Kosił trawę, wyzywał i atakował ludzi

– STR. 2

TYGODNIK LOKALNY
3,50 zł
W TYM 5% VAT
CZOSNÓW
LEONCIN
NASIELSK
NOWY DWÓR MAZOWIECKI
POMIECHÓWEK
ZAKROCZYM
9 771505 427227 29
INDEKS 344184
ISSN 1505-4276
NR 29
19 LIPCA 2022

NAJSTARSZY TYGODNIK LOKALNY - OD 27 LAT W TWOIM DOMU!

TYGODNIK NOWODWORSKI info

Afera doniczkowa - kwiaty podzieliły samorządowców

CZYTAJ NA STRONIE 2

W środku DODATEK TELEWIZYJNY na cały tydzień!

10 lat MPL Warszawa-Modlin!

– STR. 3 i 7

NOWY DWÓR MAZ.
40 tysięcy na renowację obrazu STR. 5

ZAKROCZYM
Blokują modernizację sieci wodnej? STR. 5

POMIECHÓWEK
Powstaje nowa plaża nad Wkrą STR. 5

NOWY DWÓR MAZ.
Strażacy mają nowe auto STR. 20

Najlepiej z maturą poradzili sobie w LO STR. 20

LEONCIN
Nad jeziorkiem secymińskim nadal grają... STR. 20

Historia zapisana w raporcie etnograficznym STR. 22

Dni Leoncina i mali zwycięzcy STR. 23

CZOSNÓW
Piknik „Dziki Zachód” STR. 23

SPORT
Nieudany test Świtu STR. 24

REKLAMA

WSZYSTKO DO DOMU I OGRODU
GRUPA psb MRÓWKA
NOWY DWÓR MAZOWIECKI
ul. Leśna 3
22 732 15 15
Budujące pomysły
facebook.com/mrowkandm

eprasa.pl 2e5e834a74

NOWY DWÓR MAZ.

Afera doniczkowa - kwiaty podzieliły samorządowców

Radni złamali prawo sadząc kwiaty? To nie pomysł na nowy film komediowy, ale nasze, nowodworskie realia. Kto tu kogo „wpuścił w maliny" i jak rośliny stały się „kością niezgody" między samorządowcami?

Przed...

...i po.

„Drodzy! Tak, tak, wiem... nasadzenia roślinności made by Nowy Dwór Mazowiecki nie zachwycają. Miało być pięknie.... jest skromnie. My jednak nie będziemy narzekać i bierzemy jako radni #ModlinTwierdza - Agnieszka Kowalska radna NDM Marcin Ozdarski Radny Miasta Nowy Dwór Mazowiecki Michał Świokło - sprawy w swoje ręce. Zorganizujemy kwiaty do donic, mam jednak pytanie - czy wśród naszych fb - owych znajomych są ogrodnicy, którzy pomogą nam je zasadzić? Pomożecie?" - ten wpis na profilu społecznościowym **Marcin Ozdarski** Radny Miasta Nowy Dwór Mazowiecki zapoczątkował nowodworską aferę doniczkową.

O co chodzi? O dwie donice, które miasto ustawiło na rogu ulic Bema i Chrzanowskiego w Modlinie Twierdzy. Ustawiło i niezbyt bujnie obsadziło roślinami. Właśnie ten drugi fakt nie umknął radnemu, który najpierw (5 lipca) zapowiedział na facebook`u akcję sadzenia w donicach nowych kwiatów, a dzień później, z pomocą wąskiego grona, zrealizował.

Kwiaty zakupione zostały na nowodworskim targowisku wspólnie z radną **Agnieszką Kowalską** i jeszcze tego samego dnia znalazły się w ww. donicach. Cała akcja była relacjonowana na profilu społecznościowym radnego Ozdarskiego i spotkała się z dużym aplauzem mieszkańców, nie tylko Modlina Twierdzy. *„Modlińskie donice nabrały nowych kolorów, fuksji, amarantu i różu, ulubionych Agnieszka Kowalska radna NDM. I choć daleko nam do ideału, jest zdecydowanie lepiej, radośniej i pozytywniej."* - podsumował akcję M. Ozdarski.

My kwiatów nie wykopiemy!

Wydawało się, że historia zakończyła się happy end`em i donice szczęśliwie ukwiecone są kolejnym sukcesem w działaniach nowodworskiej opozycji. Jednak tydzień po akcji (13.07), radny Ozdarski otrzymał pismo z Urzędu Miejskiego, w którym jest wzywany *„(...) do niezwłocznego (w terminie 7 dni od daty otrzymania niniejszego pisma) usunięcia nasadzeń z uwagi na fakt, iż wykonał je Pan bez stosowanego uzgodnienia. (...)"*. Radny został poinformowany, że wykonywanie nasadzeń w donicach stanowiących własność miasta wymaga uzgodnienia z ich właścicielem. Został również ostrzeżony, że jeśli nie zastosuje się do wezwania, zarządca donic dokona usunięcia nasadzeń i kosztami obarczy radnego oraz pouczony, że *„(...) rozporządzanie nie swoim mieniem według własnego uznania bez zgody zarządcy lub właściciela może wyczerpywać znamiona przywłaszczenia."*

Sprawa wróciła na „internetowe salony". *„Drodzy! Jest mi przykro* - napisał 13 lipca Marcin Ozdarski. - *Cieszyliśmy się, gdy #modlińskieDONICE stanęły przy wjeździe do niej /notabe o które wielokrotnie zabiegaliśmy sami/, wszak zasadzone drapaki uroku im nie dodawały. Czekaliśmy i czekaliśmy, może Nowy Dwór Mazowiecki dosadzi jeszcze kwiaty, czas mijał, kwiatów nie przybywało, prosiliście, aby coś zrobić. I zrobiliśmy, kupiliśmy z własnych diet radnych kwiaty i zasadziliśmy. Nie prosiliśmy miasta o pieniądze, wyciągnęliśmy je z własnych kieszeni, pojechaliśmy na targ, zakasaliśmy rękawy i kwiaty zasadziliśmy. A dziś? Odebrałem pismo urzędowe – mamy w ciągu siedmiu dni kwiaty wykopać."*

M. Ozdarski na swoim profilu społecznościowym zwrócił się do burmistrza Kowalskiego: *„Wielokrotnie apelował Pan – współpracujmy dla dobra miasta, więc współpracujemy i kwiatów NIE WYKOPIEMY. Jeśli tak bardzo one Panu przeszkadzają – proszę wykopać, koszty tej akcji specjalnej pokryję z własnej kieszeni. Przyrody MY niszczyć nie będziemy."*

Ktoś tu kłamie?

W internecie rozgorzała dyskusja. Jedni bronili inicjatywy, drudzy przyznawali rację magistratowi. Swoje zdanie na forum Nowego Dworu wyraziła radna **Beata Rusek**: „(...) *Jako radna Rady Miejskiej jestem winna Państwu wyjaśnienia, które otrzymałam z Wydziału Komunalnego. Pan Marcin Ozdarski kontaktował się w poniedziałek z Panią Julią Borkowską w sprawie nasadzeń w donicach. Otrzymał informację, że nasadzenia są robione etapami ze względu na to, iż MZO nie byłoby w stanie jednego dnia posadzić wszystkich kwiatów w całym mieście. Pan Marcin otrzymał również informację, że nasadzenia w Twierdzy będą uzupełnione w czwartek lub w piątek. Czy zatem akcja z nasadzeniami w środę nie jest celowym działaniem by wzbudzić sensację i mieć kolejny materiał na swojego funpage. Nasuwa mi się pytanie czy radni mogą działać bezprawnie nawet w szczytnych celach. W mojej ocenie NIE."* Swoją wypowiedz radna podsumowała *„#DziałaniaTak #BezprawieNIE"*.

Radny Marcin Ozdarski zareagował również w mediach społecznościowych: *„Po pierwsze - dyskusja nie toczy się od kilku dni, bowiem pismo odczytałem drogą mailową w dniu dzisiejszym i dziś je na Państwa prośbę upubliczniłem. Po drugie - z Panią J. B. /wymienioną w poście/ rozmawiałem telefonicznie dwukrotnie na kilka dni przed ustawieniem donic prosząc właśnie o ich ustawienie w #ModlinTwierdza. Zadeklarowałem, że jako radni z #ModlinTwierdza koszty nasadzeń pokryjemy z własnych środków wskazując konkretne rodzaje roślin. Było to zdecydowanie przed 23 czerwca b.r. - po tym czasie NIE ROZMAWIAŁEM Z PANIĄ J. B. /wskazaną w poście/ - jak twierdzi Pani Beata Rusek. Po trzecie - Stanowczo ZAPRZECZAM, abym kontaktował się z Panią J. B. w poniedziałek - 04 lipca 2022 roku. Stanowczo ZAPRZECZAM, aby Pani J. B. przekazała informacje, że będą jakiekolwiek nasadzenia wykonane w piątek - 08 lipca 2022 roku."*

Radny zapowiedział też, że w celu dotarcia do prawdy, wystąpi z wnioskiem do urzędu o upublicznienie jego rozmów telefonicznych z urzędniczką.

Miasto oświadcza

W obliczu rosnącego zainteresowania sprawą i niewątpliwej nagonki na działania władz miasta, Urząd Miejski opublikował oświadczenie: *„W związku z pojawiającymi się w przestrzeni publicznej samowolnymi działaniami informujemy, że wszelkie, nawet te pozytywne, wymagają uzgodnień z właścicielem terenu jakim jest miasto. Nikt, a szczególnie funkcjonariusz publiczny, jakim niewątpliwie jest radny, nie powinien samowolnie realizować zadań. Takie działania w długofalowej perspektywie mogą rodzić negatywne skutki i dawać zachętę do stawiania się ponad prawem. (...)*

Samowolne działania są weryfikowane, ponieważ urząd ma działać w granicach prawa, co za tym idzie z poszanowaniem przepisów o zamówieniach publicznych i innych obowiązujących aktów prawnych. (...)

Najlepszym przykładem samowolnych działań, noszących znamiona złośliwości, realizowanych dodatkowo w godzinach wieczornych, był ostatni happening sadzenia kwiatów w donicach na terenie osiedla Modlin Twierdza.

Przed tym wydarzeniem, miasto poinformowało zainteresowanych radnych, że zakupione rośliny posadzone zostaną w piątek (8 lipca). Ignorując te wyjaśnienia, dla własnych korzyści, radni zorganizowali happening, wcześniej, aby zdążyć przed sadzeniem roślin przez miasto. Tym samym zakupione z publicznych środków rośliny nie mogą być posadzone w zaplanowanej lokalizacji.

Burmistrz zmuszony został do podjęcia właściwej reakcji w związku z dokonywaniem samowolnych działań na terenie miasta.

Apelujemy o współpracę, w porozumieniu, bez przejawów złośliwości, których jesteśmy świadkami. Zawsze służymy pomocą. Zatem zachęcamy wszystkich, bez wyjątku, do kontaktu.

Tylko przestrzeganie prawa i konsultowanie działań gwarantuje ład i porządek publiczny, a władze miasta zobowiązane są go strzec."

Nie da się ukryć, że temat został dość jasno i szczegółowy wyjaśniony. Czy tym samym nowodworski magistrat uciął dyskusję w temacie, okaże się wkrótce.

W poniedziałek, 18 lipca kwiaty nadal znajdowały się na swoim „nie swoim" miejscu.

Nie od dziś wiadomo, że opozycja z władzą się nie lubi. Czy „afera doniczkowa" była tego przejawem czy kolejnym powodem do sporu - to już wiedzą sami zainteresowani.

M.A.

NA SYGNALE

W trakcie koszenia trawy wyzywał i atakował ludzi

Chwile grozy przeżyli mieszkańcy legionowskiego Os. Piaski. Wszystko za sprawą agresywnego 38-letniego mieszkańca naszego powiatu

Do zdarzenia doszło w miniony czwartek (14 lipca). Zajmujący się koszeniem trawy 38-latek w trakcie pracy zachowywał się agresywnie. Ubliżał mieszkańcom osiedla, rzucał kamieniami w stronę przechodniów, a także w kierunku okien pobliskich bloków.

W związku z obawą o swoje zdrowie i życie, mieszkańcy wezwali na miejsce Straż Miejską.

Mundurowi ustalili, że 38-latek jest pracownikiem zewnętrznej firmy zatrudnionej do wykonania usługi. Nie znaleziono go w opisanym w zgłoszeniu miejscu, dlatego też, strażnicy zaczęli przeczesywać okolicę w poszukiwaniu podejrzanego. Kilka minut później mężczyzna został zlokalizowany. W trakcie zatrzymania był agresywny, w związku z czym strażnicy musieli użyć środków przymusu bezpośredniego. Dodatkowo na miejsce wezwano policję. Jak się później okazało, 38-latek był poszukiwany celem odbycia kary pozbawienia wolności. Agresywny mieszkaniec powiatu nowodworskiego został więc zatrzymany i przetransportowany do zakładu karnego. **red.**

SŁODKA KRZYŻÓWKA

Drodzy Czytelnicy, w środku znajdziecie krzyżówki, rebusy i zagadki. Wśród Czytelników, którzy rozwiążą co najmniej 3 łamigłówki/zadania rozlosujemy pyszny torcik z Cukierni Duet.Rozwiązania prosimy przysyłać na adres redakcja@nowodworski.info lub zgłosić telefonicznie do najbliższego poniedziałku pod numerem tel. 733-055-002.

Nagrodę za poprawne rozwiązane zadania w poprzednim numerze otrzymuje pani **Bożena Nowak**.

CUKIERNIA Duet
Zapraszamy do sklepów firmowych
w Nowym Dworze Mazowieckim
ul. Warszawska 2, tel. 22 775 97 10
ul. Woj. Polskiego 45A paw. 45, tel. 500 409 503
www.cukierniaduet.pl
TRADYCYJNE WYROBY CIAST I TORTÓW

TYGODNIK NOWODWORSKI
LAUREAT NAGRODY PRO PUBLICO BONO
IZBA WYDAWCÓW PRASY
Stowarzyszenie Gazet Lokalnych

REDAKCJA: Marzena Dobraczyńska, Małgorzata Mianowicz, Andrzej Zawadzki.
WSPÓŁPRACA: Ewa Gruszka, Alfred Kabata, Kuba Kamiński, Barbara Malewska.
ADRES REDAKCJI: NOWY ADRES REDAKCJI: ul. Rynek 2, 05–120 Legionowo; tel. 22 775 01 36, 691 222 327; e–mail: redakcja@nowodworski.info
BIURO REKLAM: tel. 733 055 002, 22 784 22 22; biuro@nowodworski.info; pon.– pt. 8:00 – 16:00
BIURO OGŁOSZEŃ: VIP–NAWROT – Wiesława Nawrot, ul. Przejazd 5, 05–100 Nowy Dwór Maz., pon – pt w godz. 9–18, sobota w godz. 9–13.
Prenumerata realizowana przez RUCH S.A.: zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e–wydania można składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl. Pytania prosimy kierować na adres e–mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z infolinią pod numerem 22 693 70 00, w dni robocze w godzinach 7:00 – 17:00, koszt połączenia wg taryfy operatora.
Druk: Polska Press Łódź.
Wydawca: Agencja TiO, e–mail: agencja@tio.com.pl. Nakład poniżej 15.000 egz.

eprasa.pl 2e5e834a74

WYWIAD TYGODNIKA

W ślad za rozwojem lotniska będzie się rozwijała cała okolica

13 lipca to dzień obchodów jubileuszu dziesięciolecia Portu Lotniczego Warszawa-Modlin. Podczas uroczystości odsłonięto jubileuszowe logo lotniska przed Terminalem Pasażerskim i otworzono wystawę zdjęć o tematyce nawiązującej do historii lotniska. Liczni goście wygłosili przemówienia okolicznościowe, nastąpiło także wręczenie pamiątkowych dyplomów i upominków pracownikom lotniska oraz współpracującym firmom. Z okazji jubileuszu, publikujemy okolicznościowy wywiad z Burmistrzem Nowego Dworu Maz. Jackiem Kowalskim o wpływie lotniska na rozwój okolicy

W jaki sposób powstanie lotniska Warszawa-Modlin wpłynęło na rozwój Nowego Dworu Mazowieckiego? Czy zmieniło lokalny rynek pracy, nasiliło turystykę, wpłynęło na rozwój infrastruktury?

Wszystkie aspekty przez Panią wymienione uległy zmianom, oczywiście w kierunku wzrostu. Miasto jest organizmem splątanym zależnościami na kształt sieci naczyń połączonych. Uruchomienie portu lotniczego, a nawet sama zapowiedź jego budowy, pobudziła przedsiębiorczość lokalną. Pojawiła się infrastruktura służąca turystyce, powstało wiele hoteli, prywatnych miejsc noclegowych, punktów gastronomicznych, czego w mieście i okolicach brakowało. Naturalnie wpłynęło to na rynek pracy, który dostosował się do obsługi pasażerów naszego lotniska. Powstały parkingi i rozwinął się transport osób. Ponieważ pojawiły się nowe połączenia drogowe i zwiększyła się liczba kursów kolejowych do Warszawy nastąpił wzrost liczby osiedlających się w naszym mieście osób. Za tym trendem naturalnie podążyli deweloperzy i miasto zaczęło się intensywnie rozbudowywać. Większa liczba osób o różnych kwalifikacjach oraz powstanie węzła komunikacyjnego spowodowały napływ inwestycji do naszej strefy przemysłowej, co także istotnie wpłynęło na lokalny rynek pracy. My staramy się dotrzymać kroku tym zmianom, tworząc infrastrukturę i usługi publiczne na dobrym poziomie. W ciągu tych dziesięciu lat Nowy Dwór Mazowiecki, ale także cała północna strona Mazowsza, przeżywa odnowę i rozkwit w związku z uruchomieniem portu lotniczego.

W jaki sposób istnienie lotniska Warszawa-Modlin może wpłynąć w przyszłości na perspektywę rozwoju Nowego Dworu Mazowieckiego?

Ten okres pokazał, że nie musimy martwić się o rozwój samego portu lotniczego, ponieważ znakomicie daje sobie radę na tym trudnym rynku. Wzrost liczby pasażerów, rozwój klientów portu, zainteresowanie rynku oraz inwestorów pokazują, że istnienie i inwestowanie w to miejsce jest opłacalne i zasadne. W ślad za rozwojem lotniska będzie się rozwijała cała okolica, w tym Nowy Dwór Mazowiecki i administracji samorządowej pozostaje trudne, ale przyjemne, zadanie zarządzania tym rozwojem i nadążania z ofertą najlepiej służącą mieszkańcom. Pytanie, które nurtuje lokalną społeczność jest postawione odwrotnie: co się stanie z okolicą, jeśli ktoś podejmie decyzję o zamknięciu portu? Przeżywaliśmy taki czas w życiu miasta, kiedy przestały istnieć duże zakłady przemysłowe, a decyzją odgórną wyprowadzono duży garnizon wojskowy z Modlina Twierdzy, czym pozbawiono znakomitą część społeczeństwa źródła utrzymania. Ubóstwo, wszelkie zjawiska patologiczne i najbardziej drapieżna forma przestępczości zorganizowanej – to mieszkańcy jeszcze pamiętają. I to może wrócić, jeśli arbitralne decyzje będą podejmowane z pominięciem lokalnych społeczności.

Czego miasto jako udziałowiec może życzyć lotnisku Warszawa-Modlin na kolejne lata?

Przede wszystkim inwestycji. Lotnisko dotyka granic swoich możliwości, a dynamika rozwoju nie spada, więc konieczna jest jego rozbudowa. Firma przeżyła już wiele kryzysów, w tym ten pandemiczny i dała sobie znakomicie radę. Widać wyraźnie perspektywę, ale potrzebna jest wola i decyzje strategiczne, a te rodzą się ponad naszymi głowami. Życzę portowi lotniczemu w Nowym Dworze Mazowieckim dobrych decyzji.

Podczas uroczystości z okazji 10-lecia MPL Warszawa-Modlin Burmistrz Jacek Kowalski wręczył prezesowi lotniska oryginał dokumentu inicjującego budowę w Modlinie lotniska cywilnego z 1991 roku fot.: M. Mianowicz

Więcej na temat jubileuszu na str. 7

Rozmawiała: **A. Winnik**

PLACÓWKI OPIEKUŃCZO-WYCHOWAWCZE oraz świetlice z programem profilaktycznym

W ramach realizacji „Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii dla Miasta Nowy Dwór Mazowiecki" w naszym mieście działają dwie placówki opiekuńczo – wychowawcze wsparcia dziennego oraz kilka świetlic środowiskowych działające we wszystkich dzielnicach miasta.

Każdy uczestnik znajdzie w nich dla siebie coś interesującego – przede wszystkim miłą atmosferę i wiele ciekawych zajęć. Wśród miejsc, które czekają na dzieci i młodzież są również specjalistyczne świetlice z programem profilaktycznym i socjoterapeutycznym. Są one przeznaczone dla dzieci w trudnej sytuacji emocjonalnej, społecznej lub ekonomicznej, a celem ich działania jest wspomaganie wszechstronnego rozwoju podopiecznych, między innymi poprzez poszerzanie osobistych zainteresowań i umiejętności.

Świetlice oraz placówki opiekuńczo-wychowawcze realizują programy profilaktyczne, dzięki którym zaobserwowano u uczestników wzrost zachowań akceptowalnych społecznie, poprawę postrzegania swojego wizerunku i odbioru własnej osoby, rozbudzenie zainteresowań i pasji służących rozwojowi osobistemu, a przez to ograniczenie podejmowania zachowań ryzykownych.

