień **17:10** Prosto o gospodarce **17:30** Zostań Żołnierzem RP **17:45** Muzyczne chwile **17:55** Poczet Wielkich Polaków **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 **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel

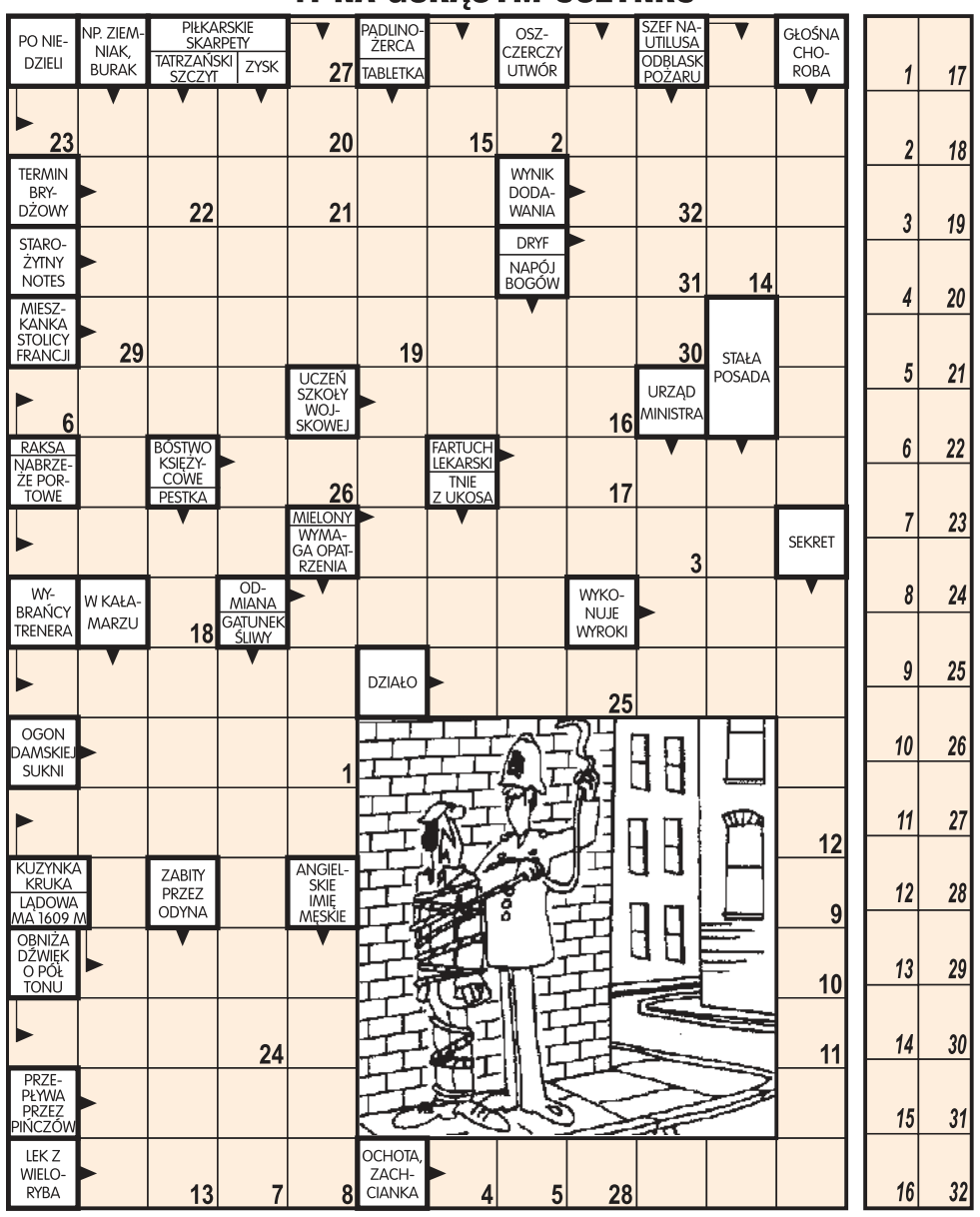
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

eprasa.pl 2e37753b41

ROZRYWKOWE TO i OWO nr 279

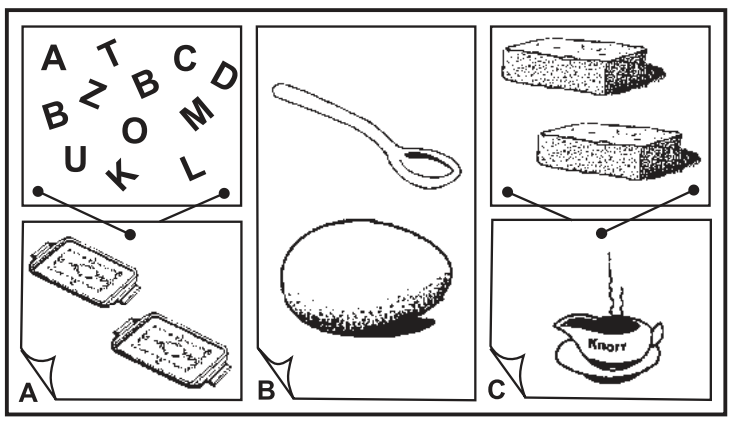
Redaguje: Władysław Firlik

1. NA GORĄCYM UCZYNKU



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 32 utworzą wypowiedź złoczyńcy.

2. REBUSOGRAF



Odgadnięte znaczenia sytuacji rysunkowych należy wpisać obok liczb, a następnie litery przenieść do tabelki i odczytać przysłowie osmańskie.

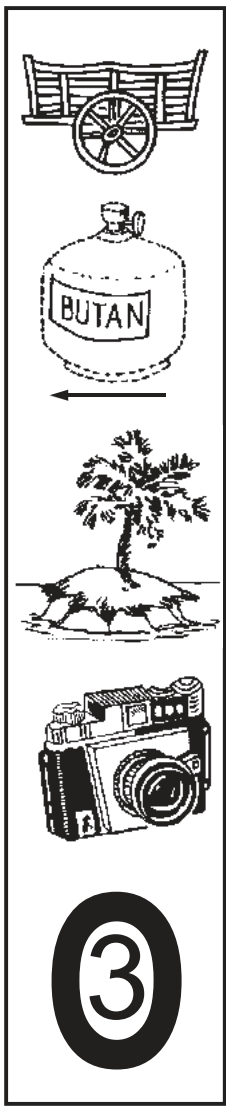
A) 27_ 16_ 3_ 22_ / 21_ 4_ 9_ 5_ 28_ ,

B) 15_ 2_ 1_ 12_ 18_ / 24_ / 6_ 11_ 10_ 20_ 17_ ,

C) 8_ 25_ 26_ / 23_ 29_ 14_ 13_ 7_ 19_ .

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	

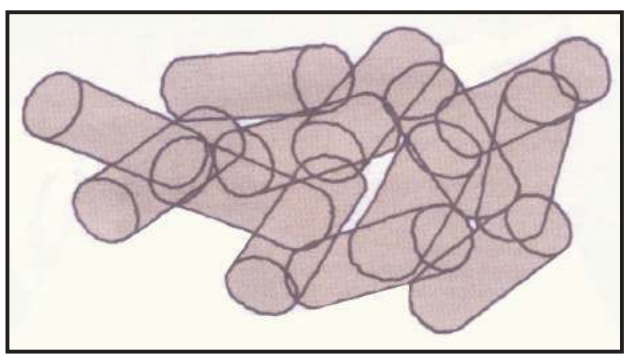
3. REBUS FONETYCZNY



Początkowe litery: B. Z. M. W. O.

4. DREWNIANE KLOCE

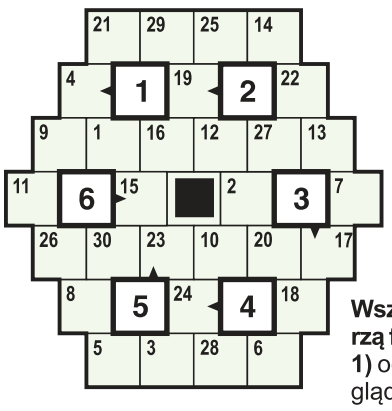
Policz dokładnie, ile kloców drewna znajduje się na przedstawionym rysunku?



5. HOMONIM

Jan kupił nową _ _ _ _ _ _ _ _
i teraz o każdej porze,
gdy tylko w domu _ _ / _ _ _ _ _ _ ,
cienko pokrajać ją może.