W trakcie zajęć oprócz realizacji programów profilaktycznych są także prowadzone zajęcia sportowe, taneczne, gry zespołowe, muzyczne, gry stolikowe, gry towarzyskie, plastyczne, teatralne, filmowe, konkursy plastyczne, mecze i turnieje.

Najważniejszym celem prowadzenia świetlic i placówek opiekuńczo – wychowawczych jest zwiększenie umiejętności społecznych, zmniejszenie deficytów rozwojowych, zmniejszenie deficytów szkolnych i poprawa wyników w nauce.

Regularne uczesnictwo w zajęciach daje dzieciom możliwość wyrównywania braków edukacyjnych co wiąże się z pozytywnymi ocenami w szkole. Ważne jest stałe monitorowanie sytuacji rodzinnej dzieci co wiąże się z szybką reakcją i odpowiednią pomocą.

Ośrodek Wsparcia

znajdujący się w Ośrodku Pomocy Społecznej w Nowym Dworze Mazowieckim, ul. Partyzantów 7, zaprasza do korzystania z oferowanych form pomocy.

1. **Bezpłatne porady i konsultacje specjalistów dla mieszkańców Nowego Dworu Mazowieckiego w zakresie problemów uzależnień i przemocy domowej:**
   - terapeuta uzależnień - bezpłatne porady i konsultacje indywidualne dla mieszkańców Nowego Dworu Mazowieckiego - informacje oraz zapisy pod numerem telefonu **795-621-255**
   - bezpłatne porady i konsultacje indywidualne, grupa wsparcia dla kobiet doświadczających przemocy domowej oraz współuzależnionych mieszkanek Nowego Dworu Mazowieckiego - informacje oraz zapisy pod numerem telefonu **600-226-968**
   - bezpłatne porady prawne dla osób w trudnej sytuacji społecznej i socjalnej - informacje oraz zapisy pod numerem telefonu **22 512-21-40**
   - psycholog rodzinny - bezpłatne porady i konsultacje indywidualne dla mieszkańców Nowego Dworu Mazowieckiego - informacje oraz zapisy pod numerem telefonu **795-621-255**
   - bezpłatne warsztaty edukacyjno – rozwojowe dla rodziców w zakresie profilaktyki uzależnień i zachowań ryzykownych - informacje oraz zapisy pod numerem telefonu **600-226-968**
2. **Klub Senior+** - czynny zgodnie z harmonogramem 4h dziennie, od poniedziałku do piątku - informacje pod numerem telefonu **22 775 27 30** lub e-mail: klubseniora@opsndm.pl
   Facebook: www.facebook/Klub-Senior-NDM.pl.
3. **Wydawanie produktów żywnościowych** pozyskanych od lokalnych przedsiębiorców dla osób w trudnej sytuacji społecznej i socjalnej - od poniedziałku do piątku w godzinach 10:00 – 12:00 (na miejscu można także napić się ciepłej herbaty, ogrzać się, porozmawiać oraz skorzystać z internetu).
4. **Magazyn z odzieżą** dla obywateli Polski oraz Ukrainy znajdujących się w trudnej sytuacji społecznej i socjalnej, czynny:
   - poniedziałek od 9:30 do 13:30
   - środa od 14:00 do 18:00
5. **Grupa wsparcia dla obywateli Ukrainy**, którzy przybyli na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej bezpośrednio z terytorium Ukrainy w związku z działaniami wojennymi prowadzonymi na terytorium tego państwa. Grupa spotyka się w każdy poniedziałek o godz. 13.30 w Ośrodku Wsparcia – informacje pod numerem telefonu **782-174-000**.
6. **Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych** - Urząd Miejski, ul. Zakroczymska 30, Nowy Dwór Mazowiecki, pokój nr 25.

Harmonogram dyżurów komisji dostępny jest na stronie: **www.nowydwormaz.pl** w zakładce **Pomoc Społeczna**.

eprasa.pl 2e5e834a74

MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

NOWODWORSKI. Stracili prawka za prędkość

W minionym tygodniu policjanci nowodworskiej drogówki zatrzymali do kontroli dwóch kierujących, którzy na obszarze zabudowanym nie zastosowali się do obowiązujących tam ograniczeń

12 lipca 2022 r. po godz. 9:00, na drodze nr 575 w miejscowości Nowe Grochale mundurowi podjęli interwencję wobec kierowcy forda. 46- latek z Sochaczewa, w terenie zabudowanym, gdzie obowiązuje ograniczenie do 50 km/h, jechał z prędkością aż 120 km/h. Na kierującego za wykroczenie, którego się dopuścił, został nałożony mandat karny w wysokości 2000 złotych. Stracił też prawo jazdy, a do jego konta dopisano 10 pkt. karnych.

Następnego dnia rano, funkcjonariusze ruchu drogowego nowodworskiej komendy, w Borkowie gm. Nasielsk zatrzymali do kontroli drogowej 32- latka z Płocka. Kierujący toyotą mężczyzna, przekroczył na obszarze zabudowanym dozwoloną prędkość o 70 km/h, pędząc aż 120 km/h, w miejscu gdzie obowiązuje ograniczenie do 50 km/h. Za popełnione wykroczenie został ukrany mandatem karnym w kwocie 2000 zł. Musiał się również pożegnać z prawem jazdy, które zatrzymali mu policjanci.

LEGIONOWO. Znęcał się nad żoną

W minionym tygodniu dyżurny komendy otrzymał zgłoszenie o awanturze domowej w jednym z domów na terenie Legionowa. Na miejscu policjanci zastali agresywnego 40-latka oraz jego żonę. Jak ustalili mundurowi mężczyzna od kilku lat znęcał się psychicznie i fizycznie nad rodziną. Nawet w obecności funkcjonariuszy był wulgarny i agresywny w stosunku do małżonki. Kiedy stróże prawa poinformowali go o zatrzymaniu, swoją agresje skierował w ich kierunku. Jednego z funkcjonariuszy odepchnął, jak również groził mundurowym pozbawieniem życia, jeśli ci go zatrzymają. Reakcja policjantów była natychmiastowa i już po chwili agresor został obezwładniony, a następnie przewieziony do komendy

W toku dalszych czynności okazało się, że agresywne zachowanie wobec żony i interweniujących policjantów to nie koniec kłopotów mężczyzny. Podczas przeszukania mundurowi ujawnili przy zatrzymanym mefedron. 40-latek trafił do policyjnego aresztu. Badanie stanu trzeźwości wykazał w jego organizmie ponad 1,5 promila alkoholu.

Po wytrzeźwieniu oraz zgromadzeniu materiału dowodowego przez dochodzeniowców mężczyzna usłyszał zarzuty dotyczące stosowania przemocy wobec najbliższych, wywierania wpływu na interweniujących policjantów oraz posiadania środków odurzających. Na wniosek śledczych i prokuratora Sąd Rejonowy w Legionowie zastosował wobec podejrzanego środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania. Mieszkaniec powiatu legionowskiego najbliższe trzy miesiąc spędzi za kratkami. Za popełnione przestępstwo grozi mu kara nawet do 5 lat pozbawienia wolności.

NOWY DWÓR MAZ. 3 lata odsiadki za narkotyki?

Dzielnicowy z Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim, podczas obchodu rejonu Centrum Miasta, zauważył przed jednym z bloków młodego mężczyznę. Ten, na widok umundurowanego funkcjonariusza, stał się bardzo niespokojny

Zatrzymał się nagle przed drzwiami klatki schodowej z której akurat wyszedł i szybko próbował wejść z powrotem do środka. Nie uszło to jednak uwadze policjanta, który wkrótce ustalił, co było powodem tak nerwowego zachowania się 19- latka.

Dzielnicowy podczas legitymowania młodego mieszkańca Modlina Twierdzy ujawnił, że w kieszeni spodni posiada on pudełko, a w nim torebkę foliową z zapięciem strunowym, w której znajdował się susz roślinny. Po badaniu narkotesterem okazało się, że zabezpieczona substancja to marihuana. Mężczyzna trafił do pomieszczenia dla osób zatrzymanych w nowodworskiej komendzie policji. Zgodnie z art. 62 Ustawy o Przeciwdziałaniu Narkomanii, grozi mu teraz kara do 3 lat pozbawienia wolności.

PUŁTUSK. Przekroczył prędkość o 69km/h

Do zdarzenia doszło w minioną środę w miejscowości Głodowo. Policjanci wykonywali pomiar prędkości na obszarze zabudowanym, gdzie dopuszczalna prędkość wynosi 50 km/h. Kierujący samochodem osobowym jechał natomiast z prędkością 119 km/h. Sprawca tego poważnego wykroczenia drogowego stracił uprawnienia na 3 miesiące

Przypomnijmy, że policjanci na podstawie przepisów Kodeksu drogowego zatrzymają prawo jazdy za pokwitowaniem w przypadku ujawnienia czynu polegającego na kierowaniu pojazdem z prędkością przekraczającą dopuszczalną o więcej niż 50 km/h na obszarze zabudowanym. Pokwitowanie takie uprawnia do kierowania pojazdem w okresie 24 godzin od chwili zatrzymania, a w przypadku wydania prawa jazdy przez państwo inne niż Polska w okresie 72 godzin.

LEGIONOWO. Oszukał kasę samoobsługową

W sobotę policjanci w jednym z legionowskich marketów zatrzymali mężczyznę, który został ujęty przez pracownika sklepu na próbie oszustwa. 47-latek nabijał towar na nie zgodnie ze stanem faktycznym i przy użyciu kasy samoobsługowej chciał zapłacić niższą kwotę. Oszustwo jest przestępstwem, dlatego mieszkaniec powiatu legionowskiego odpowie przed sądem

Patrolowcy z legionowskiej komendy zostali wezwani na interwencję do jednego z marketów na terenie miasta. Na miejscu mundurowi zastali pracownika sklepu wraz z mężczyzną, który chwilę wcześniej nabijał towar nie zgodnie ze stanem faktycznym i przy użyciu kasy samoobsługowej chciał zapłacić niższą kwotę.

Po zgromadzeniu całego materiału okazało się, że mężczyzna zaznaczał na kasie jabłka zamiast czereśni, brzoskwiń i mango. Różnica pomiędzy zakupionym towarem, a uiszczoną za niego kwotą wyniosła ponad 112 złotych.

Teraz za to przestępstwo mężczyzna odpowie przed sądem.

Należy pamiętać, że działając w celu osiągnięcia korzyści majątkowej wprowadzając do urządzenia skanującego inne wartości i rodzaje kupowanego towaru - podlegamy karze do 8 lat pozbawienia wolności

POGORZELEC. Pijany sternik miał ponad promil

Policjanci z Komisariatu Rzecznego patrolując rzekę Narew, na wysokości Pogorzelec zatrzymali do kontroli 33-letniego mieszkańca powiatu piaseczyńskiego. Mężczyzna sterował łodzią napędzaną silnikiem spalinowym. Badanie na trzeźwość wykazało ponad promil alkoholu w jego organizmie. Teraz odpowie za przestępstwo prowadzenia pojazdu mechanicznego w ruchu wodnym, za które Kodeks Karny przewiduje karę do 2 lat pozbawienia wolności

Przypominamy, że szlak wodny jest jak droga- jeśli pływasz łodzią motorową i masz do pół promila alkoholu w organizmie, odpowiesz za wykroczenie. Jeśli stężenie alkoholu wyniesie powyżej pól promila, staniesz przed sądem jako sprawca przestępstwa.

CZOSNÓW. Dwóch poszukiwanych trafiło do paki

W niedzielę policjanci z Komisariatu Policji w Czosnowie zatrzymali dwóch poszukiwanych, uchylających się od odpowiedzialności karnej. Mężczyźni trafili już do jednostek penitencjarnych

10 lipca 2022 r. przed godz. 9:00, mundurowi z czosnowskiego komisariatu zatrzymali w Wólce Czosnowskiej ukrywającego się przed wymiarem sprawiedliwości 70- latka. Mężczyzna miał do odbycia karę 1 roku pozbawienia wolności. Został przez policjantów zatrzymany.

Tego samego dnia po godz. 15:00, funkcjonariusze z Czosnowa udali się do miejscowości Jesionka. Posiadali informację, że na jednej z posesji ukrywa się poszukiwany mieszkaniec Małocic. Na miejscu zastali 25-latka. Po sprawdzeniu w policyjnym systemie potwierdziło się, że mężczyzna zgodnie z nakazem doprowadzenia, wydanym przez Sąd Rejonowy w Nowym Dworze Mazowieckim ma do odbycia karę 1 miesiąca pozbawienia wolności. Noc spędził w pomieszczeniu dla osób zatrzymanych.

KPP Legionowo /Nowy Dwór Maz. Pułtusk

eprasa.pl 2e5e834a74

NOWY DWÓR MAZOWIECKI

40 tysięcy na renowację obrazu

Parafia pw. św. Michała Archanioła otrzymała dofinansowanie na renowację zabytkowego obrazu pochodzącego z kościoła

Trwający od lat remont i stan „starej" części kościoła wzbudza wiele kontrowersji. Niektórzy zarzucają parafii, że nie stara się o zdobycie środków na remont kościoła, a wręcz dopuszcza się zaniedbania w tej kwestii.

W lipcu br. Samorząd Województwa Mazowieckiego zdecydował o przyznaniu dotacji na 12 projektów z subregionu warszawskiego zachodniego. Wśród nich znalazł się projekt złożony przez Parafię pw. św. Michała Archanioła w Nowym Dworze Maz.

- *Otrzymaną dotację przeznaczymy na renowację obrazu św. Michała Archanioła walczącego ze smokiem. Szacuję, że całkowity koszt prac renowacyjnych może przekroczyć 100 tys. zł, dlatego brakującą kwotę musimy dołożyć z funduszu parafialnego. Po zakończeniu pracy renowacyjnych obraz trafi do „nowego" kościoła i mam nadzieje, że w przyszłości wróci na swoje pierwotne miejsce* – powiedział naszej redakcji ksiądz proboszcz **Andrzej Kwiatkowski.**

Na chwilę obecną nie jest znany całkowity zakres prac renowatorskich, którym zostanie poddany obraz. Wszystko się wyjaśni, kiedy dzieło trafi do pracowni i zostanie poddane ocenie specjalistów.

Jak się dowiedzieliśmy, koszt remontu całego wnętrza zabytkowego kościoła został oszacowany na kwotę ok. 6 mln zł.

Historia obrazu

„Od początku swego istnienia kościół parafialny w Nowym Dworze wyposażony jest w trzy ołtarze. Wszystkie dokumenty wymieniają dwa ołtarze boczne, św. Michała Archanioła i Najświętszej Maryi Panny. W pierwszym znajduje się obraz przedstawiający patrona parafii. Obraz ten, pochodzący z XVIII w., namalowany został na płótnie o wymiarach 180 na 110 cm. Jest to olejna kopia obrazu Guido Reniego wykonana przez nieznanego malarza [nie może to być wymieniany w Katalogu zabytków Buchbinder bo obrazy wisiały już w 1801 r.]. Oryginał obrazu wisi w jednym z rzymskich kościołów. Co prawda Reni był malarzem barokowym, ale bardzo cenionym i popularnym na terenie Włoch, a jak wiadomo książę Poniatowski zachwycał się kulturą i sztuką Italii. Z tego co wiadomo obraz nigdy nie był przemalowywany, ale to poświadczyć mogą tylko prace konserwatorskie. Nie został też uszkodzony w czasie ostatniej wojny pomimo poważnych uszkodzeń dachu i zawalenia się sufitu" - taką wiedzą podzieliła się z nami pani **Maria Możdżyńska,** pasjonatka lokalnej historii.

GM

Zdjęcie obrazu pochodzi ze zbiorów pani M. Możdżyńskiej

ZAKROCZYM

Blokują modernizację sieci wodnej?

Gmina Zakroczym pozyskała 5 mln zł na rozbudowę i modernizację Stacji Uzdatniania Wody Prochownia i rozbudowę trzeciej studni w SUW Henrysin oraz rozbudowę kanalizacji przy ul. Widokowej i Akacjowej w mieście. Okazuje się, że nie wszyscy mieszkańcy chcą wyrazić zgodę niebędną, by prace modernizacyjne mogły ruszyć. Burmistrz Artur Ciecierski apeluje do mieszkańców o przybycie na zebranie, które odbędzie się w najbliższą środę

W chwili obecnej trwa uzupełnianie dokumentacji i braków formalnych. Jednym z nich jest zgoda Wspólnoty Wsi Henrysin na dysponowanie działką, na której stoi SUW.

- *Jesteśmy zależni od Wspólnoty, do której należy 53 członków. W 2015 r. gdy odbudowaliśmy SUW bez problemu taką zgodę otrzymaliśmy. Wspólnie z ówczesnym prezesem Wspólnoty Panem Romanem Wycechem dążyliśmy do przekazania gminie działki. Niestety najpierw wypadł COVID, a później Pan Roman Wycech zmarł. Dlatego do dzisiaj ta sprawa nie została uregulowana. Byliśmy przekonani, składając wniosek, że kompleksowa uchwała wspólnoty z 2015 r. wystarcza* – przekazał **Artur Ciecierski**, Burmistrz Zakroczymia.

Okazało się jednak, że zgodę należy uzyskać ponownie, w tym celu należy zebrać kworum Wspólnoty i uzyskać zgodę większości.

- *W sprawie wyrażenia gminie przedmiotowej zgody odbyły się już 2 zebrania. Tydzień temu nie było kworum. Wczoraj przybyło 6 osób. Został wybrany nowy zarząd. Niestety nowy prezes przekonał większość ludzi, że nie powinno się pozwalać gminie na budowę 3 studni, bo wpłynie to m.in. na pracę jego studni i wydajność poboru wody. Jak się okazuje w okolicy są też inne studnie* – dodaje A. Ciecierski w swoich mediach społecznościowych.

Burmistrz apeluje o rozsądek

Jeśli nie będzie zgody członków wspólnoty, na tym fakcie może ucierpieć większość mieszkańców gminy

- *Czy ważniejsza jest jedna studnia u kogoś, czy woda dla mieszkańców do celów socjalno -bytowych? Na to pytanie chyba znamy odpowiedź wszyscy. Choć studnię będziemy budować korzystając z tej samej żyły wodnej, więc wydajność nie zwiększy się a co za tym idzie nie zmniejszy się w okolicznych studniach. (...) Rozmawiałem z inżynierem, który zna dobrze pracę SUW Henrysin i stwierdził, że nasze problemy nie biorą się z niczego. Podkreślam, że gmina posiada wszelkie zgody z Wód Polskich na rozbudowę SUW a zapewnienie ludziom wody pitnej jest większym priorytetem, niż podlewanie pól uprawnych* - stwierdza włodarz.

Zebranie odbędzie się w najbliższą środę (20.07) o godz. 19:00 na terenie SUW Henrysin.

GM

SUW w Henrysinie

FB Artur Ciecierski

OGŁOSZENIE

RADNY SEJMIKU
WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO
STEFAN
TRACZYK
zapraszam na swoje dyżury
- w sprawie umówienia terminu i miejsca spotkania proszę o kontakt telefonicznie lub mailowo
stefan.traczyk@mazovia.pl
tel. 692 216 532

POMIECHÓWEK

Powstaje nowa plaża nad Wkrą

W Pomiechówku pomiędzy mostem drogowym a kolejowym, na prawym brzegu Wkry powstaje nowa miejska plaża. Obiekt zostanie udostępniony jeszcze w te wakacje

Plaża będzie miała powierzchnię ponad 2 tys. m², przy grubości warstwy piasku ok. 40 cm. Na plażę będzie prowadzić aleja żwirowo-żywiczna o długości ok. 400 m, będzie też poprowadzona ścieżka z płyt betonowych imitujących drewno o długości 160 m. Plaża będzie ogrodzona słupkami drewnianymi połączonymi liną jutowa na długości 44 m. Zostaną wykonane nowe nasadzenia krzewów liściastych.

Przetarg wygrała firma TRANSBUD ze Szczypiorna. Koszt budowy obiektu to 363497,23 zł. Projekt jest dofinansowany z funduszu Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014 – 2020.

Będzie to już druga miejska plaża wybudowana w bieżącym roku w miejscowości Pomiechówek.

GM

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

eprasa.pl 2e5e834a74

Pierwsze półrocze z nowym taryfikatorem. Yanosik sprawdza zachowania Polaków za kółkiem

Minęło już pół roku od wprowadzenia nowego taryfikatora mandatów. Polacy od początku 2022 roku zachowywali dużą ostrożność jadąc samochodem, tym samym nie chcąc narazić się na wysoki mandat według nowych stawek. Czy polscy kierowcy wciąż boją się przekraczać prędkość? Yanosik sprawdził, jak w ciągu ostatniego półrocza zmieniały się zachowania Polaków za kółkiem

Udział przekroczeń prędkości przez użytkowników Yanosika

w 2022 roku w porównaniu do 2021 roku w %

Przekroczenia prędkości	Styczeń		Luty		Marzec		Kwiecień		Maj		Czerwiec	
	2021	2022	2021	2022	2021	2022	2021	2022	2021	2022	2021	2022
Poprawna jazda	71,68%	73,61%	71,86%	71,44%	67,98%	70,04%	67,03%	67,03%	67,03%	67,03%	67,03%	67,03%
0-10 km/h	12,35%	13,25%	12,17%	13,61%	13,03%	13,48%	13,14%	13,14%	13,14%	13,14%	13,14%	13,14%
10-20 km/h	9,08%	8,20%	8,97%	9,00%	10,19%	9,51%	10,45%	10,45%	10,45%	10,45%	10,45%	10,45%
20-30 km/h	4,18%	3,15%	4,18%	3,71%	5,15%	4,23%	5,46%	5,46%	5,46%	5,46%	5,46%	5,46%
30-40 km/h	1,63%	1,13%	1,71%	1,41%	2,21%	1,69%	2,39%	2,39%	2,39%	2,39%	2,39%	2,39%
40-50 km/h	0,60%	0,40%	0,65%	0,51%	0,85%	0,64%	0,93%	0,93%	0,93%	0,93%	0,93%	0,93%
> 50 km/h	0,48%	0,26%	0,47%	0,32%	0,58%	0,41%	0,61%	0,61%	0,61%	0,61%	0,61%	0,61%

Wzrosła ostrożność na trasie?

Rozpoczęcie nowego roku nie było łatwe dla polskich kierowców. Od 1 stycznia wszedł w życie nowy taryfikator mandatów, który m.in. zakłada większe stawki kar za przekroczenia prędkości. W niektórych przypadkach można zapłacić nawet 2 500 zł mandatu!

Przerażeni kierowcy weszli w nowy rok ostrożniej, ściągając nogę z gazu.

– *Zgodnie z danymi z naszej aplikacji polscy kierowcy już w styczniu poprawili swój styl jazdy o niecałe 2% w stosunku do 2021 roku. W lutym wskaźnik poprawności jazdy nieco spadł, ale od marca aż do teraz utrzymuje się na wyższym poziomie o plus minus 2%, w porównaniu do analogicznych miesięcy ubiegłego roku* – komentuje **Julia Langa**, Yanosik

Kierowcy jeżdżą poprawniej w porównaniu do 2021 roku, ale zdarza im się wciąż przekraczać prędkość. Najczęściej o 10-20 km/h. A takie wykroczenie kończy się mandatem od 50 do 200 zł.

Polacy rzadziej przekraczają prędkość?

Przekroczenie prędkości o 10-20 km/h to częsty nawyk kierowców. Wielu z nich nierzadko nie zdaje sobie sprawy z tego, że w danym obszarze obowiązuje konkretny limit prędkości lub po prostu kompletnie go ignorują. A takie zachowania nie są bezpieczne.

– *Najskuteczniejszymi metodami walki z kierowcami przekraczającymi prędkość są fotoradary oraz odcinkowe pomiary prędkości. Z naszego doświadczenia wynika, że zmotoryzowani Polacy przed miernikiem potrafią zwolnić o 10-20 km/h poniżej obowiązującego limitu* – komentuje Julia Langa, Yanosik

Niestety nie każdy respektuje zarówno mierniki prędkości, jak i limity, które są ustalane nieprzypadkowo. Polakom wciąż zdarza się przekraczać prędkość nawet o więcej niż 50 km/h, jednak bazując na danych twórców Yanosika, trzeba przyznać, że robią to z mniejszą częstotliwością.

– *Z naszego zestawienia wynika, że na początku tego roku prawie o połowę mniej kierowców przekroczyło limit prędkości o więcej niż 50 km/h, w porównaniu z ubiegłym rokiem. Od marca ten wskaźnik znów niebezpiecznie wzrósł, lecz wciąż zachowuje niższy poziom niż w 2021 roku. A trzeba pamiętać również o tym, że w tym roku mamy do czynienia z większą liczbą aktywnych użytkowników systemu* – mówi Julia Langa, Yanosik

Dane Yanosika wykazują, że wśród zmotoryzowanych Polaków przekroczenia prędkości o 20-30 km/h utrzymują się na poziomie 3,15 - 4,50%, gdzie w ubiegłym roku zjawisko występowało na skalę 4,18 - 5,46%.

Liczba wspólnie przejechanych kilometrów

przez użytkowników Yanosika w 2022 roku vs 2021 rok

Miesiąc	2021	2022	2022 vs 2021
Styczeń	676 226 951	1 061 832 025	+ 57%
Luty	692 393 769	1 055 671 111	+ 52%
Marzec	840 623 353	1 145 073 153	+ 36%
Kwiecień	849 820 942	1 137 710 275	+ 34%
Maj	1 003 844 932	1 261 299 016	+ 26%
Czerwiec	1 026 371 383	1 320 077 558	+ 29%
Styczeń - czerwiec	5 089 283 351	6 981 665 160	37%

Zmniejszyła się również liczba przekroczeń prędkości o 30-40 km/h. W tym roku wskaźnik udziału tego wykroczenia waha się na poziomie 1,13% - 1,89%, z kolei w 2021 roku wynosił 1,63 - 2,39%.

Na niższym poziomie jest również udział przekroczeń prędkości o 40-50 km/h - w 2022 roku wynosił od 0,40% do 0,74%, a w ubiegłym roku od 0,60% do 0,93%.

Większa potrzeba wsparcia na trasie

- Już przy końcu 2021 roku odnotowaliśmy wzrost zainteresowania aplikacją Yanosik, jak również urządzeniami, które oferujemy kierowcom. W styczniu i w lutym tego roku zaobserwowaliśmy ponad 50% wzrost liczby przejechanych kilometrów przez użytkowników Yanosika, w porównaniu do tych samych miesięcy w 2021 roku. Wydłużył się również czas spędzony za kółkiem oraz zwiększyła liczba aktywnych i nowych użytkowników – tłumaczy Julia Langa, Yanosik

Kierowcy chcąc czuć się bezpieczniej na trasie, jeszcze chętniej sięgali po Yanosika, którego włączali nawet na krótsze trasy. Dane twórców systemu wykazują, że liczba wspólnie przejechanych kilometrów wzrosła już w styczniu tego roku o 57%, a w lutym o 52%. W miarę upływu czasu wciąż widoczny był wzrost liczby kilometrów, pokonanych przez kierowców z Yanosikiem. W marcu o 36%, w kwietniu o 34%, w maju o 26%, a w czerwcu o 29% w porównaniu do ubiegłego roku.

Wraz z liczbą kilometrów, wydłużył się również czas, który spędzają kierowcy z Yanosikiem. W styczniu twórcy systemu odnotowali 66% wzrost, w lutym 59%, w marcu 46%, w kwietniu 43%, w maju 34%, a w czerwcu 33% w porównaniu do ubiegłego roku. Łącznie czas spędzony za kółkiem w towarzystwie Yanosika wydłużył się o 45% w ostatnim półroczu, w stosunku do analogicznego okresu w 2021 roku.

Yanosik odnotował również 52% przyrost nowych użytkowników w tym półroczu. Największy wzrost miał miejsce już w styczniu 2022 roku (+188%), po wprowadzeniu nowego taryfikatora mandatów, choć w lutym tendencja wciąż utrzymywała się na wysokim poziomie (+86%). W miarę upływu miesięcy wskaźnik przyrostu malał, jednak wciąż pozostając na plusie - marzec +34%, kwiecień +39%, maj +23%, a czerwiec +7% nowych użytkowników.

Nowy taryfikator mandatów zmienił zachowania kierowców

Wprowadzenie nowych, wyższych, stawek za przekroczenie prędkości odbiło się szerokim echem w środowisku kierowców. Polacy zmienili swoje nawyki za kółkiem, podnosząc poziom ostrożności i przestrzegania limitów prędkości na trasie.

Dane twórców Yanosika z pierwszego półrocza 2022 roku nie pozostawiają złudzeń - wskaźniki przekroczeń prędkości zmalały. Wciąż zdarza się kierowcom częściej przekroczyć limit prędkości o 10 km/h, jednak wyższe przekroczenia są znacznie rzadziej popełniane.

Czas spędzony za kółkiem w h

przez użytkowników Yanosika w 2022 roku vs 2021 rok

Miesiąc	2021	2022	2022 vs 2021
Styczeń	13 297 505	22 059 574	66%
Luty	13 660 988	21 712 954	59%
Marzec	16 357 584	23 960 020	46%
Kwiecień	16 508 589	23 544 551	43%
Maj	19 571 077	26 158 866	34%
Czerwiec	20 292 600	26 943 537	33%
Styczeń - czerwiec	99 688 341	144 379 502	45%

Nie ma się co dziwić - nowy taryfikator mandatów nie oszczędza nikogo, a do tego wysokie stawki za paliwo powodują, że bardziej trendy jest ekonomiczna jazda, pozbawiona gwałtownych przyspieszeń, aniżeli szarżowanie na trasie.

Czy ta tendencja będzie się utrzymywać w drugim półroczu 2022 roku? Będziemy to obserwować.

yanosik.pl

Wzrost aktywnych użytkowników Yanosika

w 2022 roku w porównaniu do 2021 roku z podziałem na miesiące

Miesiąc	Przyrost aktywnych użytkowników
Styczeń	44%
Luty	42%
Marzec	30%
Kwiecień	31%
Maj	24%
Czerwiec	19%
Styczeń - czerwiec	27%

eprasa.pl 2e5e834a74

DZIESIĘCIOLECIE PORTU LOTNICZEGO WARSZAWA/MODLIN.

Na skrzydłach sukcesu

Lotnisko w Nowym Dworze Mazowieckim to przykład znakomitego sukcesu inwestycyjnego. Od powstania spółki Mazowiecki Port Lotniczy w 2006 roku udało się zrobić naprawdę wiele. Miliony obsłużonych pasażerów, setki pracowników czy rozwój gospodarczy okolic, świadczą o tym, jak dobrze ten projekt wpasował się w potrzeby podróżujących mieszkańców Mazowsza i Warszawy, a nawet Podlasia oraz Warmii i Mazur. Lotnisko przetrwało także najcięższy okres lockdownu i pandemii. Jestem przekonany, że największe sukcesy jeszcze przed nami"
- skomentował sytuację Portu Lotniczego Warszawa/Modlin wicemarszałek Wiesław Raboszuk.

Jubileusz to czas refleksji i podsumowań. Funkcjonowanie lotniska nie obyło się wszak bez trudności i problemów związanych z nawierzchnią, sporami udziałowców czy ograniczeniami w ruchu lotniczym. Trudności udało się częściowo zażegnać, zaś dane statystyczne napawają optymizmem. Wskazują bowiem na bardzo pozytywny trend ciągłego wzrostu zarówno liczby wykonanych operacji jak i liczby obsłużonych pasażerów. Z miesiąca na miesiąc krzywa wzrostu pnie się do góry. Po okresie pandemii nastąpiło błyskawiczne odbicie i kontynuacja trendu sprzed okresu wygaszenia lotów. Wiadomo, że już w czerwcu padły kolejne rekordy. Okres wakacyjny sprzyja podróżom lotniczym i pozwala z optymizmem spoglądać na kolejne miesiące.

W okresie dziesięciolecia lotnisko Warszawa/Modlin obsłużyło ponad 21 milionów pasażerów oraz ponad 141 tysięcy operacji.

„Lotnisko Warszawa/Modlin od lat odgrywa bardzo ważną rolę zarówno, jeśli weźmiemy pod uwagę jego znaczenie dla całego ruchu lotniczego w Polsce, jak i znaczenie gospodarcze dla północnego Mazowsza. Jego ogromnym atutem jest także świetnie wykwalifikowana kadra. Ogromnie cieszę się, że lotnisko rozwija się i mimo wielu trudności, które pojawiły się w ciągu ostatnich miesięcy, możemy dziś wspólnie świętować 10. rocznicę jego powstania. Mam nadzieję, że w przyszłości podobnych rocznic będzie więcej" - powiedział poseł Marcin Kierwiński.

Popularne loty low-costowe i nowe nawyki Polaków

Port Lotniczy Warszawa/Modlin powstał jako tzw. secondary airport, czyli lotnisko pomocnicze względem Lotniska Chopina (tzw. primary airport), będąc elementem uzupełniającym systemu lotnisk województwa mazowieckiego, stwarzającym warunki dla szerszej obsługi ruchu nisko kosztowego oraz czarterów. Jak podkreśla Program rozwoju infrastruktury lotnictwa cywilnego w województwie mazowieckim z 2015r., mimo początkowego przeznaczenia wspierającego, w gruncie rzeczy Port Lotniczy Warszawa-Modlin od początku kształtował popyt na innego rodzaju usługi:

„Mając na uwadze konkurencyjne ceny biletów oferowane przez przewoźników w Porcie Lotniczym Warszawa/Modlin w porównaniu do Lotniska Chopina dla porównywalnych połączeń, Port Lotniczy Warszawa-Modlin pełni istotną rolę w kreowaniu nowego popytu na transport lotniczy. Oznacza to, iż tylko do pewnego stopnia lotnisko konkuruje o przewoźników/pasażerów z Lotniska Chopina (substytucja ruchu). Część obsługiwanego ruchu to ruch nowy tzn. jest to ta grupa pasażerów, dla których ceny biletów na Lotnisku Chopina były zbyt wysokie, aby pozwolić sobie na podróż samolotem."

W międzyczasie zmienił się zapatrywania Polaków na sposób podróżowania. Konkurencyjne, w porównaniu z innymi środkami transportu ceny, skrócenie czasu podróżowania wpłynęły na rosnącą popularność lotów nisko kosztowych i przyczyniły się do intensyfikacji ruchu pasażerskiego na modlińskim lotnisku. Dlatego też, w odpowiedzi na rosnący popyt w sezonie Lato 2022 Port Lotniczy Warszawa/Modlin zaoferował pasażerom ponad sześćdziesiąt destynacji.

Obchody jubileuszu dziesięciolecia

13 lipca to dzień obchodów jubileuszu dziesięciolecia Portu Lotniczego Warszawa-Modlin. Uroczystości rozpoczęły się o godz.12-ej powitaniem gości honorowych przez zarząd Mazowieckiego Portu Lotniczego Warszawa-Modlin oraz odsłonięciem jubileuszowego loga lotniska przed Terminalem Pasażerskim.

Wśród licznych atrakcji zaplanowanych na ten dzień było otwarcie wystawy zdjęć o tematyce nawiązującej do historii lotniska. Uroczyste spotkanie rocznicowe zaplanowane zostało w Budynku Północnego Punktu Kontroli Lotniska. Wygłoszone zostały przemówienia okolicznościowe, nastąpiło także wręczenie pamiątkowych dyplomów i upominków pracownikom lotniska oraz współpracującym firmom.

fot.: M. Mianowicz

Zmiany i przebudowy

Romowa z Tomaszem Szymczakiem p. o. prezesa Mazowieckiego Portu Lotniczego Warszawa-Modlin z okazji dziesięciolecia lotniska

Świętujemy obecnie 10-lecie istnienia Portu Lotniczego Warszawa-Modlin. Od czasu otwarcia lotniska obsłużono ponad 21 milionów pasażerów i ponad 141 tysięcy operacji, a w sezonie letnim udostępniono do dyspozycji aż 60 destynacji. Co decyduje o rosnącej z roku na rok popularności portu lotniczego?

Tomasz Szymczak: Nieustannie pracujemy nad wielopłaszczyznowym rozwojem oferty skierowanej do naszych klientów. Mimo trudności rynkowych, których w nadmiarze doświadczaliśmy w ostatnich dwóch latach staramy się jak najlepiej wypełniać rolę lotniska low-costowego dla aglomeracji warszawskiej i terenów na północny wschód od Miasta Stołecznego. W ramach istniejącej infrastruktury staramy się poszerzać zakres świadczonych usług i udogodnień dla pasażerów. Ostatnio udostępniliśmy na przykład w strefie ogólnodostępnej samoobsługowe kapsuły do spania dla pasażerów, którzy nasze lotnisko traktują jako punkt tranzytowy. Przy rosnącej liczbie punktów docelowych, do których można polecieć z Modlina taka usługa bardzo się przydaje.

Atutem lotniska jest usytuowanie niedaleko aglomeracji warszawskiej oraz korzystne położenie dla północnego Mazowsza i całej północno-wschodniej Polski. Port jest świetnie skomunikowany z Warszawą i odległymi miastami. Współpracujemy z sześcioma przewoźnikami autobusowymi i Kolejami Mazowieckimi, wokół rozbudowana jest sieć parkingów. Działa tu aż osiem przedstawicielstw największych samochodowych wypożyczalni. Niewątpliwie plusem jest lokalizacja przy drodze ekspresowej S-7 w kierunku na Mazury i do Gdańska. Na odcinku Płońsk- Czosnów trwa obecnie przebudowa drogi i budowa węzła Modlin lotnisko, który usprawni komunikację z MPL. Zakończenie inwestycji planowane jest na 2023r.

Obecnie na terenie lotniska trwają zmiany i przebudowy. Planowane są kolejne inwestycje. Na czym będą one polegać?

T. S.: Do tej pory udało nam się skomercjalizować znaczną część powierzchni handlowych i usługowych w terminalu, które od początku pandemii nie pracowały. Kończymy też rozmowy o oddaniu do użytku restauracji i kawiarni na I piętrze w strefie odlotów, tak aby nasi pasażerowie mieli znacznie większą ofertę gastronomiczną przed odlotem. Kończy się prawie 2-krotna rozbudowa sklepu wolnocłowego Aelia, która będzie także skutkować zwiększeniem oferowanego tam asortymentu produktów.

Na pewno w najbliższych dwóch latach zależy nam na trzech głównych zadaniach, które powinny być wdrożone do realizacji. Jest to rozbudowa terminala pasażerskiego o gate'y non-Schengen - czyli poza strefą Schengen. Chcielibyśmy obecny budynek pozostawić jako Schengen, a wybudować, bądź w tej samej strukturze architektonicznej, bądź dobudowując oddzielną halę, nowe gate'y non-Schengen z kontrolą graniczną. Dodatkowo na dostępnym terenie przed terminalem planujemy wydłużyć płytę postojową o trzy stanowiska kodu C, w tym nową płytę do odladzania samolotów. Te elementy są dla nas bardzo istotne w średniej perspektywie czasowej, zaś remont części nawierzchni lotniskowych plasuje się w krótkiej perspektywie. Posiadamy jasne ekspertyzy Instytutu Technicznego Wojsk Lotniczych, że tego typu remonty powinny być przeprowadzone po dziesięciu latach od budowy lotniska. Nie mówimy na razie o dalszej przyszłości, jak na przykład budowie kolejnych kilkunastu stanowisk postojowych. Zobaczymy w najbliższym czasie, co się da osiągnąć. W naszym masterplanie mamy właśnie te trzy rzeczy, czyli rozbudowę terminala o część odlotową w pierwszym etapie, trzy nowe stanowiska postojowe i remonty tych części nawierzchni płyt postojowych czy dróg kołowania, które są już nadwyrężone wieloletnim użytkowaniem. To tyle jeśli chodzi o dzień dzisiejszy i najbliższą logistyczną przyszłość lotniska. Oczywiście, planujemy zmiany w umowie z Ryanair, którą właśnie negocjujemy z przewoźnikiem po dziesięciu latach jej obowiązywania. Priorytetem jest dla nas pozyskanie nowych przewoźników, zarówno low-costowych jak i czarterowych. Ważna dla naszych udziałowców jest większa dywersyfikacja bazy klientów, do czego będziemy dążyć.

Do jakiego ruchu przygotowane jest lotnisko? Czy poza ruchem pasażerskim rozwijacie się w innym kierunku?

T. S.: Jako port lotniczy jesteśmy przygotowani w tej chwili głównie do ruchu low-costowego i czarterowego. W mniejszym stopniu „aplikujemy" o ruch full service. Jeśli chodzi o rozwój innych powiązanych usług to mamy już halę cargo i dlatego dzięki rozwojowi drogi ekspresowej i pobliskiego zaplecza logistycznego, niedługo będziemy mogli pełnić też dodatkowe funkcje transportu towarowego. Dodatkowe funkcje magazynowe i cargo pojawiają się wokół lotniska, w bliższej i dalszej odległości, dlatego skupiamy się także na cargo RFS.

Jakie są dalsze wizje rozwoju?

T. S.: Wizja bycia dla aglomeracji warszawskiej i Polski północno-wschodniej głównym lotniskiem low-costowym i czarterowym oraz w pewnym zakresie cargo. Nie tylko cargo lotniczego, ale także tzw. RFS, czyli cargo lotniczego przewożonego drogą lądową w sprzyjającej bliskości węzła drogi ekspresowej. Już widzimy, że tysiące metrów nowych powierzchni magazynowo - logistycznych rosną wokół Modlina, więc włączenie się nas w proces obsługi cargo też jest istotny.

Jak będą wyglądać rocznicowe obchody?

T. S.: W ramach obchodów dziesięciolecia odsłonimy nasze jubileuszowe logo, usytuowane przed Terminalem Pasażerskim. Zaplanowaliśmy także wystawę zdjęć związanych z lotniskiem oraz uroczyste spotkanie rocznicowe, na którym wręczymy naszym pracownikom okolicznościowe dyplomy i upominki.

Czego można życzyć lotnisku Warszawa-Modlin na kolejne dziesięciolecia?

T. S.: Na pewno stabilności, realizacji zaplanowanych inwestycji, aby sprostać wzrostowi ruchu. Meritum sprawy to twórcza współpraca udziałowców, by w przyszłości nie dochodziło do blokowania lub opóźniania pewnych decyzji. Znamy nasze miejsce na lotniczej mapie Polski i chcemy je umacniać. Chcemy wykorzystać możliwości rozwojowe jakie to miejsce stwarza. Relatywnie blisko aglomeracji warszawskiej, ekologiczne położenie i brak znaczących problemów hałasowych. Długofalowa i twórcza współpraca udziałowców jest niezbędnym warunkiem rozwoju portu lotniczego Warszawa-Modlin.