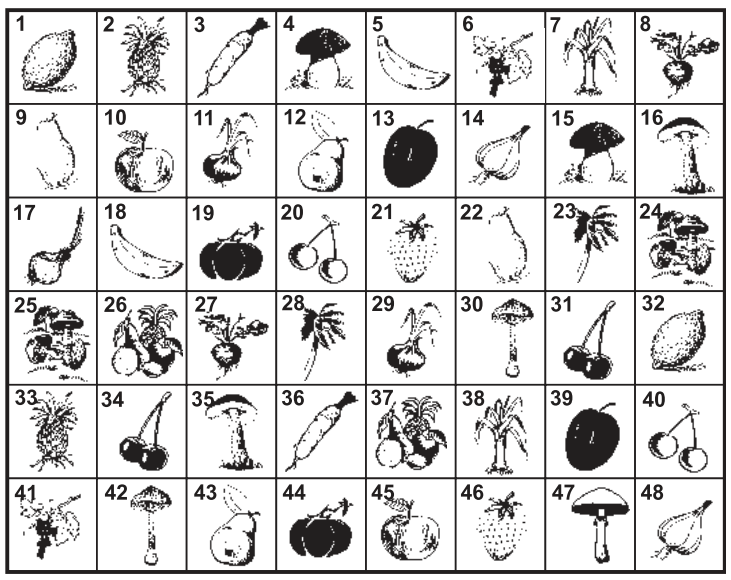
6. WIRÓWKA-SZYFR



1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30

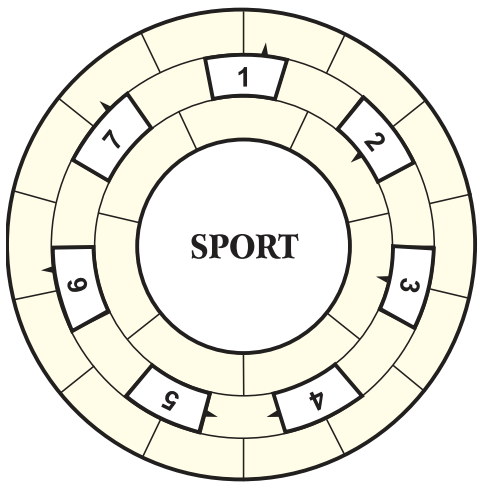
Wszystkie litery od 1 do 30 utworzą fraszkę Lecha Konopińskiego. 1) odgłos szpady na planszy, **2)** pogląd, opinia, **3)** wydzielina drzew iglastych, **4)** ogłada towarzyska, **5)** pisze książki, **6)** dostarcza tapioki.

7. SAMOTNICY WŚRÓD PAR



Na powyższej ilustracji owoce i warzywa występują parami, ale nie wszystkie. Podaj numery samotników.

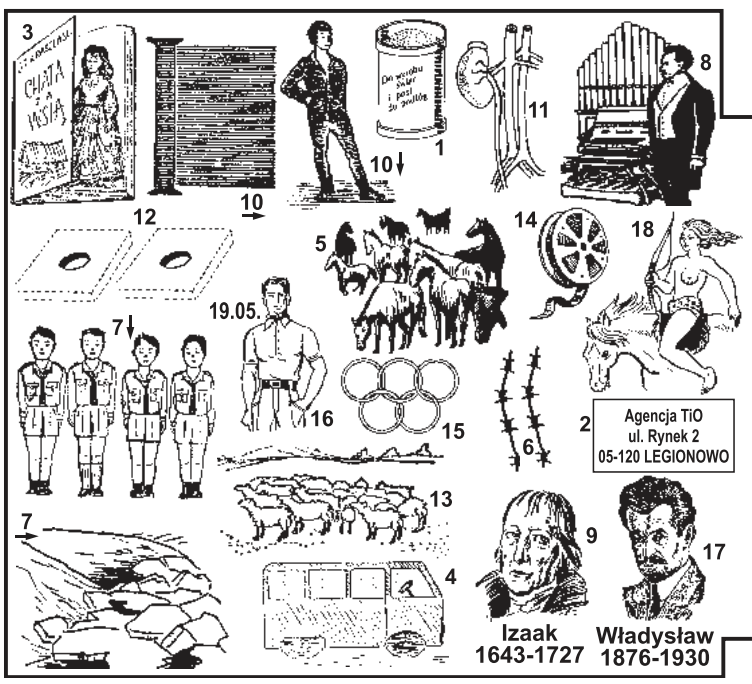
8. WIRÓWKA OBRAZKOWA



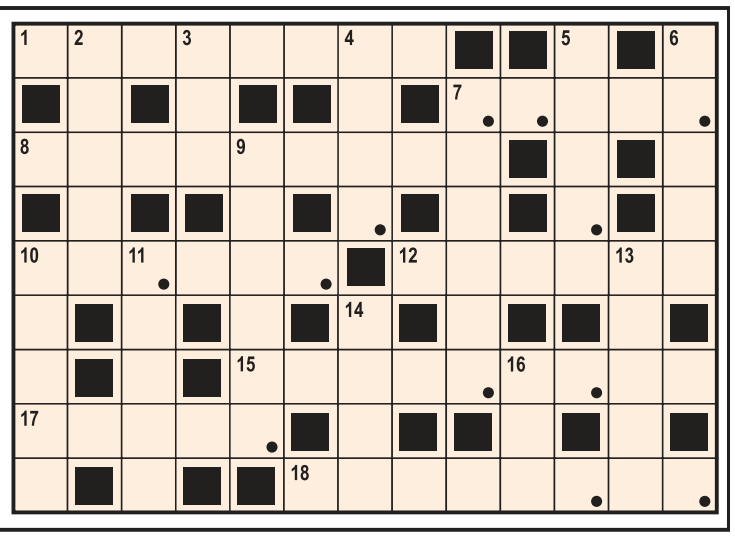
Wpisz do diagramu prawoskrętnie wszystkie nazwy rysunków tak, aby bezbłędnie powstało rozwiązanie tego zadania.

9. HOMONIM

Skarży się Agatka i _ _ _ _ pod nosem:
„Jacek mi wpuścił _ _ _ _ za gorset".



10. KRZYŻÓWKA OBRAZKOWA



Rozwiązanie z liter w polach zaznaczonych (poziomo).

ROZRYWKOWE TO i OWO
KUPON - 279

eprasa.pl 2e37753b41

Zarząd Powiatu w Legionowie

informuje, że w siedzibie Starostwa Powiatowego w Legionowie przy ul. gen. Władysława Sikorskiego 11, 05-119 Legionowo wywieszony zostaje, na okres 21 dni tj. od 9 do 30 sierpnia do 2022 r., wykaz lokali użytkowych przeznaczonych do najmu w trybie zapytania ofertowego.

Ogłoszenie Wójta Gminy Winnica o odwołaniu I przetargu ustnego nieograniczonego

Wójt Gminy Winnica, działając na podstawie art. 38 ust. 4 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2021r. poz. 1899 ze zm.), zawiadamia, że odwołuje pierwszy przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż lokalu mieszkalnego Nr 8 mieszczącego się w budynku przy ulicy Szkolnej 6 w Winnicy stanowiącego własność Gminy Winnica:

- lokal mieszkalny Nr 8 o powierzchni użytkowej 37,20 m^2 mieszczący się w budynku przy ulicy Szkolnej 6 w Winnicy na działce nr ewid. 155/3. Według stanu w ewidencji gruntów działka stanowi tereny mieszkaniowe.
- Przedmiotowy lokal stanowi własność Gminy Winnica (zgodnie z księgą wieczystą Nr OS1U/00048851/4 prowadzoną przez Sąd Rejonowy w Pułtusku IV Wydział Ksiąg Wieczystych). Nieruchomość jest wolna od obciążeń i zobowiązań.
- Przeznaczenie nieruchomości: zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego działka oznaczona nr ewid. 155/3 przeznaczona jest pod adaptację usług oświaty na usługi publiczne, mieszkalnictwo oraz inne usługi SYMBOL 36 UP/MN/U.
- Termin zagospodarowania nieruchomości: nie określa się terminu zagospodarowania nieruchomości.
- Cena wywoławcza netto lokalu wraz z udziałem w gruncie 372/6434: 167 600,00 zł
- Wadium wynosi: 16 760,00 zł
- Postąpienie wynosi: 1 676,00 zł
- Termin pierwszego przetargu ustnego nieograniczonego wyznaczono na dzień 7 września 2022 r. na godz. 10.00, w siedzibie Urzędu Gminy w Winnicy przy ul. Pułtuskiej 25 (parter, sala konferencyjna)

Powodem uzasadniającym odwołanie przetargu są błędne zapisy odnośnie naliczenia podatku VAT.

WÓJT GMINY WINNICA
mgr Robert Wróblewski

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA o I przetargu ustnym nieograniczonym na sprzedaż lokalu mieszkalnego Nr 8 przy ulicy Szkolnej 6 w Winnicy wraz z udziałami w częściach wspólnych nieruchomości

Gmina Winnica jest właścicielem lokalu mieszkalnego nr 8 o powierzchni użytkowej 37,20 m^2, mieszczącego się w budynku przy ulicy Szkolnej 6 w Winnicy (parter), położonym na działce nr 155/3 o powierzchni 0,2654 ha dla których Sąd Rejonowy w Pułtusku prowadzi księgę wieczystą nr OS1U/00048851/4. Nieruchomość zbywana jest bez obciążeń.

Przeznaczenie nieruchomości: zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego działka oznaczona nr ewid. 155/3 przeznaczona jest pod adaptację usług oświaty na usługi publiczne, mieszkalnictwo oraz inne usługi SYMBOL 36 UP/MN/U.

Cena wywoławcza do pierwszego przetargu wynosi: **167 600,00 zł**. Wadium wynosi **16 760,00 zł**.