Rozmawiała: A. Winnik
Fot.: M. Mianowicz

eprasa.pl 2e5e834a74

NASZE WILKOWYJE

Komórki alkoholowe

Najgorsze to na ławeczce wizyty mieć. W domu – proszę bardzo, ale na ławeczce? Prosty przepis na katastrofę. Zaczęło się tak, że Solejuk przyszedł wściekły, bo żona dostała propozycję wykładów na podstawie pracy doktorskiej na temat, co go nawet Japycz nie zrozumiał. Jeszcze trochę, a habilitację będzie robić, a potem na etat jakiś uniwersytecki pójdzie i tyle będzie z rodziny Solejuków. Mamrota wziął, za jednym zamachem obalił, choć miał być na czterech, piwa nie chciał, po małpkę pobiegł i tak go Wezółowa z Wezółem przy ladzie przychwyciła. Wezół człowiek bywały, zrozumienie dla życia ma, ale z jego żoną zupełnie inaczej. Wrzeszczeć zaczęła, że żonie swojej wstyd przynosi, bo ona czeguś z Solejukowej bardzo dumna, choć o czym ta jej praca też ni w ząb nie rozumie. Wzięła Solejuka za fraki, ze sklepu wykopała, na ławeczce posadziła, to jeszcze pół biedy, bo to przecież jego miejsce, ale potem Hadziuka i mnie pogoniła, sama się rozsiadła, męża też posadziła i mówi: Mieciu wytłumacz panom, czemu alkohol szkodzi.

Wezół może i w świecie bywały, ale z żoną kłócić się nie umie. Bo kłótnia małżeńska to przecież sztuka i przedmiot taki powinien w szkole być, jak tu się przy swoim utrzymać, a małżeństwa na szwank nie narazić. No ale nie ma i nawet gdyby był, to by pewnie Wezółowi nie pomógł, taką już żonę ma. Więc biedny Wezół na początku zaczął ogólnie, ale Wezółwa od razu szczegółów chciała i dokładnie mu wytłumaczyła co mu da, a czego nie da jak wrócą do domu, jeśli wykład będzie niezadawalający.

Stali my z Hadziukiem jak głupie przy tej ławeczce, a Wezół nawijał, które komórki i dlaczego alkohol w mózgu zabija. Nawet Japycz oczyma przewracał, no bo komórki jak wiadomo same też se umierają, a bez przyjemności żadnej. Ale Solejuk bardzo jakiś zainteresowany był i nawet o szczegóły dopytywał, aż Wezółowa zadowolniona z wrażenia w Internetach procesy chemiczne sprawdzała i statystyki jakoweś zagraniczne. Potem przeszła płynnie do jakości alkoholu i zanieczyszczeń wszelakich, ze szczególnym uwzględnieniem Mamrota. Oraz problemów z nadwagą z powodu nadmiernego spożycia piwa. Ale to już Solejuka nie interesowało, tylko żądał potwierdzenia, że alkohol komórki mózgowe zabija i przez to ludzie głupiejom.

Mieciu! – powiedziała Wezółowa uroczyście – potwierdzić masz, że głupieją. Wił się nasz biedny doktór jak piskorz, bo w sprawach medycznych niczego zazwyczaj nie potwierdza, ani nie zaprzecza, ale w końcu przyznał żonie rację – badania są, statystyki są, empiria i teoria jak nigdy w parze idą – zabijają! Bardzo Solejuk im za to dziękował, Wezółową ze trzy razy w rękę całował, aż się doktór zaniepokoił, bo jej się to najwyraźniej podobało, ale wyjaśniła mu, że tylko z powodu kaganka oświaty, nic więcej, a resztę mu w domu udowodni. Doktór nie ryzykując że się rozmyśli, natychmiast ją z ławeczki porwał, a i Wezółowa była nie od tego, bo jak powiedziała kaganek oświaty kręci ją bardziej niż myślała.

Ledwo Wezółowa poszła, Solejuk do sklepu i z najdroższym koniakiem wraca, co go Więcławska na potrzeby Prezydenta Kozioła trzyma. Myśleliśmy, że postawić chce celem zadośćuczynienia za wykład Wezółowej, ale gdzie tam. Do domu idę – powiada z chytrym uśmiechem – żonę upić. Bo mówię wam bez ogródek koledzy moi, jak moja ślubna nie potraci trochę komórek, to się rodzina rozpadnie.

Nie jest do końca jasne, czy o taki sukces kaganka oświaty Wezółowej chodziło, ale nikt w Wilkowyjach nie jest na tyle głupi, żeby jej to doimentnie tłumaczyć.

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

Pietrek

Phubbing w związkach: problemem nie smartfon - ale to, jak jest postrzegany

Zamiast skupić się na rozmowie ze swoją dziewczyną, partner znika co chwilę w smartfonie? Okazuje się, że poziom tego zjawiska - tzw. phubbingu - nie przekłada się bezpośrednio na satysfakcję drugiej strony ze związku romantycznego. Znaczenie ma to, jak przez drugą stronę odbierane jest używanie komórki

Phubbing - czyli phone snubbing - telefoniczne ignorowanie - to celowe przerwanie interakcji w celu użycia smartfona.

To nowe, choć całkiem rozpowszechnione teraz zjawisko, badane było już w różnych kontekstach: kontaktów rówieśniczych, relacji w pracy, czy w grupach przyjaciół. Teraz badacz z Polski, doktorant Michał Frąckowiak z Uniwersytetu w Lozannie, postanowił przyjrzeć się phubbingowi w relacjach romantycznych - w heteroseksualnych związkach.

Chciał się dowiedzieć, jak poziom phubbingu partnera wpływa na satysfakcję drugiej strony ze związku. Odpowiedź nieco go zaskoczyła: okazało się, że nie ma tu wyraźnej zależności. Badania ukazały się w czasopiśmie Computers in Human Behaviour.

Nie było więc tak, że im bardziej jedna osoba znika w komórce, tym gorzej czuje się w związku druga strona. To o wiele bardziej skomplikowane. Wszystko więc zależy od podejścia partnera.

Badania zrealizowano na grupie 133 osób, metodą daily diary - badani przez 7 dni wypełniali ten sam kwestionariusz i byli pytani, ile czasu spędzili z partnerem i czy używał on telefonu podczas tego kontaktu. Były też pytania np. o emocje, satysfakcję ze związku czy stopień poczucia, że partner słucha.

Co prawda im wyższy był poziom phubbingu u partnera, tym osoba ta była postrzegana jako mniej dostępna, mniej gotowa, żeby słuchać. W dniach jednak, w których phubbing partnera był na wyższym poziomie, wcale nie obserwowano spadku poziomu satysfakcji ze związku.

Badacz komentując swoje badania zwraca uwagę, że nie należy z automatu traktować używania komórki w towarzystwie innych osób jako zjawiska patologicznego. W końcu smartfon to urządzenie, które nie tylko pozwala kontaktować się z innymi, ale również daje dostęp do konta bankowego, kalendarza, źródeł informacji o świecie, a także umożliwia zakupy czy nawet pracę zdalną.

„Trzeba jednak pamiętać, że jeśli używa się tego urządzenia w czasie bezpośredniego kontaktu z drugą osobą, cały ten network wkracza do relacji" - mówi w rozmowie z Nauką w Polsce Michał Frąckowiak. I dodaje, że nie każda osoba potraktuje to ze zrozumieniem.

Problemem jest więc nie samo użycie komórki - w czasie, kiedy druga strona chce rozmawiać - ale to, jak to zachowanie jest odbierane przez drugą stronę.

„No bo jeśli ktoś nie czuje się w związku bezpiecznie, to fakt, że jego partner znika w komórce podczas rozmowy, może powodować zazdrość, brak zrozumienia, niepewność" - zwraca uwagę Michał Frąckowiak. Zaznacza, że jednak takie podejście nie jest przecież regułą.

Badacz uważa, że korzystanie z komórki w towarzystwie partnera to niekoniecznie nowoczesny odpowiednik czytania gazety przy śniadaniu. W gazecie mniej więcej wiadomo było, jakich informacji się spodziewać. „A kiedy ktoś korzysta z komórki, to druga strona niekoniecznie wie, co się dzieje na ekranie" - mówi.

Może być tak, że druga osoba bezmyślnie scrolluje media społecznościowe, a może szuka informacji, które przydadzą się w rozmowie z partnerem. Może wymienia ważne informacje z przełożonym z pracy, a może flirtuje z jakąś sympatią. Może wdaje się w bezproduktywną pyskówkę z nieznajomymi, a może szykuje miłą niespodziankę dla partnera...

A ponieważ używanie komórki w towarzystwie drugiej osoby czasem spotyka się ze zrozumieniem i pobłażaniem, a czasem nie, Michał Frąckowiak zwraca uwagę, że warto o tym bezpośrednio porozmawiać w parze.

Warto, by partner, któremu nie podoba się phubbing - powiedział o tym drugiej osobie wprost. A druga osoba opowiedziała, dlaczego korzystanie z komórki w danym momencie jest dla niej ważne. W szczerej rozmowie być może uda się wspólnie wypracować dobre zwyczaje, które odpowiadać będą obu stronom.

PAP - Nauka w Polsce

eprasa.pl 2e5e834a74

eprasa.pl 2e5e834a74

Dla wielu osób pierwszym skojarzeniem na hasło „grill" jest tłuste mięso skwierczące na ruszcie. Tymczasem przy odrobinie wysiłku można wyczarować na grillu zdrowe posiłki, wykorzystując w tym celu różnorodne, wartościowe produkty. Dietetyczne grillowanie może obejmować mięso, ale przede wszystkim uwzględnia warzywa, które w połączeniu np. z serami tworzą zdrową i pyszną alternatywę dla dań typowo mięsnych. Jakie dietetyczne posiłki sprawdzą się w tym roku? Oto nasze propozycje

Dietetyczne grillowanie jest możliwe – wypróbuj warzywa, sery i nie tylko

Sezon na grillowanie trwa. Polacy, kiedy tylko pierwsze promyki majowego słońca zaczynają przyjemnie przygrzewać, chętnie spędzają czas na ogródkach i grillują w większym lub mniejszym gronie. Do niedawna na stołach królowało mięso – w każdej możliwej postaci, a szczególnymi względami cieszyły się kiełbasy i karczek. Obecnie coraz więcej osób jest na dietach wegetariańskiej czy wegańskiej, co nie oznacza, że dla nich grillowanie nie ma racji bytu. Wręcz przeciwnie.

Jak wygląda dietetyczne grillowanie?

Istnieje mnóstwo ciekawych i prostych przepisów bez mięsa, które będą smakować pysznie. Watro także zrewidować przekonanie na temat tego, że grillowane jedzenie jest tłuste i niezdrowe dla naszego organizmu. Nic bardziej mylnego. Osoby będące na specjalnych dietach również mogą kosztować przysmaki z grilla i cieszyć się wspólnie spędzonym czasem z najbliższymi, nie rezygnując przy tym ze swoich upodobań i nawyków żywieniowych.

Dietetyczne propozycje obejmują zarówno mięsa, warzywa, owoce, jak też pieczywo oraz sery. Zdrowe posiłki z grilla są jak najbardziej możliwe, co więcej bardzo łatwe w przygotowaniu i nie wymagają większego wysiłku. Może ewentualnie fantazji. Są przy tym wyjątkowo smakowite i lekkie. – Szaszłyki z grilla, grillowane warzywa, mięsa, pieczywo, w połączeniu z różnorodnymi żółtymi serami pozwolą cieszyć się wyśmienitym smakiem niebanalnie podanych posiłków – zauważa Ewa Polińska, ekspertka z MSM Mońki.

Dietetyczne grillowanie również z mięsem

Dietetyczne grillowanie to nie tylko same warzywa. Sztuką jest połączyć różnorodne składniki w jedną całość, tak aby jeść jednocześnie zdrowo, smacznie i obalić przy tym stereotyp grilla postrzeganego jako tłusta kiełbasa z musztardą i bułką. W tym celu przede wszystkim należy zaopatrzyć się w świeże i wysokiej jakości produkty.

Amatorzy mięsa mogą spróbować prostego połączenia drobiu z serem, np. edamskim i różnymi, grillowanymi warzywami typu: papryka, pomidor, cukinia czy pieczarki, podanymi w formie szaszłyków. Dla osób ceniących bardziej wyrafinowane kompozycje polecamy np. grillowane papryki z pikantnym farszem. – Żółty ser Gouda w połączeniu z mieloną baraniną bądź mięsem wieprzowo-wołowym, z świeżą, kolorową papryką, to zdrowa i pyszna propozycja dla każdego, kto nie wyklucza ze swojej diety mięsa. – podpowiada ekspertka z MSM Mońki.

Jak można zauważyć, do dietetycznego i zdrowego grillowania nie potrzeba wyszukanych produktów. Wystarczy odrobina chęci wyjścia poza typowy schemat grilla, który utarł się w polskiej kulturze przez lata. Grill wcale nie musi być ciężkostrawną imprezą – wręcz odwrotnie. To okazja do próbowania nowych smaków i spożywania znanych produktów w nowej odsłonie. Idealną propozycją deseru z grilla są…banany. Położone w całości na ruszcie, w zaledwie kilka minut karmelizują się w środku. Podane z lodami zachwycą nawet fanów karkówki.

Dietetyczne grillowanie nie tylko dla wegetarian

Dietetyczne grillowanie jest możliwe dzięki odpowiednim produktom, ale ważny jest także sposób ich przygotowywania. Warto zaopatrzyć się w specjalne tacki do grilla oraz folię, które ochronią jedzenie przed kontaktem z brudnym rusztem. Można również pokusić się o rezygnację z tradycyjnego grilla węglowego i zastąpić go „zdrowszymi" odpowiednikami, typu: grillowa patelnia, grill elektryczny czy gazowy.

Badania pokazują, że przygotowanie wegańskiego posiłku na grillu zajmuje średnio tylko 22 minuty – to o 31 minut mniej niż standardowy grill – zawiera tylko 208 kalorii i 9 gramów tłuszczu. Jest też druga strona medalu - przepisy wegańskie mają zwykle wyższą zawartość węglowodanów (22 g) i cukru (10 g) niż opcje mięsne.

Ci, którzy szukają zdrowego, wegetariańskiego, szybkiego i łatwego posiłku, mogą po prostu położyć na grillu bezmięsnego burgera. Niemniej szaszłyki warzywne pozwalają na wykazanie się zdecydowanie większą kreatywnością. Niezależnie od tego, czy są to tylko warzywa, czy z dodatkiem tofu – każdy może stworzyć własne połączenie i raczyć się tym, co najbardziej mu smakuje.

Grillowane papryki z pikantnym farszem

Składniki:
- 3 świeże papryki kolorowe
- 600 g mielonej baraniny (można zastąpić innym mięsem, np.: wieprzowo-wołowym)
- 1,5 łyżeczki płatków chili
- 300 g sera żółtego Gouda
- 2 gałązki świeżego rozmarynu
- sól do smaku

Wykonanie:

Paprykę umyć, przekroić wzdłuż na pół i wydrążyć gniazda nasienne. Ser żółty zetrzeć na tarce, na grubych oczkach i połowę wymieszać z mięsem. Dodać również posiekany rozmaryn, płatki chili, sól do smaku i całość wymieszać. Tak przygotowanym farszem luźno (nie ubijając) wypełnić połówki papryk. Posypać pozostałym serem i grillować na wolnym ogniu pod przykryciem. Podawać z bagietką pszenną.

Szaszłyki z serem edamskim i grillowanymi warzywami

Składniki:
- 200 g sera żółtego Edamskiego
- pół młodej cukinii
- 6 średnich świeżych pieczarek
- 1 świeża kolorowa papryka
- 6-7 pomidorków koktajlowych
- 1 łyżka oleju rzepakowego
- zioła prowansalskie
- sól, płatki chili do smaku

Wykonanie:

Wszystkie warzywa, oprócz pomidorków, pokroić w grube cząstki, doprawić do smaku przyprawami i położyć na rozgranym ruszcie. Po osiągnięciu oczekiwanego stopnia usmażenia, zdjąć z grilla i wystudzić. Ser pokroić w cząstki i ponadziewać na patyczki do szaszłyków na przemian z warzywami i pomidorkami koktajlowymi.

KRÓLEWSKIE CHRZCINY W PAŁACU
Eleganckie wnętrza
Wyjątkowa impreza
Wyśmienite menu
PAŁAC W JABŁONNIE #poczujnaszahistorie
Rezerwacje:
info@palacjablonna.pan.pl
tel.: +48 531 093 982, +48 507 104 572
Pałac w Jabłonnie
ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna

eprasa.pl 2e5e834a74

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

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

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

środa 20 lipca

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 Rodzinny ekspres - magazyn
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:35 Ranczo - serial
09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny
10:40 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

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? - teleturniej muzyczny
17:55 Wojenne dziewczyny
18:50 Jeden z dziesięciu
19:20 Tour de Pologne
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:30 Leśniczówka - serial
21:05 Bolivar - serial
22:00 07 zgłoś się - serial
23:45 Ukraińcy - serial
00:45 Na skraju obłędu - film fabularny

TVP 2
05:05 Na sygnale - serial fabularyzowany
05:35 M jak miłość - serial
06:25 Tora, historia żydowskiej Księgi - reportaż
06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy
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 - film obyczajowy
18:00 Panorama

TELETURNIEJ

18:20 Va Banque - teleturniej prod. Polska
18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy
19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. Polska
20:10 C. K. Dezerterzy - cz. I - komedia
21:50 Strażnik dzikiej przyrody - serial obyczajowy
23:35 Medyceusze Wspaniali - serial
00:45 Mystify: Michael Hutchence - film dokumentalny
02:40 Archiwista - serial
03:35 Pograbek - film obyczajowy
04:55 Zakończenie dnia

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 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 - program obyczajowy
19:00 Fakty

MAGAZYN

19:55 Uwaga! - magazyn
20:10 Doradca smaku
20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
20:55 Milionerzy
21:35 Szybcy i wściekli: Tokio Drift - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2006, reż. Justin Lin, wyk. Lucas Black, Bow Wow, Nathalie Kelley, Brian Tee, Kang Sung, Brian Goodman, Vin Diesel
23:45 Ustawka - film komedia, USA, 2017, reż. Richie Keen, wyk. Ice Cube, Charlie Day, Tracy Morgan, Jillian Bell
01:40 Wewnętrzny wróg - serial, USA

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 prod. Polska
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 Jeszcze większe dzieci Lenny przeprowadził się z Los Angeles do rodzinnego miasteczka, tam gdzie się wychował.

FILM SENSACYJNY

22:30 Zła kobieta - film sensacyjny Elizabeth Halsey jest myślącą tylko o sobie dziewczyną, która przez przypadek została nauczycielką. Kobieta nie stroni od używek, klnie jak szewc, a uczniowie kompletnie jej nie obchodzą. Marzy tylko o tym, żeby poślubić swojego bogatego chłopaka i rzucić pracę w diabły.
00:20 Więzień labiryntu: Lek na śmierć - film sensacyjny Thomas staje na czele grupy zbiegłych Streferów, którzy wyruszają z ostateczną misją. Chcą ocalić swych przyjaciół.