Przetarg odbędzie się w dniu **12.09.2022 r. o godzinie 10:00** w sali konferencyjnej Urzędu Gminy w Winnicy, ul. Pułtuska 25, 06-120 Winnica

Ogłoszenie o przetargu zostało opublikowane na stronie internetowej Urzędu Gminy Winnica http://gminawinnica.pl/, w Biuletynie Informacji Publicznej http://bip.gminawinnica.pl oraz wywieszone na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Winnica, ul. Pułtuska 25, 06-120 Winnica
Dodatkowe informacje na temat przetargu można uzyskać w Urzędzie Gminy w Winnicy, telefonicznie pod numerem (23)691-40-31 lub na stronie internetowej www.bip.gminawinnica.pl

WÓJT GMINY WINNICA
mgr Robert Wróblewski

Rolety,Verticale,Moskitiery
tel. 608 682 772
Pomiar i wycena Gratis!

DMK NIERUCHOMOŚCI
Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie?
ZGŁOŚ SIĘ DO NAS
Zapewniamy kompleksową obsługę
Pomagamy w uzyskaniu kredytu
784 611 270, 605 325 056

AUTO NAPRAWA
• MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
• WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA
Adam Szczypkowski
05-110 JABŁONNA ul. WYGONOWA 1
pn. - pt.: 8.00 - 17.00
☎605 94 91 91
022 782 49 10

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

TEL. **991**

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

POWIAT LEGIONOWSKI

Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
17.08.2022	Chotomów ul. Leśna ul. Jesionowa ul. Sosnowa ul. Klonowa ul. Piękna 30, 32, 34-69, 69A, 69B, 71, 73, 75, 75A, 77, 79, 81 ul. Krótka 1, 2, 3, 4, 6 ul. Kolejowa 45, 47A, 69, 69A, 69B, 73, 75B, 79, 81, 51A, 55 ul. Partyzantów 10, 10A, 12, 14, 14A, 16, 18, 20, 22, 24, 24/4, 25, 27, 27A, 29, 29A-E, 31, 31A-C, 33 ul. Strażacka 1, 3, 8, 10 ul. Piusa XI 73, 73A, 75, 77, 78 ul. Jaśminowa	04-1831 (CHOTOMÓW UL. KOLEJOWA), 04-0013 (CHOTOMÓW STRAŻ), 04-0320 (CHOTOMÓW LEŚNA), 04-1120 (CHOTOMÓW PKP), 04-0309 (CHOTOMÓW PIĘKNA)	09:00-13:00

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

OGŁOSZENIE

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części wsi Krubin (rejon ul. Nowodworskiej i ul. Szafirowej) wraz z prognozą oddziaływania na środowisko.

Na podstawie art. 17 pkt 9 i 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz. U. z 2022 r. poz. 503) oraz art. 39 ust. 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz. U. z 2022 r. poz. 1029) w związku z uchwałą Nr XXII/242/2020 Rady Gminy Wieliszew z dnia11 września 2020 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części wsi Krubin (rejon ul. Nowodworskiej i ul. Szafirowej), gmina Wieliszew

zawiadamiam o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części wsi Krubin (rejon ul. Nowodworskiej i ul. Szafirowej), gmina Wieliszew wraz z prognozą oddziaływania na środowisko,

w dniach od 22 sierpnia 2022 r. do 22 września 2022 r.,

w siedzibie Urzędu Gminy Wieliszew (Sala Koncertowa im. Krzysztofa Klenczona) w poniedziałki w godz. 8^{00}- 18^{00}, od wtorku do piątku w godz. 8^{00} - 16^{00} oraz na stronie www.bip.wieliszew.pl.

Dyskusja publiczna nad przyjętymi w ww. projekcie rozwiązaniami odbędzie się **07 września 2022 r. w siedzibie Urzędu Gminy Wieliszew, ul. Krzysztofa Kamila Baczyńskiego 1, 05-135 Wieliszew (Sala Koncertowa im. Krzysztofa Klenczona) o godz. 13^{00}.**

Zgodnie z art. 18 ust. 1 ustawy każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie planu miejscowego może wnieść uwagi.
Uwagi do projektu planu można składać w formie papierowej lub elektronicznej, a w przypadku prognoz oddziaływania na środowisko także ustnie do protokołu, do Wójta Gminy Wieliszew, ul. Krzysztofa Kamila Baczyńskiego 1, 05-135 Wieliszew (jako wniesione na piśmie uznaje się również uwagi wniesione za pomocą elektronicznej skrzynki podawczej opatrzone kwalifikowanym podpisem elektronicznym, podpisem zaufanym albo podpisem osobistym), z podaniem imienia i nazwiska wraz z adresem zamieszkania lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu siedziby, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy, **w nieprzekraczalnym terminie 07 października 2022 r.**
Jednocześnie informuję, że zgodnie z art. 46 ust. 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz. U. z 2022 r. poz. 1029), prowadzone jest postępowanie w sprawie strategicznej oceny oddziaływania na środowisko dotyczącej projektu ww. planu, zaś zgodnie z art. 54 ust. 2, organ opracowujący projekt planu zapewnia możliwość udziału społeczeństwa w tych postępowaniach. Stosownie do art. 39 ust. 1 i art. 40 ww. ustawy informuję o możliwości zapoznania się z dokumentacją sprawy w siedzibie Urzędu Gminy Wieliszew lub na stronie www.bip.wieliszew.pl oraz o możliwości zgłaszania uwag na warunkach określonych w niniejszym ogłoszeniu **w nieprzekraczalnym terminie 07 października 2022 r.** Organem właściwym do rozpatrzenia uwag jest Wójt Gminy Wieliszew.

Z up. Wójta
Z-ca Wójta Gminy
Magdalena Stanisława Radzikowska

PRACA

dam pracę

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

Magazynier. Atrakcyjne wynagrodzenie 664473560
LEG 52614

Młodego mężczyznę do przyuczenia 664 473 560
LEG 52616

- **Poszukiwany Kucharz / Kucharka do Sali Weselnej 509593786**
PS_INNA 52609
- Zatrudnię pomocników brukarzy oraz doświadczonych brukarzy. Dobrze widziane prawo jazy kat. B. Proszę o kontakt telefoniczny. 518938622 zebrowski25@vp.pl
PUL 52554
- Produkcja chusteczek nawilżających. 2-3 zmiany. Również dla osób z niepełnosprawnością. Radzymin. 734 108 163
LEG 52621

AUTO-MOTO

sprzedam

- Kia Ceed 2018 r. 1,6 CRDI, 136KM, automat, 70 tys. km, nawigacja, kamera cofania, I właściciel, serwisowany, gwarancja fabryczna, bezwypadkowy 601394754
PUL 52608
- **Kupię KażdeAutoOsobowe Busy SkuteryMotory Najlepsze CenyNaRynku MożliwośćZwrotuOcMaszCośDzwoń NatychmiastowyOdbiór Błyskawiczna Wycena Kupuję Calei rozbitę BezOclPrzeglądui Do Drobnych Naprawl ZadbaneAuta Zaświadczenia DoKasci 502964469**
LEG 52584
- Renault Thalia 2003 r. niski przebieg, stan dobry, garażowany, opłacony, z aktualnym przeglądem technicznym 530 827 162
PUL 52624

ZDROWIE

przychodnie

ultramedica
CENTRUM ZDROWIA KOBIETY
KLINIKA
GINEKOLOGICZNO - POŁOŻNICZA
Legionowo, ul. Sienkiewicza 10 I p. nad HEBE
tel. 22 732 24 86, 518 447 748

- - ginekologia kompleksowo, prowadzenie ciąży USG 3D/4D
- ortopeda dziecięcy i dla dorosłych
- proktolog, również zabiegi
- dietetyk klliniczny,
ul.Sienkiewicza 10, tel. 518 447 748
www.umedica.pl
LEG 52366

TURYSTYKA

USŁUGI

remont i budowa

- Budowa domów, elewacje, wykończenia, poddasza, ogrodz. 603458182
PUL 52626
- Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757
LEG 52381
- Remonty mieszkań. Tanio i solidnie. Tadeusz. 508-074-201
NDM 52286

ogrodnicze

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

naprawy

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

finanse i prawo

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

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

eprasa.pl 2e37753b41

UBEZPIECZENIA
Wiesława Nawrot

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

inne

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

■ Elektryk - złota rączka 515010373
LEG 52617

ROBERT
WYNAJEM I USŁUGI PODNOŚNIKIEM KOSZOWYM
602 86 57 86
www.robert.media.pl

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

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam mieszkanie

■ L-wo Osiedle Młodych 63,5m2, 3p. z czterech, do remontu, piwnica oraz garaż wolnostojący, tel. 504078484
LEG 52612

sprzedam działkę

■ Olszewnica Stara około 1000m2, prąd, gaz, wodociąg, 300zł/m2 do negocjacji 501833362
LEG 52594

■ Sprzedam 4ha gm.Zatory 603458182
PUL 52625

■ Sprzedam działkę w Nowym Modlinie o powierzchni 10750m2, 5 km od lotniska Warszawa-Modlin z własnym ujęciem wody i miejskim, blisko gaz nitka, kanalizacja miejska, światłowód, na działce transformator przydział 250 kw, z budynkiem 300 m do remontu na 3 stanowiska warsztatu samochodowego, stanowisko na myjnię, plus 100 m garaże w szeregu, 3 wjazdy, nieruchomość idealna na dochodowy parking lotniskowy i nie tylko, możliwość również zabudowy domków jednorodzinnych itp. tel. 508 431 840
NDM 52611

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

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

do wynajęcia

■ Do wynajęcia w Pułtusku mieszkanie dla kobiety b. tanio 509661909
PUL 52623

poszukuję do wynajęcia

■ Szukam mieszkania do wynajęcia w Legionowie, wiarygodny płatnik tel. 509 607 023
LEG 52627

inne

■ Kwatery pracownicze, dla grup, Modlin Stary blisko PKP, 800 zł/osobę, tel.: 502481063
NDM 52610

DMK NIERUCHOMOŚCI

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

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

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez

RESTAURACJA LEGIONOWSKA

■ **RESTAURACJA LEGIONOWSKA; chrzciny, komunie, stypy, urodziny, uroczyste obiady, romantyczne kolacje, catering. Tel. 505-360-809, www.legionowska.pl**
LEG 52607

MATRYMONIALNE

KOMUNIKATY

RÓŻNE

■ **Kupię szklarnie do rozbiórki mnożarki, gotówka 515924866**
LEG 52390

■ Sprzedam duże drewniane rzeźby, kapliczki 601913597
LEG 52606

FOTO -TANIO- VIDEO
www.foto-legionowo.pl

PRZYCHODNIA DLA ZWIERZĄT
lek. wet. MIROSŁAW KADO
specjalista chorób psów i kotów
ŁAJSKI ul. Nowodworska 93
tel.(cały czas) 22 782 22 82
602 237 021
RENTGEN CYFROWY, USG, EKG
LASER, ANALIZY KRWI,
CHIRURGIA, KRIOTERAPIA,
ULTRADŹWIĘKOWE USUWANIE KAMIENIA
WYDAWANIE PASZPORTÓW, CHIPY

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

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

Ogłasza nabór na stanowisko:

1. Specjalista ds. nadzoru i rozliczeń robót eksploatacyjnych
- preferowane wykształcenie średnie lub wyższe budowlane.
2. Gospodarz domów mieszkalnych.

Kontakt osobisty lub telefoniczny: pokój nr. 13,

telefon 22 775-29-11 wew.25

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

OGŁASZA PRZETARG NIEOGRANICZONY

na wykonanie rozbiórki istniejących altan śmietnikowych i postawienie nowych altan przy ul. Bohaterów Modlina 61 i Bohaterów Modlina 63 w Nowym Dworze Mazowieckim.

Szczegółowe informacje dostępne są na stronie internetowej www.smlw-daznosc.pl

eprasa.pl 2e37753b41

Przeszczepy od świń mogłyby ratować ludzi

Potrzeba coraz więcej przeszczepów, a liczba dawców się nie zwiększa. Naukowcy testują więc transplantacje narządów od zwierząt, głównie od świń. O tym, czy to dobry pomysł - i jakie ma szanse powodzenia, mówi transplantolog, prof. dr hab Zbigniew Włodarczyk

Prof. dr hab. Zbigniew Włodarczyk jest kierownikiem Katedry Transplantologii i Chirurgii Ogólnej oraz dziekanem Wydziału Lekarskiego Collegium Medicum w Bydgoszczy Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu. Jest specjalistą chirurgii ogólnej i transplantologii klinicznej. Posiada członkostwo brytyjskiego Królewskiego Towarzystwa Chirurgów. Był członkiem Krajowej Rady Transplantacyjnej, a także konsultantem wojewódzkim w transplantologii klinicznej. Był wieloletnim członkiem Zarządu Głównego Polskiego Towarzystwa Transplantacyjnego, któremu także prezesował.

Niedawno zespół z New York University doniósł o wszczepieniu - do sztucznie podtrzymywanych organizmów dwóch zmarłych wcześniej pacjentów - serc pobranych od zmienionych genetycznie świń. Eksperyment uznano za sukces. Czy to przełom?

ZW: Przełom to coś, co zmienia oblicze medycyny. Takie zdarzenia mają miejsce rzadko. Możemy raczej mówić o kolejnym kroku, który może do tego doprowadzić, ale teraz jeszcze nie wprowadza on dramatycznych zmian. Celem tego dosyć niecodziennego zabiegu było sprawdzenie, jak serce ksenogeniczne, czyli pobrane od gatunku innego, niż człowiek, zachowa się w ludzkim organizmie.

Dotychczas podobne obserwacje prowadzone były tylko w sytuacji klinicznej, tzn. kiedy lekarze podejmowali desperackie próby przeszczepienia serc pobranych od świń, ewentualnie od małp - człowiekowi żywemu, aby ratować jego życie.

W przeszczepach ksenogenicznych pokładano nadzieje już pod koniec XIX i na początku XX wieku i nie spełniły one oczekiwań. Takie zabiegi prowadzono także w Polsce. M.in. Zbigniew Religa przeszczepiał serca pochodzące od świń, ale rezultaty nie były dobre.

Jak więc był cel najnowszego eksperymentu?

ZW: Priorytetem nie było leczenie, dlatego można było skupić się na obserwacji zachowania samego wszczepionego narządu. Zastosowana metoda jest oczywiście unikalna. Czekamy teraz na wyniki.

Czy chodzi o szybkie odrzucanie takich przeszczepów?

ZW: Znakomity brytyjski transplantolog Roy Calne podzielił zwierzęta na zgodne i niezgodne z człowiekiem pod względem układu odpornościowego. Na przykład zakres immunologicznej zgodności jest dużo wyższy w przypadku małp naczelnych, niż innych zwierząt, w tym świń. Chodzi o znajdujący się na komórkach większości gatunków antygen, który obecny jest także na powierzchni bakterii. Układ odpornościowy nie wie, że ma do czynienia z przeszczepem, i w odpowiedzi na ten antygen rozpoczyna atak, niszcząc obcy narząd.

Jednak naukowcy starają się tę barierę pokonać. Jak to robią?

ZW: Istnieją dwa możliwe podejścia. Jedno celuje w układ odpornościowy człowieka, ale to nie jest raczej dobra droga, ponieważ wymaga silnego stłumienia odpowiedzi immunologicznej. To by powodowało, że organizm stanie się bezbronny. Drugie podejście, wykorzystane w najnowszym eksperymencie z sercami świń, opiera się na samej modyfikacji zwierząt - tak, aby ich narządy nie były odrzucane. Można na przykład wyłączyć gen odpowiedzialny za produkcję wspomnianego antygenu.

Sytuacja jest jednak bardziej skomplikowana, bo układ odpornościowy działa wielostronnie i może nadal atakować narząd. Prowadzone są więc prace nad tym, aby dzięki dodaniu odpowiednich genów sprawić, by w zwierzęciu rozwijał się jeden narząd, np. wątroba czy serce, który będzie zbliżony do narządu ludzkiego. To obiecujący kierunek.

A czy taki organ nie będzie się szybko starzał? Świnia żyje od 15 do 20 lat. Czy to nie oznacza, że np. pobrane od niej serce za 20 lat będzie już bardzo stare?

ZW: Tego nie wiemy, ponieważ procesy starzenia się są bardzo złożone. Jeśli tak się będzie działo, być może nauka też znajdzie na to sposób. A jeśli nie, to po odpowiednim czasie można usunąć stary organ i wszczepić nowy.

Dlaczego naukowcy skupiają się na świniach, skoro duże małpy są bardziej zgodne z człowiekiem?

ZW: W tym przypadku istotne są względy etyczne. Biolodzy ustalili już, że małpy naczelne mają silnie rozwiniętą inteligencję i emocjonalność. Czują np. przywiązanie, radość, tęsknotę i oczywiście ból. Niektórzy nawet klasyfikują je jako istoty mieszczące się pomiędzy ludźmi i zwierzętami - jeszcze nie ludzie, ale już nie zwierzęta. W wielu krajach nie wolno już na nich prowadzić badań medycznych. Nie powinno też się ich łapać w celu zamykania w zoo.

Świń póki co w podobny sposób się zwykle nie postrzega.

ZW: „Postrzega" to tutaj dobre słowo, ponieważ - jak wskazują badania - świnie mają inteligencję wyższą od psów. Niemniej jednak masowo hoduje się je na mięso i wyroby ze skóry. Być może kiedyś też się to zmieni, ale obecnie ten gatunek jest masowo wykorzystywany.

A może dzięki genetycznym manipulacjom uda się hodować same ciała zwierząt, tylko z tą częścią układu nerwowego, która będzie niezbędna do życia reszty organizmu? Takie osobniki niczego by nie czuły, właściwie trudno byłoby mówić o zwierzęciu.

ZW: Dzisiaj takie metody mieszczą się raczej w sferze fantastyki naukowej, ale teoretycznie kiedyś może to być wykonalne.

Wypowiadający się na temat ksenotransplantacji eksperci zwracają również uwagę na inne zagrożenie - wirusy. Na czym ono polega?

ZW: Obawiamy się transferu wirusów obecnych w zwierzętach. Większość takich zarazków jest dla człowieka niegroźna, jednak może się zdarzyć, że jeśli pokonają gatunkową barierę, to zmutują i staną się zjadliwe. Epidemia Covid-19 pokazała, że takie sytuacje mogą mieć miejsce. SARS-CoV2, jak się uważa, przeszedł przecież na człowieka od zwierząt, dla których był nieszkodliwy. Podobnie było z HIV. W przypadku świń chodzi głównie o utajone retrowirusy, czyli PERV. U ok. 30 proc. osób, którym wszczepiano pobrane od świń wysepki trzustkowe, można było potem wykryć przeciwciała przeciw świńskim wirusom, choć nie pojawiła się żadna infekcja.