TVP Kultura
07:00 Teledyski
07:25 Przestrzenie Sztuki
07:50 Informacje kulturalne - informator kulturalny
08:20 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
09:00 Opowieść wiosenna - film obyczajowy, prod. Francja, 1990, reż. Eric Rohmer, wyk. Sophie Robin, Hugues Quester, Anne Teyssedre, Eloise Bennett
11:00 Najważniejszy dzień życia - serial
13:30 Przewodnik Putifara - serial dokumentalny
14:35 Zakochany anioł - komedia romantyczna
16:25 Jesienna opowieść - film obyczajowy, prod. Francja, 1998, reż. Eric Rohmer, wyk. Marie Riviere, Batrice Romand, Alain Libolt, Didier Sandre
18:30 Informacje kulturalne

SERIAL OBYCZAJOWY

18:50 Serialowa nostalgia - Szaleństwo Majki Skowron - serial
20:00 W trzy miesiące dookoła świata - Ósmy dzień - dramat
22:05 Więcej niż fikcja - Whitney
00:15 Lekkie obyczaje - Goodbye Berlin - komedia
02:00 Scena Klasyczna
02:50 Informacje kulturalne
03:20 Kino nocne - Niemcy - dramat, reż. Zbigniew Kamiński, wyk. Per Oscarson, Matthew Sullivan, Vivian Schilling
05:30 Afisz kulturalny
05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl

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
13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
14:00 Reporterzy. Z życia wzięte
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial

SERIAL OBYCZAJOWY

16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska
17:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
20:00 Outlander
22:15 Żywioł. Deepwater Horizon
00:15 Opiekun
03:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
04:00 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska
05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy

TVN 7
05:00 Szpital - program obyczajowy
06:00 Papiery na szczęście - serial, Polska
07:05 Idealna niania - program obyczajowy
07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:50 Totalne remonty Szelągowskiej
11:50 Tajemnice miłości
12:55 Opowieści małżeńskie
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
14:55 Rozwód. Walka o wszystko
15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
17:00 Tajemnice miłości
18:00 Rozwód. Walka o wszystko
19:00 Ukryta prawda

FILM SENSACYJNY

20:00 Słaby punkt - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2007, reż. Gregory Hoblit, wyk. Anthony Hopkins, Ryan Gosling, David Strathairn, Rosamund Pike, Embeth Davidtz, Billy Burke
22:25 Żółtodziób - film sensacyjny, USA, 1990, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Charlie Sheen, Raul Julia, Sonia Braga, Tom Skerritt, Lara Flynn Boyle
00:55 Bracia z ulicy - film sensacyjny, USA, 2018, reż. John Pogue, wyk. Trey Songz, Jack Kesy, China Anne McClain
02:45 Noc magii - program ezoteryczny

TV 4
06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. Pomagają mu w tym inni agenci na czele z Jimmym Trivettem (Clarence Gilyard Jr.) oraz pani prokurator Alex Cahill Walker (Sheree J. Wilson).
08:00 Nasz Nowy Dom **09:00** Pierścionek z rubinem **11:05** Ryzykanci **12:50** Sędzia Judy **13:50** STOP Drogówka **15:50** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **19:00** Policjantki i Policjanci
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Wielka Ucieczka - film akcji **22:00** Apocalypto **00:55** Mistrz Dowcipu **01:55** Śmierć na 1000 sposobów **02:25** Disco Polo Life **03:25** TOP 10 - Lista Przebojów

TV Trwam
10:00 Informacje dnia **10:15** Jestem gotowy na wszystko... **11:00** Z wędką nad wodę w Polskę i Świat **11:25** Jestem mamą **11:40** Prosto o gospodarce **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia
12:20 Mojżesz **13:10** Muzyczne chwile **13:30** Msza Święta **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Święty Franciszek i brat Leon **15:10** Bądź wielki przed Bogiem **15:50** Ma się rozumieć
16:00 Informacje dnia **16:10** Na zdrowie **16:30** Wyszyński - historia **17:00** Testament Miłości Jana Pawła II w Ełku **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** Brat Franciszek **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel

eprasa.pl 2e5e834a74

czwartek 21 lipca

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 **Dobre historie**
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:40 **Ranczo** - serial obyczajowy
09:40 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:40 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:30 **Leśniczówka** - serial obyczajowy
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **Magazyn Rolniczy**
12:55 **Natura w Jedynce** - Najpiękniejsze wyspy

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
15:00 **Wiadomości**
15:10 **Pogoda**
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**
18:50 **Jeden z dziesięciu**
19:20 **Tour de Pologne**
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
23:30 **Magazyn kryminalny**

TVP 2

05:00 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
05:30 **M jak miłość** - serial
06:25 **Smaki świata** - magazyn
06:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
07:30 **Pytanie na śniadanie**
10:35 **Panorama**
10:45 **Pytanie na śniadanie**
11:15 **Magazyn Ekumeniczny** - magazyn
11:50 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
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** - teleturniej
16:35 **Familiada** - teleturniej

FILM OBYCZAJOWY

17:15 **Zakazany owoc** - film obyczajowy
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej
18:45 **Zranione ptaki** - serial obyczajowy
19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
20:10 **Za 5 dolarów** - film obyczajowy
22:00 **Synowie 'Ndranghety** - film fabularny
00:05 **Zanim zasnę** - dramat, prod. Wielka Brytania, Francja, Szwecja, USA
01:50 **Kurier** - film akcji, prod. USA, 2012, reż. Hany Abu - Assad
03:35 **Gomorra** - serial
04:30 **Zakończenie dnia**

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 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!** - magazyn
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 **Gruby i chudszy II: Rodzina Klumpów** - film komedia, USA, 2000, reż. Peter Segal, wyk. Eddie Murphy, Janet Jackson, Larry Miller, John Ales, Richard Gant
00:50 **Szybcy i wściekli: Tokio Drift** - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2006, reż. Justin Lin
03:10 **Noc magii** - program ezoteryczny
04:35 **Kto was tak urządził**

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**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:00 **Miłość na zamówienie** Tripp jest przystojny, czarujący, wysportowany, ma dobrą pracę i pieniądze. Jest z nim tylko jeden problem: ma 35 lat...

FILM OBYCZAJOWY

22:10 **Moja dziewczyna wychodzi za mąż** Życie Toma to sielanka: jest seksowny, odniósł sukces, ma szczęście do kobiet i wie, że w każdej sytuacji może polegać na Hannah - swojej najlepszej przyjaciółce i jedynej stałej rzeczy w jego życiu. Układ jest idealny do chwili, kiedy Hannah wyjeżdża do Szkocji w sześciotygodniową podróż służbową, a Tom nagle zaczyna zdawać sobie sprawę z tego, jak puste jest bez niej jego życie.
00:20 **W pogoni za szczęściem** - film obyczajowy

TVP Kultura

07:00 **Teledyski**
07:45 **Informacje kulturalne**
08:15 **Księga Przestrzeni**
08:55 **Jesienna opowieść** - film obyczajowy, prod. Francja, 1998, reż. Eric Rohmer, wyk. Marie Riviere, Batrice Romand, Alain Libolt, Didier Sandre
11:00 **Najważniejszy dzień życia** - serial
13:30 **Szalom Bollywood** - film dokumentalny, prod. Australia, 2017, reż. Danny Ben - Moshe
15:00 **Czy jest tu panna na wydaniu?** - film TVP, reż. Janusz Kondratiuk, wyk. Roman Kłosowski, Jan Wrona, Beata Andrzejewska, Henryk Hunko, Krzysztof Kowalewski, Helena Norowicz, Włodzimierz Saar, Jan Himilsbach, Władysław Ogórek, Regina Regulska

FILM OBYCZAJOWY

16:25 **Opowieść zimowa** - film obyczajowy
18:30 **Informacje kulturalne** - informator kulturalny
18:55 **Serialowa nostalgia** - Szaleństwo Majki Skowron - serial
20:00 **Teatr Telewizji** - Kobra - Jak błyskawica - spektakl teatralny
21:35 **Tamte lata, tamte dni** - Agnieszka Duczmal
22:15 **Kino Mistrzów** - Happy End - dramat
00:10 **Berlin Live** - The Living End - koncert
01:20 **Nocny dokument** - Jutro albo pojutrze - film dokumentalny
03:05 **W trzy miesiące dookoła świata**

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 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
17:00 **Prawdziwe motywy** - serial kryminalny
18:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
20:00 **Wieczny student**
22:00 **Wieczny student 2: Taj rządzi**

FILM OBYCZAJOWY

00:00 **American Pie: Wakacje** Tym razem uwaga została skupiona na Mattcie Stiflerze, młodszym bracie Steve'a. Po ty, jak został wydalony ze szkoły, Matt zostaje wysłany na obóz letni. Od razu próbuje ów obóz okablować i, za pomocą ukrytych kamer, podglądać dziewczyny. Ale kiedy straci głowę dla obozowej koleżanki Elyse, jego wysiłki, aby zdławienić swe „drugiego ja" - skończą się bardzo komicznie.
02:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy prod. Polska

TVN 7

05:00 **Szpital** - program obyczajowy
06:00 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:05 **Idealna niania** - program obyczajowy
07:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
10:50 **Totalne remonty Szelągowskiej**
11:50 **Tajemnice miłości**
12:55 **Opowieści małżeńskie**
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - program sądowy
14:55 **Rozwód. Walka o wszystko**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **Tajemnice miłości**
18:00 **Rozwód. Walka o wszystko**
19:00 **Ukryta prawda**

KOMEDIA

20:00 **Akademia policyjna III: Ponowne szkolenie** - film komedia, USA, 1986, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Marion Ramsey, George Gaynes
21:50 **Wysłannik przyszłości** - film sensacyjny, USA, 1997, reż. Kevin Costner, wyk. Kevin Costner, Will Patton, Larenz Tate, Olivia Williams, James Russo, Tom Petty
01:35 **Grawitacja** - film S-F, USA, Wielka Brytania, 2013, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Sandra Bullock, George Clooney, Ed Harris
03:25 **Noc magii**

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierścionek z rubinem **11:00** Ryzykanci **12:25** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21:00 Lokator Posiwiały detektyw bada trop bezwzględnego mordercy czyhającego na prostytutki pracujące przy Sunset Strip w Zachodnim Hollywood. Makabryczne praktyki zabójcy przypominają słynne wybryki nigdy nie złapanego, bezlitosnego XIX-wiecznego psychopaty z Londynu - Kuby rozpruwacza.
23:00 Zwierz **00:55** Anatomia głupoty **01:55** Śmierć na 1000 sposobów **02:25** Disco Polo Life

TV Trwam

13:20 Przegląd katolickiego tygodnika **13:30** Msza święta **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Obyś był zimny albo gorący **15:35** Św. Józef - patron na trzecie tysiąclecie **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** Zrozumieć wartość życia - rozmowa z dr Wandą Półtawską **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** Myśląc Historia **21:00** Apel Jasnogórski

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

piątek 22 lipca

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
09:40 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:40 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:25 **Okrasa łamie przepisy** - Smak pędów sosny - magazyn kulinarny
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **Magazyn Rolniczy**
12:55 **Natura w Jedynce** - Najpiękniejsze wyspy

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
15:00 **Wiadomości**
15:10 **Pogoda**
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**
18:50 **Jeden z dziesięciu**
19:20 **Tour de Pologne**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:35 **Bolivar** - serial
22:15 **Diamenty są wieczne** - film sensacyjny
00:25 **Film fabularny**
02:20 **Lekkoatletyka**
05:00 **Zakończenie dnia**

TVP 2

04:55 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
05:25 **M jak miłość** - serial
06:20 **Anna Dymna - spotkajmy się**
06:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
07:30 **Pytanie na śniadanie**
10:35 **Panorama**
10:45 **Pytanie na śniadanie**
11:15 **Smaki świata**
11:50 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
12:30 **Koło fortuny** - teleturniej
13:15 **Zranione ptaki** - serial obyczajowy
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial
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

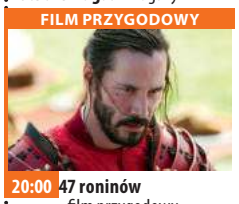
SERIAL OBYCZAJOWY

18:45 **Zranione ptaki** - serial obyczajowy
19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy prod. Polska
20:10 **Postaw na milion** - teleturniej
21:10 **Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki**
22:20 **Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022** - Włocławek - Muzyka romska
23:30 **Razem czy osobno?** - komedia, prod. USA, 2014, reż. Rob Reiner
01:15 **Za 5 dolarów** - film obyczajowy
02:55 **Strażnik dzikiej przyrody** - serial obyczajowy, prod. Niemcy, 2019

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 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** - program obyczajowy
19:00 **Fakty**
19:50 **Uwaga!** - magazyn

FILM PRZYGODOWY



20:00 **47 roninów** - film przygodowy, Wielka Brytania, USA, Węgry, Japonia, 2013, reż. Carl Rinsch
22:25 **Władcapierścieni: Powrótkróla** - film przygodowy, NowaZelandia, USA, Niemcy, 2003, reż. Peter Jackson, wyk. Elijah Wood, Ian McKellen, Viggo Mortensen, Sean Astin, Bernard Hill, John Noble, John Rhys-Davies, Billy Boyd
02:35 **Kuba Wojewódzki**
03:40 **Uwaga!** - magazyn prod. Polska
04:00 **Noc magii**
05:25 **Kto was tak urządził**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat**
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**
16:15 **Interwencja**
16:40 **Gliniarze**
17:40 **Sekrety rodziny**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:00 **Epoka lodowcowa 3: Era dinozaurów** Zwierzaki z epoki lodowcowej - mamut Maniek, leniwiec Sid, tygrys szablozębny Diego oraz oposy Zdzich i Edek - próbują znaleźć swoje miejsce do życia.

FILM PRZYGODOWY

22:05 **Wojna o planetę małp** Cezar i jego małpy uwikłane zostają w zbrojny konflikt z armią ludzi, na czele której stoi bezwzględny Pułkownik. Małpy ponoszą straszliwe straty, podczas gdy Cezar zmaga się z mrocznymi instynktami i wyrusza w drogę, by pomścić swych pobratymców.
01:10 **Jeszcze większe dzieci** Lenny przeprowadził się z Los Angeles do rodzinnego miasteczka, tam gdzie się wychował.
03:25 **Świat według Kiepskich** - serial komediowy
04:10 **Kabaretowa Ekstraklasa**

TVP Kultura

07:00 **Teledyski**
07:40 **Informacje kulturalne**
08:10 **Tamte lata, tamte dni** - Józef Wilkoń - magazyn
08:50 **Opowieść zimowa** - film obyczajowy
11:00 **Najważniejszy dzień życia** - serial
13:30 **Alfabet** - film
15:35 **Uczta Babette** - film fabularny, prod. Dania, 1987, reż. Gabriel Axel
17:30 **Scena muzyczna** - Bum BumOrkestar - koncert
18:30 **Informacje kulturalne**
18:50 **Reżyserzy**
20:00 **Komediowe lato** - U Pana Boga za piecem - komedia
21:50 **Legendy Rocka** - The Yardbirds - cykl dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2017
22:20 **Legendy Rocka** - Ramones

DRAMAT

22:55 **Kino Mistrzów - Happy End** - dramat, prod. Austria, Niemcy, Francja, 2017, reż. Michael Haneke, wyk. Isabelle Huppert
00:55 **Noc krótkich filmów** - Czempion - film krótkometrażowy
01:15 **Noc krótkich filmów** - Porachunki - film krótkometrażowy, reż. Zuzanna Grajcewicz
01:40 **Informacje kulturalne**
02:10 **Kino nocne - Bezmiar sprawiedliwości** - dramat, reż. Wiesław Saniewski, wyk. Jan Frycz, Bożena Stachura
04:25 **Teledyski**
05:30 **Afisz kulturalny**

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 prod. Polska
17:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
20:00 **W sieci kłamstw** Agent CIA Roger Ferris tropi niebezpiecznego terrorystę. Jego przełożony Ed Hoffman kontroluje każdy etap operacji.
22:00 **Copland**
00:00 **Wojenny biznes**
02:10 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy prod. Polska
03:05 **Menu na miarę** - program kulinarny
04:30 **Dyżur** - serial dokumentalny

TVN 7

05:00 **Szpital** - program obyczajowy
06:00 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:05 **Idealna niania** - program obyczajowy
07:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
10:50 **Totalne remonty Szelągowskiej** - program
11:50 **Tajemnice miłości** - program
12:55 **Opowieści małżeńskie** - program
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - program sądowy
14:55 **Rozwód. Walka o wszystko**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **Tajemnice miłości**
18:00 **Rozwód. Walka o wszystko**
19:00 **Ukryta prawda**

KOMEDIA

20:00 **Tin Cup** - film komedia, USA, 1996, reż. Ron Shelton, wyk. Kevin Costner, Rene Russo, Don Johnson, Cheech Marin, Linda Hart
22:55 **Gra dla dwojga** - film komedia, USA, Niemcy, 2009, reż. Tony Gilroy, wyk. Clive Owen, Julia Roberts, Tom Wilkinson, Paul Giamatti, Wayne Duvall
01:30 **Żelazny orzeł II** - film sensacyjny, Kanada, Izrael, 1988, reż. Sidney J. Furie, wyk. Louis Gossett Jr., Mark Humphrey, Stuart Margolin, Alan Scarfe
03:40 **Noc magii** - program ezoteryczny

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) jest jednym z najlepszych Strażników Texasu. Ma dosyć „ostre" metody zwalczania przestępców.
08:00 Nasz Nowy Dom **09:00** Pierścionek z rubinem **11:00** Ryzykanci **12:00** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Gwiazdy Kabaretu
21:00 Wielka Ucieczka **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:00** Naprzeciw ciemności Tagart przewodzi specjalnej grupie operacyjnej złożonej z byłych wojskowych w masakrycznej misji pokonania wampirów. W postapokaliptycznym świecie największym zagrożeniem człowieka są krwiożercze wampiry.

TV Trwam

11:25 Myśląc Historia **11:35** Gospodarcze filary Niepodległości **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Ziemia Obiecana **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 **15:20** Mocni w Wierze **15:45** Święty na każdy dzień **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Siódmy Sakrament **16:40** Prosto o gospodarce **17:00** Życie z Pasją **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 **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Historia **21:00** Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

eprasa.pl 2e5e834a74

sobota 23 lipca

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
08:20 Wojsko - polskie.pl - reportaż
08:45 Pełnosprawni
09:15 Sprawa dla reportera
10:15 Fascynujący świat - Coś tu pachnie: węch i jego tajemnice - film dokumentalny, prod. Niemcy, 2018, reż. Alexander Lahl, Max Monch
11:20 Rolnik szuka żony
12:20 Tenis ziemny
14:45 Skoki Narciarskie
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia?

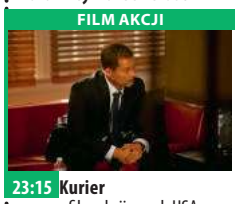
SERIAL KRYMINALNY

18:25 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
19:20 Tour de Pologne
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:35 Bolivar - serial kostiumowy
21:30 Hit na sobotę - Jak zostać królem - komediodramat, prod. USA, Wielka Brytania, 2009, reż. Tom Hooper, wyk. Colin Firth
23:40 Słodka zemsta - film fabularny, prod. USA
01:15 S. W. A. T. - Jednostka specjalna - serial
02:10 Lekkoatletyka - Mistrzostwa Świata
05:00 Zakończenie

TVP 2

05:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial
07:55 Pytanie na śniadanie
11:40 Rodzinny ekspres
12:20 Kino familijne - Gdzie jest Momo? - film fabularny
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny
15:15 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko
16:20 Na dobre i na złe
17:20 Smaki świata
17:45 Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:15 Va Banque - teleturniej
18:40 Postaw na milion
19:35 Lajk!
20:00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki - Toruń - koncert
22:10 Hity wszech czasów

FILM AKCJI



23:15 Kurier - film akcji, prod. USA, 2012, reż. Hany Abu - Assad, wyk. Jjeffrey Dean Morgan, Mickey Rourke, Til Schweiger
01:05 Synowie 'Ndranghety - film fabularny, prod. Włochy, 2018, reż. Giacomo Campiotti, wyk. Alessandro Preziosi, Nicole Grimaudo, Carmine Buschini
03:10 Utoya, 22 lipca - dramat, prod. Norwegia, 2018, reż. Erik Poppe, wyk. Andrea Berntzen, Aleksander Holmen, Brede Fristad
04:50 Zakończenie

TVN

06:30 Uwaga! - magazyn
06:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
07:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:30 Wymarzone ogrody
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 - program
17:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! - magazyn
20:00 To skomplikowane - film komedia, USA, Japonia

KOMEDIA

22:30 Złodziejka tożsamości - film komedia, USA, 2013, reż. Seth Gordon, wyk. Jason Bateman, Melissa McCarthy, Jon Favreau, Amanda Peet, Robert Patrick
00:55 Nie pukaj - film horror, Kanada, 2017, reż. Sheldon Wilson, wyk. Dominique Provost-Chalkley, Jodelle Ferland, Kiana Madeira
02:40 Uwaga! - magazyn prod. Polska
03:00 Noc magii
04:25 Kto was tak urządził

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:55 Karate Kid 4: Mistrz i uczennica Mistrz karate, Miyagi bierze pod swoją opiekę 17-letnią, zbuntowaną nastolatkę, Julie . Dziewczyna początkowo traktuje starego mistrza oprysk-liwie jednak z czasem oboje zaprzyjaźniają się. Okazuje się, że przyczyna takiego zachowania Julie tkwi w szkolnych problemach. Dziewczyna jest napastowana przez szefa miejscowego gangu, Neda.
10:10 Ewa gotuje
10:40 Bogate dzieciaki bez kasy
11:40 Bogaty Dom - Biedny Dom
12:45 Śluby gwiazd
13:10 Dr Emma

FILM PRZYGODOWY

13:40 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
20:05 Jumanji: Przygoda w dżungli Kiedy dzieciaki odkrywają starą konsolę gier wideo z grą, o której nigdy dotąd nie słyszały, natychmiast przenoszą się w świat niebezpiecznej dżungli.
22:45 Predatorzy
01:00 Śmiertelna rozgrywka
03:00 Świat według Kiepskich - serial komediowy prod. Polska

TVP Kultura

07:00 Scena muzyczna - Bum BumOrkestar - koncert
08:00 Informacje kulturalne - informator kulturalny
08:25 Słowobranie - magazyn
09:05 Dramatyczny rok - film dokumentalny
11:05 Serialowa nostalgia - Czterdziestolatek - serial
12:15 Wydarzenie aktualne
12:50 Serialowa nostalgia - Czterdziestolatek - serial
13:55 Komediowe lato - U Pana Boga za piecem - komedia
15:45 Muzyka Skalnego Podhala
16:05 Retro kino - Panienki z Rochefort - musical
18:20 Co dalej?
19:00 Bilet do kina - Na zawsze razem - film fabularny
21:00 Konkurs Eurowizji dla Młodych Muzyków
23:05 Informacje kulturalne

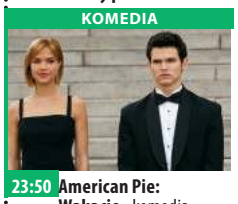
FILM SENSACYJNY

23:30 Mocne Kino - Psy 2. Ostatnia krew - film sensacyjny, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Bogusław Linda
01:25 Kino nocne - Plac Zbawiciela - dramat, reż. Joanna Kos-Krauze, Krzysztof Krauze, wyk. Jowita Budnik, Arkadiusz Janiczek, Ewa Wencel, Jerzy Gudejko, Beata Tyszkiewicz
03:25 Bihar Dok - kuchnia Basków - film dokumentalny, prod. Hiszpania, 2018
04:45 Teledyski
05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl

TV Puls

06:00 Castle - serial kryminalny Poszukujący inspiracji pisarz otrzymuje pozwolenie na przyłączenie się do jednego zespołu z wydziału zabójstw nowojorskiej policji.
07:00 Taki jest świat - program informacyjny
08:00 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.
20:00 Komornik
22:00 Czarny pies