Wspomniał Pan o Covid-19. Taki wirus pochodzący od świni może więc być zagrożeniem nie tylko dla pacjenta, ale także dla innych ludzi? Czy może nawet wywołać epidemię?

ZW: Nie demonizowałbym zagrożenia, choć takich zdarzeń też wykluczyć nie można.

Nie da się takich wirusów pozbyć?

ZW: Może to być niewykonalne, m.in. dlatego, że część z nich jest wbudowana w genom zwierząt i przekazywana z pokolenia na pokolenie.

Jednak może warto pewne ryzyko podjąć - a także wszystkie wysiłki, o których Pan powiedział. Korzyści z ksenotransplantacji mogą być olbrzymie, prawda?

ZW: Po pierwsze, zapotrzebowanie na zabiegi stale się zwiększa, a liczba dawców - nie. Przy tym od żywego człowieka można pobrać tylko jedną nerkę oraz wycinek wątroby - nic więcej. Zwierzęta siłą rzeczy mogą więc stać się rezerwuarem relatywnie łatwo dostępnych narządów.

Jak dobrze one mogą działać?

ZW: Anatomiczne różnice między świńskimi i ludzkimi organami są często niewielkie. Serce czy nerka mogą działać niemal tak samo, jak naturalny narząd człowieka.

A czy z pomocą manipulacji genetycznych możliwe byłoby hodowanie zwierzęcia z myślą o konkretnym pacjencie, tak aby organy najlepiej do niego pasowały?

ZW: Taki jest też cel - aby transplantacje były spersonalizowane. Przeszczep tego rodzaju nie wymagałby nawet podawania leków immunosupresyjnych. Jeśli to się powiedzie, to rzeczywiście byłby przełom. Nie sądzę, aby to nastąpiło w czasie mojego życia zawodowego, ale w przyszłości może się zrealizować.

Naukowcy próbują już hodować narządy w laboratorium. Czy więc ksenotransplantacje mogą być raczej etapem przejściowym, zanim same organy nie będą hodowane na zamówienie?

ZW: Nauka i medycyna często rozwijają się nieprzewidywalnie, więc tego nie wiemy. Ważne jest, aby podejmować różne próby - i zwykle po czasie okazuje się, którą drogę wybrać najlepiej. Obecnie bada się trzy ścieżki - ksenotransplantacje, hodowle narządów oraz wytwarzanie ich z pomocą biodruku 3d. Na przykład udało się już wyhodować nerkę, która w modelu zwierzęcym produkowała mocz. Już dawna hoduje się skórę, którą rutynowo wykorzystuje się przy poparzeniach.

Czy pokusiłby się Pan o podanie perspektywy czasowej, kiedy któraś z tych metod może na dużą skalę wejść do klinik?

ZW: Myślę, że nikt rozsądny tego nie powie. Wspomniany przeze mnie Roy Calne stwierdził kiedyś, że przełom w transplantologii jest tuż za rogiem, tylko ten róg znajduje się cholernie daleko.

rozmawiał Marek Matacz (PAP) Nauka w Polsce

CENTRUM MEDYCZNE
GABINTER
ul. Krasińskiego 64, 05-120 Legionowo
GODZINY OTWARCIA:
Poniedziałek - Piątek 9-20
Sobota 10-15
Gabinter.pl
-10% zniżki na POBRANIA KRWI do końca września 2022r.
LEKARZE SPECJALIŚCI
• Interna i Medycyna Pracy
• Ortopedia i Traumatologia
• Ortopedia Dziecięca (badania preluksacyjne)
• Kardiologia
• Chirurgia
• Chirurgia Plastyczna
• Neurochirurgia
• Radiologia
• Rehabilitacja
• Pobrania Krwi
• Szczepienia na COVID-19 (4 dawka już dla osób 60 plus)
REJESTRACJA
tel: 22 774 09 66 tel: 737 144 444

eprasa.pl 2e37753b41

Trwają intensywne prace przy budowie Centrum Społeczno-Kulturalnego w Wieliszewie

Dokładnie miesiąc temu przy ulicy Niepodległości pojawił się ciężki sprzęt, by kawałek po kawałku usunąć kolejne elementy starej remizy OSP. Tak rozpoczął się nowy rozdział w życiu wieliszewskiej społeczności. Inwestycja zakończy się za niecałe dwa lata. Wówczas na działce przy ul. Niepodległości 1 powstanie Centrum Społeczno-Kulturalne, które stanie się miejscem integracji mieszkańców.

W budynku znajdzie się nowa remiza, miejsce przeznaczone do spotkań mieszkańców oraz część wyznaczona na lokal gastronomiczny.

Piętro Centrum w całości będzie przeznaczone na rzecz Ochotniczej Straży Pożarnej. Na parterze znajdzie się garaż z czterema stanowiskami dla wozów bojowych. Sala o wielkości ok. 170 m2 zostanie przeznaczona na cele integracji mieszkańców naszej gminy. W centralnej części obiektu znajdzie się wydzielona część przeznaczona na lokal gastronomiczny.

Inwestycja obejmuje również budowę zjazdu na ul. Modlińską, przebudowę dwóch zjazdów na ul. Niepodległości, budowę parkingu naziemnego, budowę wieży sygnałowej i masztów flagowych oraz budowę instalacji zewnętrznych. Inwestycję realizuje firma EKO-INVEST Sp. z o.o. z Kielc. Łączna wartość budowy Centrum Społeczno-Kulturalnego to 8 228 700,00 zł. 3 500 000 zł gmina otrzymała ze środków Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych - środki z funduszy przeciwdziałania COVID-19 dla Jednostek Samorządu Terytorialnego. Pozostałą kwotę, tj. 4 728 700 gmina finansuje z własnego budżetu.

STRONA PRZYGOTOWANA PRZEZ REFERAT INFORMACJI I PROMOCJI GMINY WIELISZEW

eprasa.pl 2e37753b41

WYZWALAM SIĘ TAM Z PRZYKRYCH MYŚLI

Jan Gorczyński jest znanym pułtuszczaninem, szczególnie ludziom starszego pokolenia (praca w Komendzie Hufca, w RUCHU, w PZW). To mąż Alicji Gorczyńskiej, również znanej i zasłużonej polonistki Liceum Pedagogicznego, Liceum Wychowawczyń Przedszkoli i ZS im. Bolesława Prusa. Spotkałam się z nim w RODZINNYCH OGRODACH DZIAŁKOWYCH (Rybitew 1), na działce oznaczonej numerem 156

Wśród gąszczu zieleni opowiedział mi o swojej samotności, a w niej i o spokoju, jaki niesie obcowanie z działkową przyrodą, z działką, na której rzucają się w oczy pomidory, ziemniaczki, a najbardziej drzewo - lipa, dobrze ponad dwudziestoletnia. Jeszcze jej daleko do tej czarnoleskiej, ale lipa to lipa, symbol sielskości i spokoju. Mnie, która zna Alicję, owa lipa kojarzy się z innym jeszcze drzewem, właściwie drzewami – sosnami. A jak z sosnami to i przednią felietonową publikacją Alicji Z SZUMU SOSEN PUSZCZY BIAŁEJ. – Pamiętam, jak żona tworzyła swoją publikację, ona miała nieprzeciętny talent literacki, też pięknie śpiewała – podaje mój rozmówca.

Rybitew 1 to największy ogród działkowy, w jego skład wchodzi aż 380 działek i 17 alejek. – Moja działka, trzystumetrowa, a mam ją od 1994 roku, jest warzywniczo - ogrodowa - mówi pan Jan. – Pod lipą mam miejsce na posiedzenie, odpoczynek, na wypicie kawy. Wyzwalam się tam z przykrych myśli, bo samotność jest dokuczliwa. Za sprawności żony siadaliśmy sobie pod tym drzewem, w cieniu, rozmawialiśmy. W 1994 r. zastałem na działce, leżące wśród chwastów winogrono, podniosłem je, podwiesiłem i tam właśnie postawiłem taką niby altankę. Tam też posadziłem tę lipę, drzewo z szacunku dla Alicji, która też kochała przyrodę. Ta lipa jest... elegancko rozwidlona, pięknie uliściona.

Działka J. Gorczyńskiego wita gości ozdobnym wejściem, na którym widnieje blaszany kogut w trójkącie z brzozowych tyczek. Pod kogutem nr działki - 156. – To takie typowe dla działki, nazywam to totemem i chcę pokazać innym działkowiczom, jak można wyróżnić działkę, uestetycznić wejście. Takie mam poczucie stylu. Według mnie godne uwagi są też działki nr 60 czy 44. Dodam, że dwie trzecie naszych działkowiczów to warszawiacy – podaje pan Jan. – A pod tą lipą mam ławeczkę, pijamy sobie herbatkę, kawkę, to rozkosz. Ostatnio gościłem koleżanki żony, gdy lipa kwitła, pachniała, brzęczały pszczoły. Mimo to myślę o sprzedaży działki, mam już 85 lat, sił coraz mniej. Ale w tym roku chcę tu jeszcze być, tak powiem, poszaleć jeszcze na łonie przyrody, zebrać jabłka, śliwki. Nacieszyć się bliskością przyrody.

GMD

CAŁY CZAS DAJEMY KROK W PRZYSZŁOŚĆ

Z Katarzyną Maryniak, prezeską ZARZĄDU FUNDACJI KROK W PRZYSZŁOŚĆ, rozmawia Grażyna M. Dzierżanowska

Rozmawiamy w nowej siedzibie FUNDACJI, w lokalu przy 3 Maja, po pogotowiu ratunkowym. Ów lokal - na ręce Katarzyny Maryniak – nieodpłatnie przekazał prof. Robert Gajda. Pytany o ten gest, tak powiedział:

Należy wspierać ludzi, którzy pomagają innym – szczególnie bezinteresownie, szczególnie tym w głębokiej potrzebie, często wstydzących się wyciągnąć rękę o pomoc. A taką działalność prowadzi pani Katarzyna Maryniak. Wierzę w powrót DOBRA. Dla nas to groszowa sprawa (media i czynsz). Dla innych to duża pomoc, czasem nie do przecenienia... Nic więcej!

***

O, pierwszy raz jestem w nowej siedzibie Katarzyny Maryniak...

Tak, przy ulicy 3 Maja, po byłym pogotowiu ratunkowym. Lokal dostaliśmy od pana Gajdy. Poszłam do niego, zwróciłam się o pomoc, powiedziałam, co i dla kogo robimy. I pan Robert powiedział, że wesprze mnie, jest całym sercem za tym, co robię, no i udostępnił nam lokale. Bardzo mnie pozytywnie zaskoczył i jesteśmy mu bardzo wdzięczni. Przenieśliśmy więc nasz punkt pomocy humanitarnej i jadłodzielnię właśnie tu, rozszerzamy działalność.

OK, to co to jest jadłodzielnia i co znaczy rozszerzamy działalność?

Jadłodzielnia to punkt, do którego każdy może przynieść żywność, która mu zbywa, np. świąteczną, imieninową, inną. Są osoby, które taką żywność przynoszą i takie, do której ona trafia. Na miejscu też można skonsumować podarowane danie. A ponadto będziemy tu prowadzić CENTRUM PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY, będą świadczone porady prawne, do projektu włączyła się pani Iwona Wybrańska, adwokat. Będą terapie z osobami, które są sprawcami czy ofiarami, będą konsultacje i poradnia mailowa.

Od kiedy ruszy owo CENTRUM?

Myślę, że tak od 20 sierpnia, natomiast od września ruszamy ze świetlicą środowiskową dla dzieci. Zapraszamy więc dzieci w wieku 7-15 lat, już kilka osób się zgłosiło. Są to dzieci naszych podopiecznych, którzy mają najróżniejszego rodzaju problemy. Ja będę prowadzić zajęcia z dziećmi, jestem magistrem resocjalizacji, mam skończone liczne kursy i mamy chętnych wolontariuszy, osoby z Pułtuska w wieku 30-45 lat. No i innowacyjny projekt przed nami...

... już jestem ciekawa.

Powstanie internetowe radio, które będą prowadzić nasze dzieci. Mam znajomego, który jest dyrektorem RADIA OKO w Ostrołęce, więc zorientuje dzieciaki, jak to wszystko funkcjonuje. Dzieci będą miały w tym RADIU swoją audycję.

Ten punkt pomocy humanitarnej, co można do niego przynosić?

Ubrania, zabawki, buty, książki, gry, sztućce, ale nie przyjmujemy dużych gabarytów. Mamy taki system – ludzie nam wysyłają zdjęcia, my wrzucamy je na naszego fanpage, bądź wysyłamy do zainteresowanych i tych ludzi kontaktujemy ze sobą.

Dużo jest chętnych do odbioru gabarytów?

Sporo się zdarza, jak wystawimy przedmiot dużych gabarytów, to on znika w ciągu jednego dnia. Ofiarodawców też jest coraz więcej, w ogóle coraz więcej ludzi wie o naszym punkcie. Codziennie przychodzi do nas tak około 20-30 osób potrzebujących. Przychodzili również emigranci wojenni, dużo skorzystali z odzieży, z żywności.

Nadal potrzebujący korzystają z darów BANKU ŻYWNOŚCI?

Projekt na razie się zakończył, wkrótce ruszy nowy; projekty są na dane lata, będzie nowy rzut na 6-7 lat, będziemy więc podpisywać długofalową umowę na żywność. Do tej pory korzystaliśmy z Banku Żywności, natomiast zmieniliśmy swoje cele statutowe i możemy brać produkty bezpośrednio z UE i możemy je dystrybuować po różnych fundacjach. Mamy busa RENAULT TRAFIC i on się tu przydaje.

Bieda w Pułtusku i okolicy... Jaka jest i z czego wynika?

Biedy jest sporo i bezrobocie jest duże.

A może są i ludzi, którzy nie chcą podjąć pracy?

Też!

Tzw. przemocowców dużo w rodzinach?

Zdarzają się, trafiło do nas kilka takich osób; osoby uzależnione wysłaliśmy do ośrodka oddalonego od Pułtuska o 200-300 km. Terapia tam trwa około pół roku. Na razie nie wróciły. Jedna osoba nie zdecydowała się na ośrodek, ale nie pije.

Kobiety też bywają przemocowe?

Zdarza się stosowanie przemocy wśród kobiet. Zazwyczaj kobiety stosują przemoc psychiczną i fizyczną, częściej wobec dzieci niż partnera.

A PRZEDSIĘBIORSTWO SPOŁECZNE, co to za twór?

Polega ono na tym, że panie, dziewczyny, świadczą usługi sprzątające, sprzątają mieszkania, domy, biura, pomniki cmentarne, myją okna, piorą tapicerki. A jak się to zadziało? Świadcząc pomoc, zauważyliśmy, że dość dużo osób mamy bezrobotnych. Pomyśleliśmy, że damy im nie tylko rybę, ale i wędkę, którą mogą złowić tę przysłowiową rybę. Założyliśmy je pod naszą FUNDACJĄ. PRZEDSIĘBIORSTWO SPOŁECZNE zatrudnia cztery panie na umowę o pracę. I one świadczą usługi sprzątające na terenie miasta i okolic. To szeroki zakres usług.

No to nieźle Pani prezes wydłużyła KROK W PRZYSZŁOŚĆ.

Tak, cały czas dajemy KROK w PRZYSZŁOŚĆ. Dużo mamy wolontariuszy, ja też działam społecznie w FUNDACJI i mamy nadzieję, że będziemy się rozwijać jeszcze więcej, bardziej.

LATO w MIEŚCIE?

W tym roku nie udało nam się zorganizować LATA w MIEŚCIE, natomiast już w ferie zimowe zorganizujemy pierwsze półkolonie. W przyszłym roku, myślę, zorganizujemy dwa turnusy kolonii i obozy dla dzieci, i pewnie półkolonie na miejscu.

Od Urzędu Miasta czego by pani oczekiwała?

Współpracy!

Pani osobiście, słyszałam, też niesie dobro drugiemu człowiekowi.

Owszem, przyjęłam rodzinę z Ukrainy, udostępniając jej mieszkanie swojej zmarłej babci.

Piękny gest.

eprasa.pl 2e37753b41

XVII Legionowski Festiwal Muzyki Kameralnej i Organowej

2022

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

31 lipca
godz. 16.30
Rodzinne Trio Wiolonczelowe
Katarzyna Olszewska – organy

7 sierpnia
godz. 17.00
Krakowskie Trio Stroikowe
Waldemar Gawiejnowicz – organy

14 sierpnia
godz. 17.00
AerOphonic
Paweł A. Nowak - akordeon, Maciej Zakrzewski - organy

21 sierpnia
godz. 16.30
Jan Bokszczanin – organy
recital organowy

28 sierpnia
godz. 16.30
Kwartet smyczkowy **Prima Vista**
Adam Sadowski – organy

4 września
godz. 19.00
Aleksandra Podwojska – sopran
Patryk Podwojski – organy

Dyrektor artystyczny: prof. dr hab. Jan Bokszczanin

organizatorzy

Miasto Legionowo
MOK Legionowo
Św. Jan Kanty Legionowo
pma PRO MUSICAE ARTIS

patronat honorowy

Romuald Kamiński
Biskup Warszawsko-Praski

patronat medialny

toiowo
idziemy
MIEJSCOWA na weekend
TV

eprasa.pl 2e37753b41

TELEFON INTERWENCYJNY: 512 405 978, redakcja@pultuszczak.pl

Złoci Jubilaci w Ratuszu

Pięć Złotych Par obchodziło 3 sierpnia swoje rocznice 50. wspólnie przeżytych lat. Z tej okazji dostojni Jubilaci – **Państwo Krystyna i Zenon Kruchelscy**, **Maria i Zdzisław Pikowie**, **Hanna i Janusz Winciunasowie**, **Regina i Tadeusz Wrzesińscy** oraz **Zofia i Ryszard Żurawińscy** – zostali odznaczeni medalami „Za długoletnie pożycie małżeńskie" przyznanymi im przez Prezydenta Rzeczpospolitej Polskiej. W imieniu Prezydenta medale wręczył Burmistrz Miasta Pułtusk Wojciech Gregorczyk.