KOMEDIA



23:50 American Pie: Wakacje - komedia Matthewie, za wszelką cenę chce podtrzymać tradycję i legendę brata. Jednak za swój ostatni wybryk zostaje wysłany na obóz muzyczny celem resocjalizacji. Tam również pokazuje różki, będąc utrapieniem wychowanków oraz swoich rówieśników, widząc w nich tylko możliwość udoskonalenia swoich żartów.
01:35 Biesiada na cztery pory roku
03:00 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska
03:50 Menu na miarę

TVN 7

05:05 Szkoła
06:05 Wiza na miłość: dalsze losy
07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA
07:30 Psy i koty - film rodzinny, USA, 2001, reż. Lawrence Guterman, wyk. Jeff Goldblum, Elizabeth Perkins, Alexander Pollock, Tobey Maguire, Alec Baldwin, Susan Sarandon, Michael Clarke Duncan, Charlton Heston
09:15 Ukryta prawda - program obyczajowy
13:10 Chisum - film western, USA, 1970, reż. Andrew V. McLaglen, wyk. John Wayne, Forrest Tucker, Christopher George, Ben Johnson, Glenn Corbett
15:30 Tin Cup - film komedia, USA, 1996, reż. Ron Shelton, wyk. Kevin Costner, Rene Russo, Don Johnson

KOMEDIA

18:15 Akademia policyjna III: Ponowne szkolenie - film komedia, USA, 1986, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Marion Ramsey, George Gaynes
20:00 Dary anioła: Miasto kości - film przygodowy, USA, Niemcy, Kanada, 2013, reż. Harald Zwart, wyk. Lily Collins, Jamie Campbell Bower, Kevin Zegers, Jemima West
22:45 Infiltracja - film sensacyjny, USA, Hong Kong, 2006, reż. Martin Scorsese
01:55 Druga strona medalu
02:30 Noc magii

TV 4

06:00 Galileo **11:05** Obcy na poddaszu Ashley Tom - wraz z rodzicami i rodzeństwem oraz rodziną swojego stryja - spędza wakacje w domu nad jeziorem. **12:55** I kto to mówi 2 Dalsze losy małżeństwa Jamesa i Mollie Ubriacco, zrealizowane wedle sprawdzonej formuły wzbogaconej o wokalne popisy Travolty. James nadal marzy o lataniu, ale póki co zarabia na życie jako taksówkarz.
14:40 Gwiazdy Kabaretu **15:00** STOP Drogówka **17:00** Policjantki i Policjanci
22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:00** Czarownica: Bajka ludowa z Nowej Anglii Mrożący krew w żyłach horror rozgrywający się w odludnych rejonach Nowej Anglii w XVII wieku. **02:00** Ucho Prezesa

TV Trwam

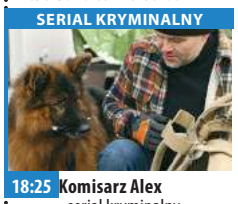
10:20 Cmentarz przy Lipowej **10:40** Polski Punkt Widzenia **11:00** Kropelka radości **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Warto zauważyć... **12:50** Siódmy Sakrament **13:20** Ocalić od zapomnienia **13:30** Msza święta z Jasnej Góry
14:20 100 cudownych miejsc **14:35** Apokryfy **15:30** Wierzę w Boga **16:00** Informacje dnia **16:10** Za Polskę poszlibyśmy w ogień **17:00** Z Parlamentu Europejskiego **17:25** Święty na każdy dzien
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 **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Historia **21:00** Apel Jasnogórski

niedziela 24 lipca

TVP 1

05:10 Klan - telenowela
06:00 Słownik polsko@polski - talk - show
06:25 Wojsko - polskie.pl
06:55 Słowo na niedzielę
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia
08:00 Tydzień
08:30 Zakochaj się w Polsce
09:05 Weterynarze z sercem
09:45 Diamenty są wieczne - film sensacyjny
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem
12:55 Skoki Narciarskie - Letnie Grand Prix, Wisła
14:55 Z pamięci - felieton
15:00 Okrasa łamie przepisy
15:35 Jan Serce - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia?

SERIAL KRYMINALNY



18:25 Komisarz Alex - serial kryminalny
19:15 Tour de Pologne - kroniki - felieton
19:25 Sport
19:30 Wiadomości
20:00 Dżingiel Wiadomości
20:05 Pogoda
20:15 Bolivar - serial kostiumowy
21:15 Zakochana Jedynka - Zniewolona: Felix Austria - dramat
23:05 Karpaty: miłość i zdrada - film fabularny
01:35 Z pamięci - Zbigniew Bieńkowski
01:45 Lekkoatletyka - Mistrzostwa Świata
05:00 Zakończenie

TVP 2

05:20 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial
07:55 Pytanie na śniadanie
12:10 Kino familijne - Artur i zemsta Maltazara - film animowany
14:00 Familiada - teleturniej
14:30 Koło fortuny - teleturniej
15:10 Lekkoatletyka - Mistrzostwa Świata
18:05 Panorama
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Na sygnale - serial fabularyzowany
20:00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022 - Włocławek
21:00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022 - Stalowa Wola - 30 lat disco polo
23:20 Program rozrywkowy

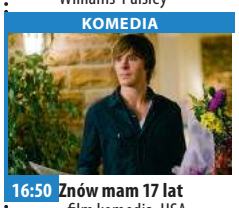
DRAMAT

24:00 Kino bez granic - Utoya, 22 lipca - dramat, prod. Norwegia, 2018, reż. Erik Poppe, wyk. Andrea Berntzen
01:50 Sztuczki - film obyczajowy, reż. Andrzej Jakimowski, wyk. Damian Ul, Ewelina Walendziak, Tomasz Sapryk, Rafał Guźniczak, Iwona Fornalczyk, Joanna Liszowska, Andrzej Golejewski, Grzegorz Stelmaszewski
03:35 Razem czy osobno? - komedia, prod. USA, 2014, reż. Rob Reiner, wyk. Michael Douglas, Diane Keaton, Meryl Williams, Frankie Valli
05:15 Zakończenie

TVN

05:20 Uwaga! - magazyn
05:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:25 Nowa Maja w ogrodzie
07:55 Akademia ogrodnika
08:00 Ślub od pierwszego wejrzenia
09:00 Dzień Dobry Wakacje
11:31 Weekendowa metamorfoza
12:35 Co za tydzień - magazyn
13:20 Mask Singer
14:50 Alvin i wiewiórki: Wielka wyprawa - film przygodowy, USA, 2015, reż. Walt Becker, wyk. Jason Lee, Justin Long, Kimberly Williams-Paisley

KOMEDIA



16:50 Znów mam 17 lat - film komedia, USA, 2009, reż. Burr Steers, wyk. Zac Efron, Matthew Perry, Leslie Mann, Thomas Lennon
19:00 Fakty
19:45 Uwaga! - magazyn
20:00 Starcie Tytanów - film przygodowy, USA, 2010, reż. Louis Leterrier, wyk. Sam Worthington
22:30 Dowód życia - film sensacyjny, USA, 2000, reż. Taylor Hackford, wyk. MegRyan, Russell Crowe
01:10 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
02:15 Uwaga! - magazyn
02:35 Noc magii

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat
08:50 Rio Papuga Blu, po wypadnięciu z rodzinnego gniazda, stała się łupem handlarzy egzotycznych ptaków i ze słonecznego Rio trafiła do mroźnej Minnesoty. Tam zaopiekowała się nią Linda. Pewnego dnia w księgarni prowadzonej przez Lindę pojawia się doktor ornitologii Tulio, który oświadcza, że Blu jest ostatnim samcem z gatunku ary modrej, a w Rio znajduje się ostatnia samica, Jewel.
10:55 Jak długo jeszcze? Para małżonków szukając ciszy i spokoju, sprzedają apartament na zatłoczonym Manhattanie i zamierza wybudować własny dom.

FILM ANIMOWANY

12:55 Epoka lodowcowa 3: Era dinozaurów
15:00 Indiana Jones i ostatnia krucjata
17:40 Nasz Nowy Dom - magazyn prod. Polska
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość wydarzeń
20:00 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni
22:10 Słoneczny patrol Akcja filmu rozgrywa się na słonecznych plażach w Emerald City i skupia się na profesjonalnym ratowniku - Mitchu Buchannonie, który ma za zadanie strzec nie tylko przestrzegania prawa na swojej plaży, ale także w jej okolicach. katastrofy.

TVP Kultura

07:00 35 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '98. - Pamiętajcie o ogrodach - koncert
08:00 Nabożeństwo ewangelickie w Sorkwitach
09:05 Z przytupem - Oberek - widowisko kameralne
09:35 Animama - serial
10:05 Trzeci punkt widzenia
10:45 Czeskie śniadanie - Nemocnice na kraji mesta
12:00 Śpiewaj tylko sercem - Bernard Ładysz
13:45 Bilet do kina - Na zawsze razem - film fabularny
15:45 Kromer Festival Biecz 2021 - Isola - koncert
18:05 Niedziela z... twórczością Franciszka Walickiego
19:15 Niedziela z... - Koncert
19:30 Informacje kulturalne

FILM PRZYGODOWY

20:00 Królowie Słońca - film przygodowo-historyczny
21:55 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
22:35 Dramatyczny rok - film dokumentalny
00:40 Kika - komedia, prod. Francja, Hiszpania
02:45 Mocne Kino - Psy 2. Ostatnia krew - film sensacyjny, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Bogusław Linda, Cezary Pazura, Magdalena Dandourian, Artur Żmijewski
04:40 Cum on feel the noize. Ostre brzmienie - film
05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl
05:50 Zakończenie

TV Puls

06:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny Serial opowiada o skomplikowanych relacjach międzyludzkich - rodzinnych, przyjacielskich i partnerskich, w których targani emocjami bohaterowie dopuszczają się różnych przestępstw. W każdym odcinku serii policjanci zmierzą się z jedną sprawą kryminalną, w której motywem sprawcy były uczucia - miłość, nienawiść, zazdrość czy pożądanie.
10:20 Zawieszeni na drzewie - fiim obyczajowy Samochód, którym podróżuje trójka osób, spada w przepaść i zawisa na drzewie.
12:00 Kapuśniaczek
14:20 Kariera frajera

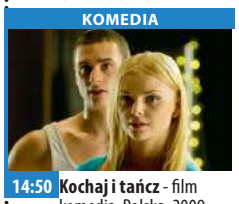
KOMEDIA

16:00 Legalna blondynka Porzucona Elle postanawia odzyskać utraconą miłość, udowadniając byłemu chłopakowi, że jest równie błyskotliwa jak on. W tym celu rozpoczyna studia prawnicze.
18:00 XIX Mazurska Noc Kabaretowa
20:00 Eskorta
22:00 Outlander
00:15 Kill Bill
02:30 Dyżur - serial dokumentalny
03:05 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska
04:00 Napisała: Morderstwo
05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy

TVN 7

05:05 Szkoła - program
06:05 Wiza na miłość 5 - program
07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA
07:30 Akademia policyjna IV: Patrol obywatelski - film komedia, USA, 1987, reż. Jim Drake, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Sharon Stone, George Gaynes
09:10 Ukryta prawda - program obyczajowy
13:10 Psy i koty: Odwet Kitty - film przygodowy, USA, Australia, 2010, reż. Brad PeytonBrad Peyton, wyk. James Marsden, Nick Nolte, Christina Applegate, Katt Williams, Bette Midler, Neil Patrick Harris, Wallace Shawn, Roger Moore, Joe Pantoliano, Chris O'Donnell

KOMEDIA



14:50 Kochaj i tańcz - film komedia, Polska, 2009
17:20 Dary anioła: Miasto kości - film przygodowy
20:00 Kroniki Riddicka - film S-F, USA, 2004, reż. David Twohy, wyk. Vin Diesel, Colm Feore, Thandie Newton, Judi Dench, Karl Urban
22:35 Komora - film sensacyjny, USA, 1996, reż. James Foley, wyk. Chris O'Donnell, Gene Hackman, Faye Dunaway, Robert Prosky, Raymond J. Barry, Bo Jackson
00:55 Tajemnice pól śmierci - dokument
02:00 Druga strona medalu
02:35 Noc magii

TV 4

06:35 Ukryte miasta **08:50** Galileo **10:50** Alex Rider: Misja Stormbreaker. Nastoletni Alex Rider, osierocony przez rodziców, pozostaje pod opieką swojego wuja, Iana, który nie szczędzi starań i nakładów na wszechstronną edukację chłopca - od języków obcych po sztuki walki i strzelanie. Ian często podróżuje służbowo, a prowadzeniem jego domu i wychowaniem Aleksa, zajmuje się na co dzień Amerykanka, Jack.
12:55 I kto to mówi 3 Dalsze losy niezwykle sympatycznej rodziny Ubriacco: małżeństwa Jamesa i Mollie i ich dzieci Mikey'a i Julie, które już podrosły i marzą o psie. James zabiera Mikey'a do schroniska.
14:55 Lokator **16:55** Gwiazdy Kabaretu **20:00** W otchłani **22:20** Czarownica: Bajka ludowa z Nowej Anglii

TV Trwam

12:00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem **12:15** Spektakl teatralny: Powrót posła **13:25** Słowo życia **13:30** Papież Polak do Rodaków **13:50** Lotte małopolska Inka wczoraj i dzisiaj **15:00** Wieś - to też Polska **16:00** Informacje dnia
16:10 Koncert życzeń **16:45** Filmowe życiorysy **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
19:20 Podróż Apostolska Papieża Franciszka **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Każde życie jest cudem **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Informacje dnia **21:40** Retrospekcja **21:45** Stan Bezpieczeństwa Państwa **21:55** Savionalia **21:45** Mój brat papież

eprasa.pl 2e5e834a74

poniedziałek 25 lipca

TVP 1

05:10 **Przysięga** - serial
06:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
07:30 **Okiem Wiary** - magazyn
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:40 **Ranczo** - serial
09:40 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:40 **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** - Mistyczny las Niemiec - film dokumentalny, prod. Niemcy, 2020

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**
19:20 **Tour de Pologne** - kroniki - felieton
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:30 **Leśniczówka** - serial
21:05 **Bolivar** - serial
22:00 **07 zgłoś się** - serial
24:00 **Świat bez fikcji**
01:05 **Zniewolona: Felix Austria** - dramat
02:50 **Trzeci oficer** - serial

TVP 2

05:30 **M jak miłość** - serial
06:25 **Pasterz** - serial dokumentalny
06:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
07:30 **Pytanie na śniadanie**
10:35 **Panorama**
10:45 **Pytanie na śniadanie**
11:15 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
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** - teleturniej
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:15 **Zakazany owoc** - film obyczajowy
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej
18:45 **Zranione ptaki** - serial

SERIAL OBYCZAJOWY

19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
20:05 **Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki** - kulisy - Łomża
20:10 **Lato w Allgau** - film obyczajowy
21:45 **Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki** - kulisy - Łomża
21:55 **C. K. Dezerterzy** - cz. II - komedia
23:20 **O mnie się nie martw**
00:20 **Noc tygrysów** - film fabularny
02:10 **Super 8** - film science fiction, prod. USA, 2011
04:10 **Rodzinka.pl** - serial komediowy TVP
04:45 **Zakończenie**

TVN

06:00 **Uwaga!** - magazyn
06:15 **Nowa Maja w ogrodzie**
06:40 **Akademia ogrodnika**
06:50 **Co za tydzień** - magazyn
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 prod. Polska
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!** - magazyn
20:10 **Doradca smaku**

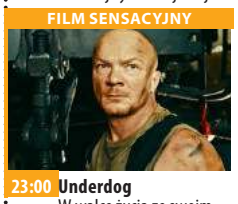
SERIAL OBYCZAJOWY

20:15 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
20:55 **Milionerzy**
21:35 **Zabójcy** - film sensacyjny, USA, Francja, 1995, reż. Richard Donner, wyk. Sylvester Stallone, Antonio Banderas, Julianne Moore, Anatoly Davydov, Muse Watson
00:15 **Ślub od pierwszego wejrzenia**
01:20 **Co za tydzień** - magazyn
02:00 **Wewnętrzny wróg** - serial, USA
03:00 **Uwaga!** - magazyn
03:20 **Noc magii**
04:40 **Kto was tak urządził**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat**
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**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:05 **MEGA HIT - Apocalypto** Pełen rozmachu, zapierający dech w piersiach film przygodowy w reżyserii Mela Gibsona, rozgrywający się w okresie upadku wielkiej cywilizacji Majów.

FILM SENSACYJNY



23:00 **Underdog** W walce życia ze swoim największym rywalem Denim Takaevem popełnia błąd, który przekreśla jego karierę. Traci wszystko. To wydarzenie rozpoczyna serię upadków i wzlotów, a przede wszystkim zmusza go do tytanicznego wysiłku w walce o szacunek i miłość.
01:40 **Słoneczny patrol** - serial przygodowy
04:15 **Kabaretowa Ekstraklasa** - program rozrywkowy
04:40 **Disco Gramy** - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

07:00 **Teledyski**
07:55 **Wydarzenie aktualne**
08:25 **Co dalej?** - program publicystyczny
09:05 **Uczta Babette** - film fabularny
11:00 **Najważniejszy dzień życia** - serial
12:05 **Kolumbowie** - serial
13:30 **Reżyserzy**
14:35 **Dama Kameliowa** - melodramat, reż. Jerzy Antczak, wyk. Anna Dymna, Jan Frycz, Anna Radwan, Stanisława Celińska, Jerzy Kamas
16:35 **Nauczycielka**
18:30 **Informacje kulturalne**
18:50 **Serialowa nostalgia** - Szaleństwo Majki Skowron
20:00 **Kultura jest kobietą** - Madame - komediodramat, prod. Francja
21:40 **Powidoki**
22:10 **Kobiety za kamerą**

FILM PRZYGODOWY

23:25 **Królowie Słońca** - film przygodowo -historyczny, prod. USA, 1964, reż. J. Lee Thompson, wyk. Yul Brynner, George Chakiris
01:25 **Kino nocne** - Rozmowa z człowiekiem z szafy
03:10 **Nic śmiesznego** - komedia, reż. Marek Koterski
05:00 **Tamte lata, tamte dni** - magazyn
05:35 **Afisz kulturalny ekstra**
05:50 **Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl**
05:55 **Zakończenie**

TV Puls

06:00 **Kobra - oddział specjalny** Serial opowiada o niemieckiej policji drogowej, która codziennie musi chronić autostrady przed niezrównoważonymi kierowcami. W rolach głównych obsadzeni zostali: Erdogan Atalay, Oliver Christian (Jan Richter) oraz René Steinke (Tom Kranich), których celem jest zapewnienie nam bezpieczeństwa.
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**

SERIAL KRYMINALNY

15:00 **Prawdziwe motywy** - serial kryminalny
16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
17:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy prod. Polska
20:00 **Jawajska gorączka**
22:00 **W sieci kłamstw** - film sensacyjny
00:00 **Kasyno**
03:45 **Taki jest świat** - program informacyjny prod. Polska
04:35 **Menu na miarę** - program kulinarny prod. Polska
05:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska

TVN 7

05:00 **Szpital** - program obyczajowy
06:00 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:05 **Idealna niania** - program obyczajowy
07:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
10:50 **Totalne remonty Szelągowskiej** - program
11:50 **Tajemnice miłości** - program
12:55 **Opowieści małżeńskie** - program
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - program sądowy
14:55 **Rozwód. Walka o wszystko** - program
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **Tajemnice miłości** - program
18:00 **Rozwód. Walka o wszystko**
19:00 **Ukryta prawda**

KOMEDIA

20:00 **Kochaj i tańcz** - film komedia, Polska, 2009, reż. Bruce Parramore, wyk. Izabella Miko, Mateusz Damięcki, Rafał Królikowski, Katarzyna Figura, Krzysztof Globisz
22:45 **Jonah Hex** - film western, USA, 2010, reż. Jimmy Hayward, wyk. Josh Brolin, John Malkovich, Megan Fox, Michael Fassbender, Will Arnett
00:25 **Atak na Królową** - film thriller, USA, 2002, reż. Jerry London, wyk. Rob Estes, Joe Lando, Rachel Blakely
02:15 **Druga strona medalu** - talk show
02:50 **Noc magii**

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - serial przygodowy **08:00** Nasz Nowy Dom - magazyn prod. Polska **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **11:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka - magazyn prod. Polska **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci Policjanci z dwóch komend codziennie interweniują, począwszy od pijackich melin, a skończywszy na domowych kłótniach. **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Merlin i księga bestii Czarnoksiężnik Arkadian, wraz z całą menażerią bestii ze swej magicznej księgi, przejmuje we władanie Camelot. Avlynn, córka Króla Artura, prosi Merlina o pomoc.