„Jubileusze złotych godów cieszą się wielkim uznaniem, poważaniem i szacunkiem społecznym. Tak wiele wspólnie przeżytych lat to wspaniały przykład do naśladowania dla waszych dzieci, wnuków i wszystkich młodych małżeństw. To świadectwo, że rodzina jest wielką wartością w życiu człowieka" – zaznaczył burmistrz, odczytując list gratulacyjny i składając w imieniu własnym oraz Samorządu Gminy Pułtusk najserdeczniejsze życzenia Złotym Jubilatom. W uroczystości wzięła również udział kierownik USC Bogumiła Przybyłowska oraz przedstawiciele rodzin świętujących par.

Następnie, przy torcie i kawie, Jubilaci z radością dzielili się swoimi wspomnieniami, doświadczeniami, nie zapominając przy tym ani o radościach, ani o troskach życia małżeńskiego, rodzinnego, jak również społecznego.

Serdecznie gratulujemy naszym Złotym Parom.

źródło: **pultusk.pl**

eprasa.pl 2e37753b41

Ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości

48-latek chciał uniknąć kary za popełnione przestępstwa. 3 sierpnia został doprowadzony do aresztu

Funkcjonariusze Posterunku Policji w Pokrzywnicy, realizując czynności służbowe, pojechali do jednej z miejscowości na podległym im terenie, gdzie miał przebywać poszukiwany nakazem doprowadzenia 48-letni mieszkaniec powiatu. Z relacji domowników wynikało, że mężczyzny nie ma pod wskazanym adresem. Wówczas policjanci zauważyli oddalającego się od posesji mężczyznę. Poszukiwany rzucił się do ucieczki w pobliski las. Po pieszym pościgu został zatrzymany przez policjantów. Mężczyzna już trafił do Aresztu Śledczego. Tam spędzi najbliższe sześć miesięcy za przestępstwo z art. 244 kk (złamanie zakazu prowadzenia pojazdów – dop. red.).

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**

Ucierpiała 35 – latka

Pułtuscy policjanci prowadzą postępowanie w sprawie wypadku drogowego, do jakiego doszło w miejscowości Łachoń, gm. Winnica. Kierująca skuterem z obrażeniami ciała trafiła do szpitala

Ze wstępnych ustaleń mundurowych wynika, że kierująca samochodem VW New Beetle, 40-letnia mieszkanka powiatu pułtuskiego, nie zachowała bezpiecznej odległości między pojazdami i najechała na tył poprzedzającego skutera Toros, kierowanego przez 35-latkę. W wyniku zdarzenia kierująca skuterem, z urazem głowy i ręki, została przetransportowana do szpitala w Makowie Mazowieckim. Przeprowadzone badania trzeźwości wykazały, że kobiety były trzeźwe. Mundurowi ponad 2 godziny pracowali na miejscu wypadku. Funkcjonariusze przesłuchali świadków, sporządzili oględziny i kierowali ruchem. Technik kryminalistyki zabezpieczył ślady i sporządził dokumentację fotograficzną. Teraz śledczy będą szczegółowo wyjaśniać jakie były przyczyny i okoliczności tego zdarzenia.

Apelujemy do kierowców o zachowanie ostrożności i rozwagi, aby każdy użytkownik ruchu drogowego mógł bezpiecznie dotrzeć do celu podróży.

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**

Oznakuj swój rower

W trosce o bezpieczeństwo mieszkańców powiatu pułtuskiego Komenda Powiatowa Policji w Pułtusku zachęca do znakowania rowerów. Dodatkowe oznakowanie markerem UV, bądź poprzez grawerowanie numerów na częściach rowerowych, da Policji możliwość weryfikowania legalności posiadanych jednośladów i sprawdzenia czy należą one do właściwej osoby. Pamiętajmy, że rowery oznakowane są mniej atrakcyjne dla złodziei, a dzięki temu są bardziej bezpieczne!

Chcąc oznakować rower należy zgłosić się z jednośladem, dowodem tożsamości i dowodem zakupu (paragon, faktura, umowa kupna) do Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku bądź Posterunku Policji w Pokrzywnicy/Świerczach w wyznaczonym terminie. Wymagane jest aby osobą zgłaszającą rower do oznakowania była osoba pełnoletnia. Użytkownicy jednośladów będą mieli do wyboru dwie możliwości oznakowania: grawerem lub markerem UV.

Należy pamiętać również o tym, aby jednoślady zgłaszane do oznakowania były sprawne pod względem technicznym i odpowiednio wyposażone. Przypominamy, że w warunkach gorszej przejrzystości powietrza oraz po zmroku rower musi być wyposażony w sprawne światło przednie i tylne.

Znakowanie rowerów jest jedną z metod zabezpieczania ich przed kradzieżą. W celu uzyskania pełniejszego efektu należy uzupełnić ją o pozostałe metody jak np. stosowanie odpowiednich zapięć gdy pozostawiamy rower w miejscu publicznym. Ponadto aby nie stracić roweru należy przestrzegać kilka zasad dotyczących jego przechowywania, np.: rowerów nie powinno się pozostawiać na klatkach schodowych, w piwnicach, na balkonach, a jeżeli jest to konieczne - trzeba zainwestować w solidne drzwi i zamki.

W przypadku gdyby doszło do kradzieży warto dysponować fotografią oraz spisanymi numerami fabrycznymi i cechami trwałymi roweru, bowiem w znaczny sposób ułatwi to jego identyfikację i ustalenie właściciela.

TERMINY ZNAKOWANIA ROWERÓW

Komenda Powiatowa Policji w Pułtusku, ul. Rynek 23, poniedziałek, wtorek - w godz. 9:00 – 14:00.

Posterunek Policji w Pokrzywnicy
środa – w godz. 9:00 – 14:00.

Posterunek Policji w Świerczach
środa – w godz. 9:00 – 14:00.

Pamiętajmy! Rowery oznakowane są mniej atrakcyjne dla złodziei, a dzięki temu są bardziej bezpieczne!

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**

Przykre konsekwencje brawury

Pułtuscy policjanci z całą stanowczością wyciągają konsekwencje w stosunku do piratów drogowych. Kolejna osoba straciła prawo jazdy za przekroczenie prędkości w obszarze zabudowanym, tym razem miernik wskazał 111 km/h. Przypominamy – nadmierna prędkość – to jedna z najczęstszych przyczyn wypadków drogowych

Mimo licznych apeli, policjanci wciąż ujawniają uczestników ruchu drogowego, którzy stwarzają realne zagrożenie na drogach. 4 sierpnia, funkcjonariusze z pułtuskiej drogówki zatrzymali kierowcę Skody, który przez Głodowo, na odcinku drogi, gdzie prędkość dozwolona wynosi 50 km/h, jechał o 61 km/h za dużo. 44-latek z Warszawy stracili prawo jazdy i został ukarany mandatem w wysokości 2 000 zł, połączonym z 10 pkt karnymi.

Apelujemy o rozsądek na drodze. Kierowcy „noga z gazu"! Brawura, nadmierna prędkość, alkohol to najczęstsze przyczyny kolizji czy wypadków. Zadbajmy o bezpieczeństwo swoje i innych uczestników ruchu drogowego. Czasami kilka sekund decyduje o ludzkim życiu czy zdrowiu!

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**

Trzech nietrzeźwych w godzinę

Wraz z rosnącą temperaturą i liczbą osób spędzającą czas nad wodą, wzrasta też liczba policyjnych patroli zaangażowanych w dbanie o porządek i bezpieczeństwo osób wypoczywających. Tylko jednego dnia policyjni wodniacy zatrzymali aż trzech nietrzeźwych sterników, którzy pływali po rzece Narew. Niechlubnym rekordzistą okazał się 61-letni turysta z powiatu mińskiego, płynący pontonem wędkarskim napędzanym silnikiem spalinowym. Miał 1,5 promila alkoholu w organizmie

Policyjni wodniacy rozpoczynając sezon letni zapowiadali liczne kontrole stanu trzeźwości osób wypoczywających na wodzie. Mimo tego, jak pokazują statystyki, nadal wiele osób decyduje się korzystać ze sprzętu wodnego będąc pod wpływem alkoholu. Tylko jednego dnia policjanci interweniowali wobec 3 takich nieodpowiedzialnych osób.

Jako pierwszy w ręce policyjnych wodniaków wpadł 61-letni mieszkaniec powiatu mińskiego. Mężczyzna, nie spodziewając się kontroli, sterował pontonem wędkarskim napędzanym silnikiem spalinowym mając 1,5 promila alkoholu w organizmie. Drugi nietrzeźwy sternik to 44-letni mieszkaniec Mińska Mazowieckiego. Ten turysta miał ponad 1 promil alkoholu w organizmie. Trzeci nieodpowiedzialny sternik to 46-letni mieszkaniec powiatu nowodworskiego. Podobnie jak poprzednicy, sterował pontonem wędkarskim napędzanym silnikiem spalinowym. Miał blisko 1,5 promila alkoholu w organizmie. Kontrole miały miejsce na szlaku żeglugowym na wysokości miejscowości Pogorzelec.

Policjanci przypominają, że pływanie pojazdem mechanicznym w stanie nietrzeźwości jest przestępstwem zagrożonym karą pozbawienia wolności do lat 2.