TV Trwam

11:20 Stan Bezpieczeństwa Państwa **11:30** Przyroda w Obiektywie **11:45** 100 cudownych miejsc na świecie **11:55** Święty na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz - 10 przykazań **13:10** Muzyczne chwile **13:25** Słowo życia **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Próba wiary **15:20** 7 Kościołów Apokalipsy **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Sanktuaria polskie **16:30** Zew natury **16:55** Spotkania z lasem **17:05** Świadkowie **17:25** Święty na każdy dzień **17:30** Spotkanie Rodziny Radia Maryja w sanktuarium św. Michała Archanioła i bł. Bronisława Markiewicza **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel

wtorek 26 lipca

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 **Kościół z bliska**
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:40 **Ranczo** - serial
09:40 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:40 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:30 **Leśniczówka** - serial obyczajowy
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **Magazyn Rolniczy**
12:55 **Natura w Jedynce** - Najpiękniejsze wyspy świata - część 4

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
15:00 **Wiadomości**
15:10 **Pogoda**
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**
19:20 **Tour de Pologne**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:30 **Leśniczówka** - serial
21:05 **Bolivar** - serial
22:00 **Ekstradycja** - serial
23:10 **Ocaleni** - reality show, reż. Jacek Królikiewicz
00:15 **Komandosi w akcji** - film akcji

TVP 2

05:05 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
05:35 **M jak miłość** - serial
06:25 **Jesteśmy z wami**
06:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
07:30 **Pytanie na śniadanie**
10:35 **Panorama**
10:45 **Pytanie na śniadanie**
11:15 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
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**
16:30 **Familiada** - teleturniej
17:00 **Tenis ziemny** - Turniej WTA BNP Paribas Poland Open, Warszawa, 1 runda
19:05 **Rodzinka.pl** - serial

SERIAL OBYCZAJOWY

19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
20:10 **Złodziejski kodeks** - film fabularny, prod. USA, 2009, reż. Mimi Leder, wyk. Morgan Freeman, Antonio Banderas, Robert Forster
22:05 **Super 8** - film science fiction, prod. USA, 2011
00:10 **Ludzkie historie** - Wieś pływających krów - film dokumentalny
01:45 **Lato w Allgau** - film obyczajowy
03:30 **Uzależnieni od tabletek** - film dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2015, reż. Ceri Thomas
04:10 **Rodzinka.pl** - serial
04:40 **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 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!** - magazyn
20:10 **Doradca smaku**

SERIAL OBYCZAJOWY

20:15 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
20:55 **Milionerzy**
21:35 **Zawód: szpieg** - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, 2001, reż. Tony Scott, wyk. Robert Redford, Brad Pitt, Catherine McCormack, Stephen Dillane, Larry Bryggman, Marianne Jean-Baptiste
00:10 **Kuba Wojewódzki**
01:15 **Zabójcza broń** - serial, USA
02:15 **Uwaga!** - magazyn prod. Polska
02:35 **Noc magii**
04:00 **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** - magazyn
16:40 **Gliniarze**
17:40 **Sekrety rodziny**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
20:05 **Men in Black: International** Doświadczony agent H i debiutantka M są nieoczywistym duetem, który staje do walki z nowym zagrożeniem z kosmosu.

FILM AKCJI

22:40 **Ocalenie** Grupa terrorystów porywa byłego agenta CIA. Kiedy jego syn zostaje odsunięty od zadania odbicia ojca, postanawia działać na własną rękę i sam wyrusza z odsieczą...
00:40 **Apocalypto** Pełen rozmachu, zapierający dech w piersiach film przygodowy w reżyserii Mela Gibsona, rozgrywający się w okresie upadku wielkiej cywilizacji Majów.
03:35 **Świat według Kiepskich** - serial komediowy prod. Polska
04:40 **Disco Gramy**
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

07:00 **Teledyski**
07:40 **Informacje kulturalne**
08:15 **Powidoki** - program publicystyczny
08:45 **Którędy po sztukę**
09:05 **Nauczycielka**
11:00 **Kolumbowie** - serial
13:30 **Śpiewaj tylko sercem** - Bernard Ładysz - film dokumentalny, reż. Agnieszka Wąsikowska
14:35 **Szczęśliwy brzeg** - dramat psychologiczny, reż. Andrzej Konic, wyk. Jerzy Bińczycki, Stanisława Celińska, Beata Poźniak, Wojciech Pokora, Leonard Pietraszek, Marcin Francuz
16:25 **Marysia i Napoleon** - komedia, reż. Leonard Buczkowski, wyk. Beata Tyszkiewicz, Gustaw Holoubek
18:30 **Informacje kulturalne**

SERIAL OBYCZAJOWY

18:45 **Serialowa nostalgia - Szaleństwo Majki Skowron** - serial
20:00 **Lekkie obyczaje** - Menina - dramat
21:45 **Co dalej?** - program publicystyczny
22:15 **Portrety - Bergman - rok z życia** - dramat, prod. Szwecja, 2018, reż. Jane Magnusson
00:30 **Kultura jest kobietą - Madame** - komediodramat, prod. Francja
02:10 **Don Carlos** - Teatr Wielki w Łodzi
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
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 Serial opowiada o skomplikowanych relacjach międzyludzkich - rodzinnych, przyjacielskich i partnerskich, w których targani emocjami bohaterowie dopuszczają się różnych przestępstw.
16:00 **Rodzinny interes**
17:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial

FILM AKCJI

20:00 **American Fighter** Zdesperowany nastolatek wkracza w świat nielegalnych walk aby wygrać pieniądze na leczenie chorej matki.
22:00 **Eskorta** Historia nietypowej pary, która ma za zadanie przewieźć trzy niepoczytalne kobiety ze stanu Nebraska do Iowa.
00:00 **Wieczny student**
02:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy prod. Polska
02:55 **Menu na miarę** - program kulinarny
05:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska

TVN 7

05:00 **Szpital** - program obyczajowy
06:00 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:05 **Idealna niania** - program obyczajowy
07:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
10:50 **Totalne remonty Szelągowskiej**
11:50 **Tajemnice miłości**
12:55 **Opowieści małżeńskie**
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - program sądowy
14:55 **Rozwód. Walka o wszystko**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **Tajemnice miłości**
18:00 **Rozwód. Walka o wszystko**
19:00 **Ukryta prawda**

FILM SENSACYJNY

20:00 **Nagła śmierć** - film sensacyjny, USA, 1995, reż. Peter Hyams, wyk. Jean-Claude Van DammeRaymond J. Barry, Whittini WrightDorian Harewood
22:20 **Żółtodziób** - film sensacyjny, USA, 1990, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Charlie Sheen, Raul Julia
00:50 **Słaby punkt** - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2007, reż. Gregory Hoblit, wyk. Anthony Hopkins, Ryan Gosling, David Strathairn, Rosamund Pike, Embeth Davidtz, Billy Burke
03:20 **Noc magii**

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - serial przygodowy **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 - magazyn prod. Polska **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** Misja specjalna Agent CIA Jack Shaw za wszelką cenę próbuje schwytać groźnego terrorystę zwanego „Szakalem". Pewnego dnia oddział izraelskich komandosów pod dowództwem Amosa porywa człowieka, którego omyłkowo bierze za Szakala. **23:35** Sześć dróg do śmierci **01:45** Śmierć na 1000 sposobów **02:15** Benny Hill **02:50** Trans World Sport

TV Trwam

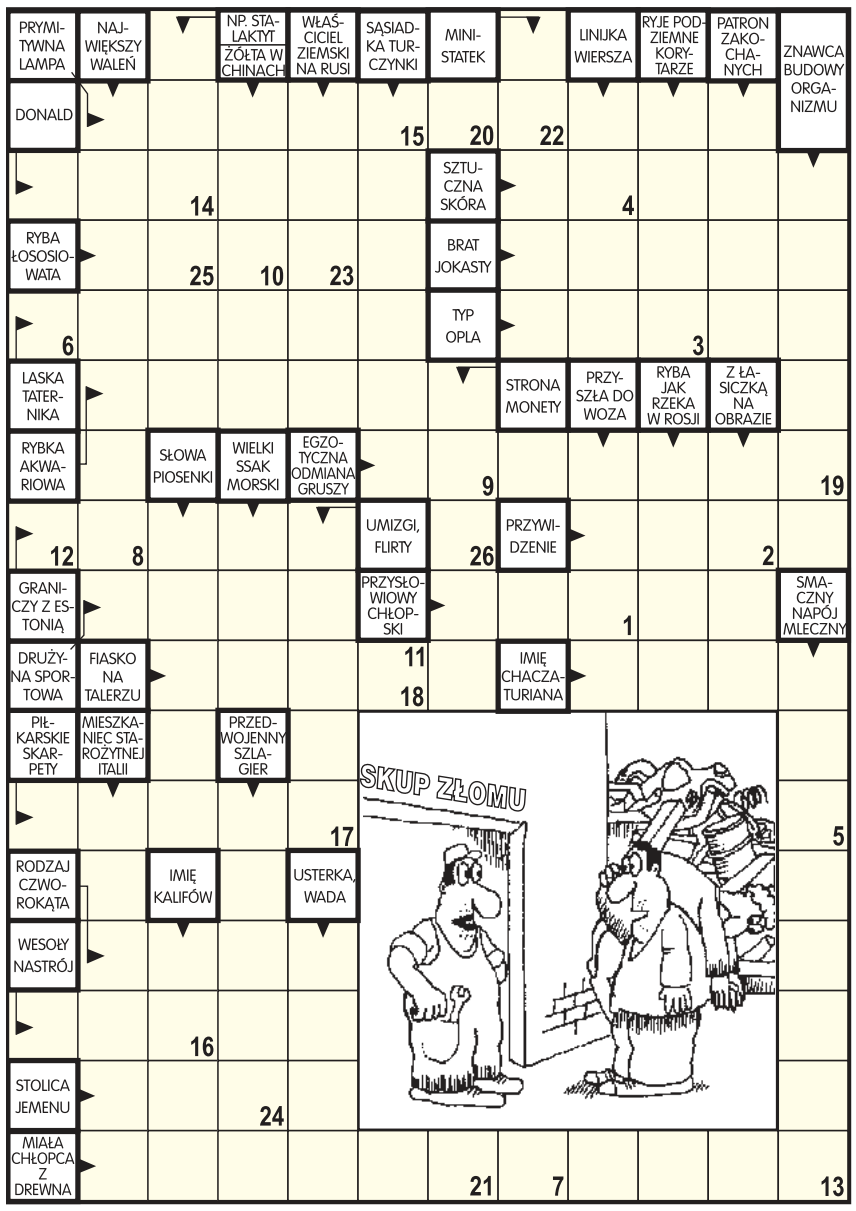
11:50 Słowo życia **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz - 10 przykazań **13:10** Muzyczne chwile **13:25** Słowo życia **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Kobiety wolności **15:10** Filmowe Życiorysy. Dwie fale **15:50** 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 **17:50** Muzyczne chwile **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Podróż Apostolska Papieża Franciszka **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec

eprasa.pl 2e5e834a74

ROZRYWKOWE TO i OWO nr 276

Redaguje: Władysław Firlik

1. DZIWNY PRZYPADEK



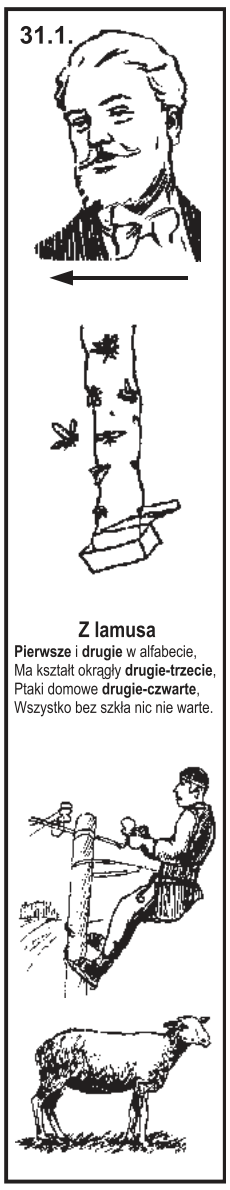
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 26 utworzą wypowiedź szefa punktu skupu.

2. SZYFROKRZYŻÓWKA

■	1	■	2	■	3	4	3	1	5	6	5
6	5	7	8	9	1	■	5	■	■	■	10
■	11	■	11	■	4	12	1	5	8	13	15
12	5	11	14	2	11	■	9	■	16	■	5
4	■	■	17	■	■	15	6	18	5	11	■
15	5	3	11	19	1	■	15	■	16	■	5
2	■	18	■	12	■	20	5	11	5	21	8
■	4	21	22	1	5	■	■	1	■	■	4
6	■	18	■	5	■	16	1	8	20	4	11
1	8	13	23	6	18	5	■	5	■	15	■
9	■	■	■	18	■	3	5	2 S	11 T	4 O	1
16	5	1	6	13	10	5	■	15	■	3	■

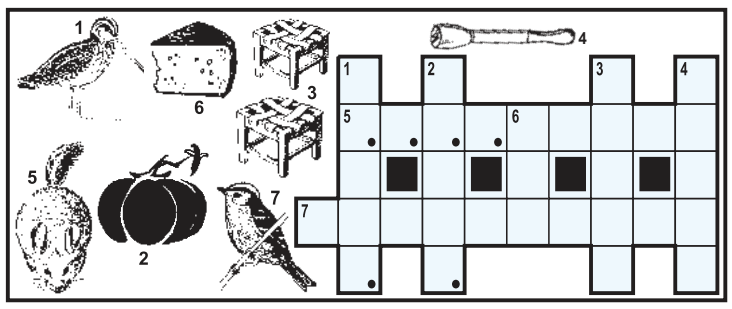
Wiedząc, że jednakowym liczbom odpowiadają jednakowe litery, należy ułożyć prawidłową krzyżówkę. Litery z pól zaznaczonych utworzą 2 wyrazy związane ze sobą tematycznie - rozwiązanie.

3. REBUS



Początkowe litery: N. R. F.

4. KRZYŻÓWKA OBRAZKOWA

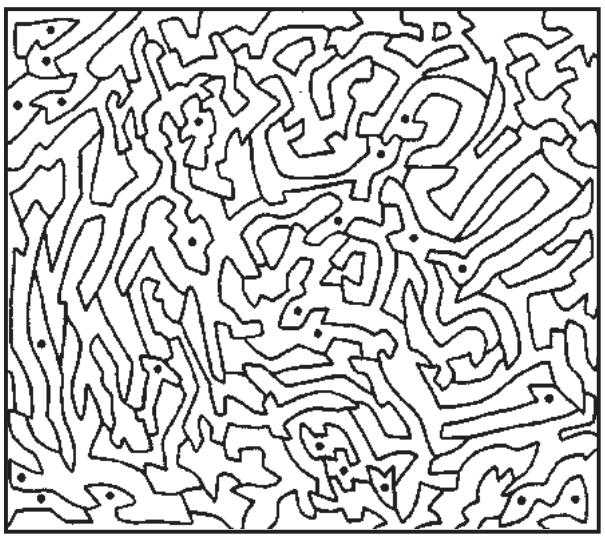


Litery z pól zaznaczonych (rzędami) utworzą rozwiązanie.

5. ANAGRAM

Imć Zagłoba herbu _ _ _ _ _ _
w tyłach wojska wciąż się _ _ _ _ _ _ ,
bo choć lubi rzeczy wiele,
to nie lubi machać mieczem.

6. DZIWNY RYSUNEK

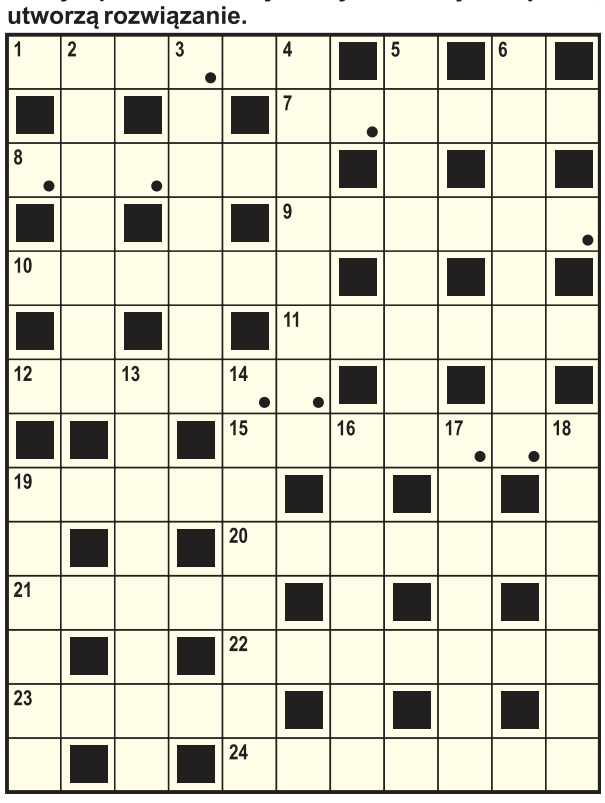


Aby dowiedzieć się co ukrywa ten tajemniczy rysunek, należy zamalować wszystkie pola z kropkami.

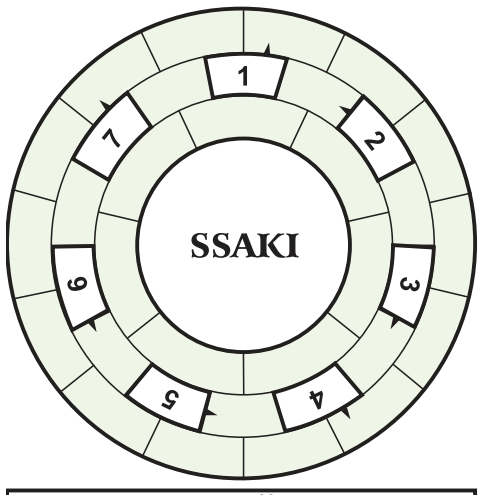
7. KRZYŻÓWKA

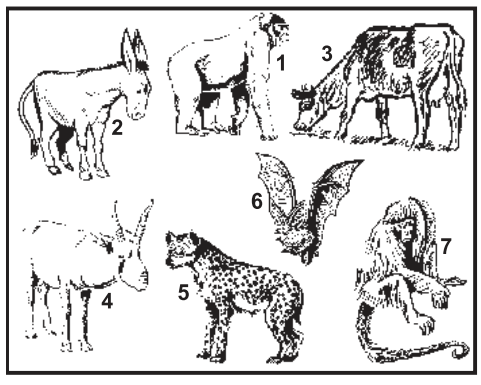
POZIOMO: 1) tryt lub deuter dla wodoru, **7)** podstawa działania apartheidu, **8)** za nim urzędnik, **9)** imię Opani, **10)** miasto nad Wisłokiem, **11)** ojciec Niobe, **12)** stolica Mali, **15)** kraj z Erewaniem, **19)** ptak z rzędu mew-siewek, kszyk, **20)** wynagrodzenie za pracę, **21)** zwyżka kursów akcji na giełdzie, **22)** u dołu pleców, **23)** owoc z Azji, **24)** kangur.
PIONOWO: 2) kwesta na cele społeczne, **3)** obieżyświat, **4)** ma pod opieką doktoranta, **5)** ubocze, odludzie, **6)** białe lub zielone pędy do jedzenia, **13)** obuwie Apacza, **14)** potwal, **16)** guzdrała, **17)** nie sprzedawca, **18)** boczny, mały pokój, **19)** cyganeria.

Litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.



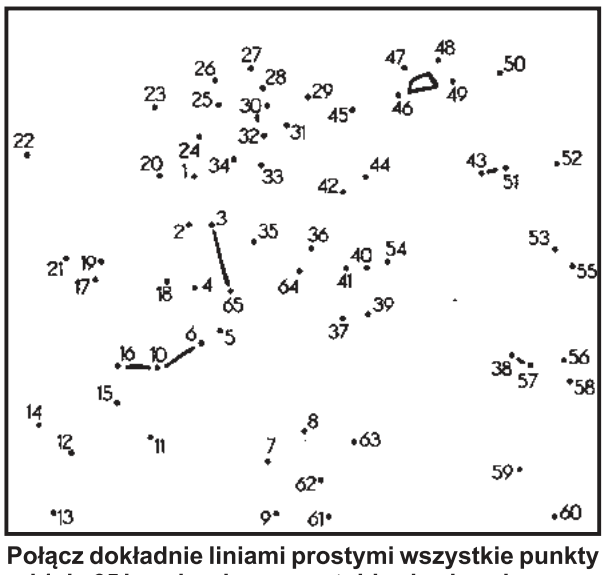
8. WIRÓWKA OBRAZKOWA





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

9. POŁĄCZ PUNKTY



Połącz dokładnie liniami prostymi wszystkie punkty od 1 do 65 i napisz do nas, co tobie się ukazało.

10. KALAMBUR WIĄZANY

Niewolnika bicz,
a ty zniżkę licz.

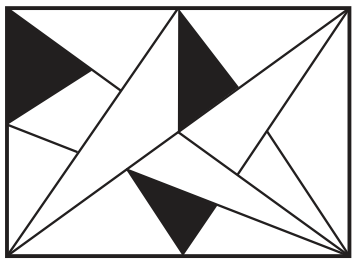
11. KALAMBUR

Mały ssak i ciężki metal -
w locie widzi łup z daleka.

12. ANAGRAM

Gdy przyszedł
Czerwony Kapturek
po schodach
do babci na górę,
babunia kochana
za chwilkę
stała się
_ _ _ _ _ _ _ /
_ _ _ _ _ _ _ .

13. UKRYTE TRÓJKĄTY



Ile trójkątów różnej wielkości znajduje się na powyższym rysunku? Na pewno jest ich więcej niż 20.