Niezależnie czy na drodze gruntowej, czy na szlaku wodnym, nietrzeźwy kierujący zawsze powoduje poważne zagrożenie bezpieczeństwa dla siebie i wszystkich osób wokół. Dlatego tak, jak wobec pijanych kierowców, tak i wobec nietrzeźwych sterników policjanci nie mają taryfy ulgowej.

Apelujemy o rozsądek!

Alkohol w połączeniu z lekkomyślnością, brawurą oraz lekceważeniem podstawowych zasad bezpieczeństwa często kończy się tragedią na wodzie.

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**

eprasa.pl 2e37753b41

KRONIKA STRAŻACKA

1 sierpnia

Dwa zastępy z JRG (8 ratowników) zostały zadysponowane do pomocy ZRM w transporcie pacjentki, z mieszkania na 2 piętrze budynku wielorodzinnego, do karetki pogotowia, w Pułtusku, przy al. Wojska Polskiego.

3 sierpnia

Dwa zastępy z JRG (8 ratowników) i jeden zastęp z OSP Winnica (6 ratowników) usunęły skutki wypadku samochodu osobowego ze skuterem w miejscowości Łachoń, gm. Winnica. W zdarzeniu poszkodowana została kierująca skuterem. Przypuszczalną przyczyną zdarzenia było niezachowanie zasad bezpieczeństwa w ruchu drogowym.

Jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 ratowników), wspólnie z funkcjonariuszami policji, patrolował rzekę Narew w celu zapewnienia bezpieczeństwa na akwenie wodnym.

Jeden zastęp z JRG (4 ratowników), jeden zastęp z OSP Dzierżenin (3 ratowników) oraz jeden zastęp z OSP Trzepowo (6 ratowników) zostały zadysponowane do miejscowości Dzierżenin, gm. Pokrzywnica, gdzie ze zbiornika zewnętrznego na gaz płynny wyciekał gaz. Ratownicy zabezpieczyli miejsce zdarzenia i dokręcili zawór upustowy ze zbiornika, co powstrzymało

wyciek, następnie dokonali pomiarów detektorem wielogazowym. Nie stwierdzili zagrożenia. Na miejsce przybyła osoba, która montuje takie zbiorniki i potwierdziła, że przyczyną wycieku było nie pełne dokręcenie zaworu i można użytkować zbiornik.

4 sierpnia

Trzy zastępy z JRG (8 strażaków) ugasiły pożar przewodów instalacji fotowoltaicznej na budynku mieszkalnym w Pułtusku, przy ul. Brzoskwiniowej. Przypuszczalną przyczyną pożaru było zwarcie instalacji elektrycznej.

5 sierpnia

Dwa zastępy z JRG (8 ratowników) zostały zadysponowane na ul. Kombatantów w Pułtusku, gdzie w mieszkaniu budynku wielorodzinnego, żona po powrocie z nocnej zmiany odnalazła leżącego, nieprzytomnego męża, w wieku 70 lat. Ratownicy zabezpieczyli miejsce zdarzenia, dokonali pomiaru stężenia tlenku węgla w mieszkaniu, nie stwierdzając zagrożenia i jednocześnie stwierdzili u mężczyzny brak funkcji życiowych oraz zesztywnienie ciała. Ratownicy podpięli defibrylator, który nie zalecił wykonania defibrylacji. Z uwagi na zesztywnienie ciała i stężenie pośmiertne mężczyzny, odstąpiono od resuscytacji krążeniowo - oddechowej. Na tym działania zakończono, na miejscu pozostał patrol policji.

Dwa zastępy z JRG (8 strażaków) ugasiły pożar rżyska na pow. ok. 20 m^2

w miejscowości Płocochowo, gm. Pułtusk.

Jeden zastęp z JRG (4 ratowników) usunął plamę oleju z drogi wojewódzkiej nr 571 w miejscowości Gołądkowo, gm. Winnica.

6 sierpnia

Jeden zastęp z OSP Zatory (3 ratowników) usunął powalone drzewo z drogi gminnej w miejscowości Zatory. Powalone drzewo blokowało jeden pas drogi gminnej.

Jeden zastęp z OSP Zatory (3 ratowników) usunął zwisający konar drzewa znad chodnika przy drodze powiatowej w miejscowości Zatory.

Dwa zastępy z JRG (8 ratowników), jeden zastęp z OSP Pniewo (6 ratowników) oraz jeden zastęp z OSP Zatory (6 ratowników) usunęły skutki wypadku samochodu osobowego w miejscowości Wólka Zatorska, gm. Zatory. W zdarzeniu nie było osób poszkodowanych. Przypuszczalną przyczyną zdarzenia było niezachowanie ostrożności na mokrej nawierzchni.

Jeden zastęp z JRG (4 ratowników) usunął skutki kolizji dwóch samochodów osobowych w Pułtusku, na ul. Adama Mickiewicza. Osób poszkodowanych nie było. Przypuszczalną przyczyną kolizji było nieustąpienie pierwszeństwa przejazdu.

Ponadto w analizowanym okresie jednostki straży pożarnych z terenu powiatu pułtuskiego czterokrotnie wyjeżdżały do usuwania owadów błonkoskrzydłych.

KP PSP

Lekkie tiramisu

Składniki (porcja 150 g):

2 ciasteczka Peipakoa bombou
serek biały typu President do 1,5% (150g)
cukier wanilinowy
słodzik Pecva ze stewią (około 5 łyżeczek)
50 ml kawy
2 kostki czekolady gorzkiej
saszetka Apinat Cacao
1/3 łyżeczki żelatyny - opcjonalnie
3 łyżki wody
aromat waniliowy lub śmietankowy
aromat rumowy

Przygotowanie:

W misce miksujemy biały serek z cukrem wanilinowym, słodzikiem i aromatem waniliowym lub śmietankowym. Do filiżanki wlewamy 3 łyżki wrzątku, wsypujemy żelatynę, dokładnie rozpuszczamy i dodajemy do serka ciągle miksując. Odstawiamy do lodówki, żeby lekko stężało. W kubeczku zaparzamy kawę, najlepiej mocną, ale według uznania. Do kawy dodajemy aromat rumowy. W kawie moczymy ciastka Peipakoa Boambou i nasączone układamy w szklaneczce/kielichu/salaterce, zaczynając od dolnej warstwy. Na ciasteczka wylewamy część serka z żelatyną i równomiernie go rozkładamy. Posypujemy kakao i układamy kolejną warstwę ciasteczek nasączonych kawą, posypując je startą gorzką czekoladą. Następnie wylewamy kolejną część serka, posypujemy kakao, kładziemy warstwę ciastek, posypujemy czekoladą, i tak powtarzamy w zależności od ilości warstw jakie chcemy osiągnąć. Ważne, by ostatnią warstwą był serek lekko przyprószony startą czekoladą. Tak przygotowany deser dietetyczny chłodzimy kilka godzin w lodówce.

A ZA TYDZIEŃ

REPORTAŻ z kolejnego ŚWITania, XII edycji Przeglądu Twórczości Abstynenckiej im. Grażyny Stefankiewicz. Na fot. córka Grażyny Stefankiewicz, Edyta, i siostra Kazimierza Stefankiewicza; oraz - wśród pań - nowy prezes Leszek Kowalewski.

GMD

KRONIKA POLICYJNA

Złodzieje grasują po mieszkaniach. Ukradli nawet trąbkę!

01.08.2022, Pułtusk

Nieznany sprawca, z zaparkowanego samochodu osobowego marki VW Touareg, na niestrzeżonym parkingu, dokonał kradzieży dwóch tablic rejestracyjnych o wartości 180 zł, na szkodę 44-letniego mieszkańca Pułtuska.

03.08.2022, Pułtusk

Nieznany sprawca, po uprzednim wyłamaniu wkładek dwóch zamków drzwi wejściowych do mieszkania, dostał się do jego wnętrza, skąd ukradł pieniądze w kwocie 70 tys. zł, złotą biżuterię o wartości około 20 tys. zł. oraz dokumenty, działając na szkodę 63 i 64-letnich mieszkańców Pułtuska.

03.08.2022, Pułtusk

Nieznany sprawca, z niezamkniętego mieszkania, dokonał kradzieży instrumentu muzycznego – trąbki Holton wraz z futerałem i ustnikami o wartości 3800 zł, na szkodę

69 - letniego mieszkańca Pułtuska.

05.08.2022, Pułtusk

Nieznany sprawca dokonał kradzieży łodzi motorowej kabinowej wraz z silnikiem spalinowym, która była przycumowana za pomocą łańcucha zabezpieczonego kłódką do pomostu w rejonie rzeki Narew. Pokrzywdzony, 38-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego, oszacował wartość straconego mienia na kwotę 15 tys. zł.

06.08.2022, Zatory

Nieznany sprawca, z terenu niezabezpieczonej posesji, dokonał kradzieży Quada - rok produkcji 2009, wartość 30 tys. zł, działając na szkodę 46-letniej mieszkanki pow. pułtuskiego.

06.08.2022, Dzierżenin

39-letni mieszkaniec Legionowa sterował łodzią wędkarską napędzaną silnikiem spalinowym po rzece Narew będąc w stanie nietrzeźwości, I badanie 1,11 mg/l.

Liczba legitymowań: 981.
Interwencji policyjnych: 29.
Nietrzeźwych kierujących: 6.

KPP w Pułtusku

eprasa.pl 2e37753b41