ROZRYWKOWE TO i OWO
KUPON - 276

eprasa.pl 2e5e834a74

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

KIEROWCA CYSTERNY (ADR<TDT,C+E)

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

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

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

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

ISBUD
Zatrudnimy:
• INŻYNIERÓW
• KIEROWNIKÓW BUDOWY
tel. 23 692 09 75

PRACA

dam pracę

- Firma ELJAKO-AL. Sp. z o.o. w Legionowie – poszukuje kandydatów na stanowisku portier/dozorca w systemie pracy 24h/48h. Tel. 22 774 57 23
LEG 52593
- **Ogrodnika 3 razy w tygodniu, Stanisławów Pierwszy 602242294**
LEG 52598
- Poszukiwany blacharz, pomocnik blacharza i zbrojarz do warsztatu sam. w Radzyminie. Możliwość dojazdu z drugą osobą. 501382194 Arek
LEG 52588
- Produkcja chusteczek nawilżających. 2-3 zmiany. Również dla osób z niepełnosprawnością. Radzymin. 734 108 163
LEG 52585
- Zatrudnię pomocników brukarzy oraz doświadczonych brukarzy. Dobrze widziane prawo jazy kat. B. Proszę o kontakt telefoniczny. 518938622 zebrowski25@vp.pl
PUL 52554

szukam pracy

- Szukam pracy jako pomoc na działce 698543034
LEG 52597

AUTO-MOTO

sprzedam

- **Kupię KażdeAutoOsobowe Busy SkuteryMotory Najlepsze CenyNaRynku MożliwośćZwrotuOc MaszCośDzwoń NatychmiastowyOdbiór Błyskawiczna Wycena Kupuję Calei rozbitę BezOclPrzeglądui Do Drobnych Naprawl ZadbaneAuta Zaświadczenia DoKascji 502964469**
LEG 52584
- **Spółdzielnia Kółek Rolniczych w Leoncinie 05-155 Michałów 4 sprzeda:1/Kombajn Bizon -Super-Z 056 Rok prod.1986 stan dobry cena 18.000 zł 2/Ciągnik gąsiennicowy DT-75 Rok prod, 1987 stan dobry cena 10.000 zł. 510293925**
NDM 52586

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

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

SPORT i URODA

TURYSTYKA

USŁUGI

remont i budowa

- Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757
LEG 52381
- Remonty mieszkań. Tanio i solidnie. Tadeusz. 508-074-201
NDM 52286

Informacja

Wójt Gminy Nieporęt na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2021 poz.1899 ze zm.) podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy informacyjnej w Urzędzie Gminy Nieporęt pod adresem: 05-126 Nieporęt, Plac Wolności 1, oraz na stronie internetowej Urzędu Gminy Nieporęt, na okres 21 dni to jest od 18 lipca 2022 r. do 8 sierpnia 2022 r. został wywieszony wykaz nieruchomości o przeznaczeniu do sprzedaży, działki nr ew. 291, położonej we wsi Białobrzegi gm. Nieporęt, dla której Sąd Rejonowy w Legionowie, IV Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr WA1L/00034944/9.

Alicja Sokołowska
Zastępca Wójta Gminy Nieporęt

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

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 Anna Święcka 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

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 52541

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 działkę

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

do wynajęcia

- Do wynajęcia w Pułtusku małe mieszkanie 509661909
PUL 52564

inne

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

ZWIERZĘTA

na 4 łapy

- Elvis to czerwcowy kociak znaleziony 09.07.2022 w Markach. Maluch jest w trakcie leczenia kociego kataru, musi być dokarmiany i dogrzewany. Kto zgubił Elvisa? Tel: 666-345-888
NDM 52599

- Haker to średniej wielkości 2-latek znaleziony na terenie gminy Brańszczyk. Wesoły i przyjacielski psiak, chętnie zawiera nowe znajomości i prosi o pieszczoty. Kto szuka swojego Hakera? i to nie w sieci? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52601

- Jumbo to 4-letni dużej wielkości psiak, znaleziony na terenie Legionowa w czarno-czerwonej obroży. Zestresowany, zachowuje dystans do opiekunów, potrzebuje czasu na aklimatyzację, Jumbo tęskni. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52600

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

MOTOKLINIKA
mgr inż. Zbigniew Książek
MECHANIKA I ELEKTRYKA SAMOCHODOWA WSZYSTKICH MAREK
Legionowo, Ul. Wrzosowa 11a
tel. 22 784 44 50, 504 688 558
www.motoklinika.auto.pl

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

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

Słodkie Marzenia
Pracownia tortów artystycznych
Sylwia Szajter-Ziółek
ul.Polna 37A
05-124 Skrzeszew
tel.515 135 884
Więcej zdjęć na
www.slodkiemarzenia.com
Torty malowane, przestrzenne z ręcznie robionymi figurkami.
Ciasto tylko z najlepszej jakości składników!
III miejsce w Mistrzostwach Europy w Dekoracji Tortów !

SPRZĘT IT

MATRYMONIALNE

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

KOMUNIKATY

RÓŻNE

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

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

eprasa.pl 2e5e834a74

KUPON NA DROBNE ZA 1 GROSIK

WYPEŁNIJ DRUKOWANYMI LITERAMI WPISUJĄC W KRATKĘ JEDNĄ LITERĘ ROBIĄC ODSTĘP MIĘDZY WYRAZAMI

☐ SZUKAM PRACY

☐ ODDAM ZA DARMO

Zlecający
(Tylko do wiadomości redakcji)

imię

nazwisko

ulica

numer domu

kod, miejscowość

podpis

KUPON JEDNORAZOWY

1. Wypełniony kupon prosimy przynieść do biur ogłoszeń tygodników: Mazowieckie To i Owo, Lokalna, Tygodnik Nowodworski, Tygodnik Pułtuski.
2. Kupon bez pełnych, czytelnych danych zlecającego jest nieważny.
3. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń.

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

Nowy Dwór Mazowiecki, 18.07.2022r.

AB.6740.284.2022

OBWIESZCZENIE

Na podstawie art. 61 § 4 w związku z art. 10 § 1, art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postępowania administracyjnego (tj. Dz.U. z 2021r., poz. 735 ze zm.) oraz art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10.04.2003r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tj. Dz. U. z 2022r., poz. 176) **Starosta Nowodworski zawiadamia**, że zostało wszczęte postępowanie administracyjne na wniosek Wójta Gminy Czosnów ul. Gminna 6, 05-152 Czosnów z dnia 14.06.2022r., w sprawie zezwolenia na realizację inwestycji drogowej polegającej na **budowie planowanej drogi gminnej – ul. Kwiatowej na odcinku od drogi gminnej nr 240105W - ul. Wiosennej do drogi gminnej nr 240929W – ul. Kwiatowej w miejscowości Cybulice Małe w gminie Czosnów wraz z budową kanału technologicznego oraz przebudową drogi gminnej nr 240105W – ul. Wiosennej w zakresie skrzyżowania** obejmującej niżej wymienione działki ewidencyjne lub ich części:

a. Nieruchomości będące własnością inwestora przeznaczone pod inwestycję:
Gmina Czosnów, obręb 0009 Cybulice Małe, działki nr ew.: 10/142, 37;

b. Nieruchomości lub ich części, z których korzystanie będzie ograniczone w związku z przebudową dróg innej kategorii - przebudowa drogi gminnej nr 240105W – ul. Wiosennej:
Gmina Czosnów, obręb 0009 Cybulice Małe, działka nr ew.: 351;

c. Nieruchomości lub ich części, z których korzystanie będzie ograniczone w związku z budową zjazdów:
Gmina Czosnów, obręb 0009 Cybulice Małe, działki nr ew.: 10/170, 10/156;

d. Nieruchomości lub ich części, z których korzystanie będzie ograniczone w związku z budową sieci uzbrojenia terenu – budowa kanału technologicznego:
Gmina Czosnów, obręb 0009 Cybulice Małe, działka nr ew.: 37;

Pouczenie

Zgodnie z art. 10 §1 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 roku Kodeks postępowania administracyjnego (tj. Dz.U. z 2021r., poz. 735 ze zm.) - Organy administracji publicznej obowiązane są zapewnić stronom czynny udział w każdym stadium postępowania, a przed wydaniem decyzji umożliwić im wypowiedzenie się co do zebranych dowodów i materiałów oraz zgłoszonych żądań – strony niniejszego postępowania mogą zapoznać się z aktami sprawy w trakcie prowadzonego postępowania w Wydziale Architektury i Budownictwa Starostwa Powiatowego w Nowym Dworze Mazowieckim, ul. I. Paderewskiego 1B w godzinach pracy urzędu.

Jednocześnie zawiadamiam, że zgodnie z art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960r. Kodeks postępowania administracyjnego (tj. Dz. U. 2020r. poz.735 ze zm.), zawiadomienie stron postępowania uważa się za dokonane **po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia** w Starostwie Powiatowym w Nowym Dworze Mazowieckim przy ul. I. Paderewskiego 1B , w Urzędzie Gminy Czosnów przy ul. Gminnej 6, urzędowych publikatorach teleinformatycznych – Biuletynie Informacji Publicznej w/w urzędów, a także w prasie lokalnej „Tygodnik Nowodworski.

Z up. STAROSTY NOWODWORSKIEGO
WICESTAROSTA /-/Paweł Calak

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
19.07.2022	Chotomów ul. Cisowa ul. Kolejowa 66, 74, 74A, 74B, 78, 80, 82, 84, 84A, 86, 86A, 86B, 86C, 88, 88A, 88B, 90, 90A, 90B, 92, 94C, 106, 124, 132, 132A, 134, 136, 136A, 142, 144, 144A, 146, 146D, 146E, 148 ul. Ojca Augustyna Kordeckiego ul. Wspólna 1-10 ul. Wypoczynkowa 5, 6B, 7, 7A, 9, 11, 13, 18, 19, 19A, 20, 21, 22, 23, 23A, 24, 25, 26, 27, 29, 31 ul. Bukowa ul. Dębowa ul. Świerkowa ul. Leszczynowa 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26 ul. Lipowa 5A, 6, 10 ul. Szumiący Las ul. Złota ul. Partyzantów 24, 26, 28, 32, 34, 35, 36, 37, 39, 40, 40A, 42, 42A, 42B, 43, 43B, 44, 45, 46, 50, 50A, 50B, 50C, 51, 52, 54, 56, 56A, 57, 58, 58A, 60, 62, 62A, 64, 64A, 66, 68, 70 Dąbrowa Chotomowska ul. Kolejowa 4, 6, 8, 10/1, 10/2, 10/3, 10/4, 10/5, 30	04-1888 (DĄBROWA CHOTOMOWSKA CEDROWA), 04-0454 (DĄBROWA CHOTOMOWSKA V), 04-0328 (CHOTOMÓW KOLEJOWA), 04-0575 (CHOTOMÓW OŚ. DOMKÓW UL.WSPÓLNA), 04-0966 (CHOTOMÓW KORDECKIEGO), 04-0329 (CHOTOMÓW ZMP), 04-0327 (CHOTOMÓW PARTYZANTÓW)	09:00-13:00
20.07.2022	Jabłonna ul. ks. Józefa Abramowicza ul. Józefa Chełmońskiego ul. Dębowa 20 ul. Leona Wyczółkowskiego ul. Juliana Fałata ul. Ignacego Jana Paderewskiego ul. Jacka Malczewskiego ul. Tadeusza Makowskiego ul. Lawendowa ul. Instytucka 4 ul. Zacisze ul. Wenecka ul. Listopadowa ul. Cicha ul. Miła ul. Jesienna ul. Polna ul. Wałowa ul. Chotomowska od 1 do 9, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 24, 26, 27, 27A, 28, 29, 30, 35, 40, 42, 42A, 46, 51 ul. Poziomkowa ul. Różowa ul. Urocza ul. Zegrzyńska 27, 29, 31 ul. Zielona ul. Modlińska od 107 do 229 numery nieparzyste; od 154 do 330 numery parzyste	04A6020 (KLONOWSKI), 04-1318 (JABŁONNA KLINIKA ORTOPEDYCZNA), 04-1635 (JABŁONNA WAŁOWA), 04-1664 (04-1664), 04-1791 (JABŁONNA CHEŁMOŃSKIEGO), 04-1637 (JABŁONNA INSTYTUCKA), 04-1160 (JABŁONNA ZACISZE), 04-0532 (LEGIONOWO LISTOPADOWA), 04-1881 (JABŁONNA RÓŻOWA), 04-1636 (JABŁONNA MODLIŃSKA), 04-0533 (JABŁONNA CHOTOMOWSKA)	08:00-11:00
26.07.2022	Legionowo ul. Olszankowa A-E, 30, 39, 39A-Z, 40A-H, 41, 41A-Z, 42, 43, 43B, 43C, 44, 44A, 44A-H, 45, 46, 46A-F, 47, 48, 48A, 48B-D, 49, 50, 50A, 51 ul. Suwalna 9B, 9C, 11, 12, 14, 14A, 15, 15A, 16, 16A, 18, 20, 26,28, 30, 30A, 52 ul. Grzybowa 1, 2, 2A, 2B, 4, 4B, 6, 6D, 8, 9, 11, 11A, 13, 15, 15A, 15B, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 23 Łajski Szarych Szeregów 23, 25 ul. Przemysłowa 4, 6, 8, 10 ul. Choinowa ul. Lipowa ul. Bukowa ul. Paprociowa ul. Modrzewiowa	04A0077 (ŁAJSKI BUDO SYSTEM), 04A0067 (LEGIONOWO KOPERFAM), 04A0125 (ŁAJSKI SZALPOL), 04A0020 (ŁAJSKI INWESTIM), 04-0706 (LEGIONOWO OLSZANKOWA 2), 04-1005 (LEGIONOWO OLSZANKOWA), 04-1184 (ŁAJSKI SZARYCH SZEREGÓW), 04-0616 (ŁAJSKI CHOINOWA), 04-1609 (LEGIONOWO SUWALNA)	09:00-13:00
28.07.2022	Jabłonna ul. Zagajnikowa ul. Brzozowa ul. Lasek Brzozowy ul. Dereniowa ul. Modlińska 2, 4, 4A, 6A, 6B, 6C, 6D, 6E, 10A ul. Marmurowa ul. 1 Maja ul. Tęczowa ul. Szkolna 10, 10A, 12, 164A, 164E	04-0112 (JABŁONNA BRZOZOWA), 04-0153 (JABŁONNA 1-GO MAJA), 04-0971 (JABŁONNA BIKOWY DWOREK1), 04-0972 (JABŁONNA BUKOWY DWOREK2)	08:00-12:00

POWIAT NOWODWORSKI

Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
19.07.2022	Czosnów Gdańska 1A, 2, 3, 3A, 4 ul. Warszawska 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 22 ul. Gruszkowa Kaliszki nr 119 ul. Małotka 3, 3A, 3B, 4, 6, 8, 34 ul. Akacjowa od nr 1 do 120 ul. Sosnowa ul. Radosna ul. Podleśna Cząstków Mazowiecki nr 153, 154, 154A ul. Firmowa 1, 2, 5, 6, 6A, 6B Adamówek ul. Prosta 2, 4, 6, 8, 10, 12, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 30A, 32, 32A, 34, 36, 38, 40, 42, 44, 46, 48, 50, 52, 52A-D, 54, 54A, 56, 56A, 56B, 58, 60, 62, 64 ul. Prosta 1, 3, 5, 5A, 5B, 7, 9, 9A-C, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 29, 31, 33, 35, 37, 39, 39A-C, 41, 43, 43A-G, 45, 47, 47A-D, 49, 51, 53, 55, 55A-D, 57, 59, 61, 63, 65, 67, 69, 71, 71A, 73, 73A, 73B Polnych Maków	04A-BELLA (BELLA), 04A0001 (ADAFEX), 04-1179 (CZOSNÓW PLAY), 04-1860 (KALISZKI MAŁOTKA), 04-0815 (CZĄSTKÓW MAZ. "CAROSWEET"), 04-0258 (CZOSNÓW SKRZYŻOWANIA), 04-0816 (CZĄSTKÓW MAZ. "HANSEN"), 04-0458 (ADAMÓWEK 3), 04-0368 (KALISZKI CERAMIKA), 04-1349 (KALISZKI WIEŚ), 04-0932 (ADAMÓWEK)	08:30-12:30
20.07.2022	Sowia Wola ul. Szkolna 59, 61, 63, 65, 67, 69, 70, 71, 72B, 73, 75, 76, 78, 78A, 80, 81, 82, 84, 85, 86, 87, 88, 88A, 90, 92, 94, 96, 98, 100, 102 ul. Ogrodowa ul. Sarenki ul. Piaskowa	04-1368 (SOWIA WOLA WIEŚ)	09:00-13:00

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

eprasa.pl 2e5e834a74

Letnia fala zakażeń koronawirusem to skutek zmian klimatu i intensywnych podróży

Letnia fala zakażeń koronawirusa przyszła dość gwałtownie, być może dlatego, że mamy zmiany klimatu i intensywnie podróżujemy, próbując nadrobić zaległości z okresu pandemii – powiedziała PAP kierownik Zakładu Biologii Molekularnej Wirusów w Instytucie Biotechnologii Uniwersytetu Gdańskiego prof. Krystyna Bieńkowska-Szewczyk

Jakich chorób powinniśmy obawiać się w sezonie wakacyjnym?

Prof. Krystyna Bieńkowska-Szewczyk: W lecie zawsze było dość dużo zakażeń wirusami, tzw. patogenami oddechowymi, które powodują różne formy przeziębienia. To nie tylko koronawirus, ale również m.in. rinowirusy i adenowirusy. Takie wirusy przenoszą się bardzo łatwo w trakcie podróży: w samolotach, pociągach czy w komunikacji miejskiej. Drugi czynnik, który sprzyja roznoszeniu się wirusów, to klimatyzacja, a konkretnie duże wahania temperatury między pomieszczeniem klimatyzowanym a temperaturą na zewnątrz. Takie skoki temperatury ułatwiają zakażenie. W okresie wakacyjnym można się spodziewać fali rozmaitych infekcji oddechowych i jelitowych.

Jak zatem uniknąć wirusów?

Prof. K.B-S.: Z całą pewnością jesteśmy bezpieczniejsi na świeżym powietrzu. I jeżeli chcemy unikać zagrożeń, to starajmy się uczestniczyć w wydarzeniach właśnie na świeżym powietrzu.

A co ze wspomnianym koronawirusem? Kiedy należy spodziewać się kolejnej fali zakażeń?

Prof. K.B-S.: Widzimy, że kolejna fala już dotarła do Europy Zachodniej, ale nie ma jeszcze takich groźnych skutków jak poprzednia fala. Po pierwsze dlatego, że nasza odporność jest większa czy to po zachorowaniu, czy po zaszczepieniu się, ale – na pewno nie jest całkowita. Po drugie, uważa się, że omikron nie jest tak groźny jak wariant delta, ale tu toczą się dyskusje, bo to zależy, kto choruje i w jakiej sytuacji jest jego organizm. Na pewno skala zakażeń rośnie bardzo szybko.

Jeżeli ktoś się zaszczepił, to czy powinien czuć się bezpiecznie?

Prof. K.B-S.: Zakażają się osoby, które były szczepione, ale dość dawno, a w naszym kraju jest takich osób dość dużo. Bardzo wiele osób przyjęło trzecią dawkę przypominającą wiele miesięcy temu, co oznacza, że mają odporność, która chroni przed ciężkim przebiegiem choroby, ale nie będzie już skutecznie chronić przed samym zakażeniem, bo do tego zazwyczaj jest potrzebny wysoki poziom przeciwciał. Warto, aby wszyscy, którzy chcą, mogli zaszczepić się czwartą dawką szczepionki, co podnosi zdecydowanie odporność opartą na szybkiej i wydajnej produkcji przeciwciał.

Czyli wystarczy zaszczepić się czwarta dawką?

Prof. K.B-S.: To na pewno bardzo pomoże, ale u nas jest to bardzo trudne. Szczepionki są dostępne tylko dla osób powyżej 80. roku życia lub dla osób z konkretnymi chorobami, a to nie jest wystarczające.

Skąd ta kolejna fala koronawirusa?

Prof. K.B-S.: Letnia fala zakażeń koronawirusa i innymi zakażeniami przyszła dość gwałtownie, być może dlatego, że mamy gwałtowne zmiany pogody i zmiany klimatyczne. Ponadto ludzie bardzo intensywnie podróżują, bo próbują nadrobić zaległości z okresu pandemii, a nowy tzw. subwariant omikronu rozprzestrzenia się niezwykle wydajnie.

W ostatnich dniach w raportach o zachorowań podaje się ok. tysiąc zachorowań dziennie. Jak pani podchodzi do tych danych?

Prof. K.B-S.: Nie wiemy, ile zakażeń jest w Polsce. Nie mamy w tej chwili żadnego sposobu zorientowania się w skali zakażeń, ponieważ w Polsce testuje się bardzo mało osób. Nie raportuje się ludzi, którzy testują się prywatnie.

Wspomniała pani o podróżowaniu. Z jednej strony w niewielkich przestrzeniach dochodzi do zakażeń, z drugiej coraz częściej wyjeżdżamy, ponieważ chcemy nadrobić zaległości z okresu lockdownu. Co zatem z maseczkami? Powinny być obowiązkowe?

Prof. K.B-S.: Byłoby bardzo dobrze wrócić do maseczek np. w samolocie czy w zatłoczonych środkach komunikacji. Nawet w czasie pandemii, kiedy nosiliśmy maseczki, rzadziej dochodziło do zakażeń innymi wirusami. Nie nalegam, żeby ludzie wszędzie nosili maseczki, to nie jest teraz możliwe, a na zewnątrz nie są one potrzebne. Ważne, aby osoba, która jest zakażona, starała się izolować i dalej nie rozprzestrzeniała wirusa.

W Polsce według danych Ministerstwa Zdrowia zaszczepiło się ponad 59 proc. populacji. Jak pani to ocenia?

Prof. K.B-S.: Szkoda, że w naszym kraju zaszczepiło się tak mało osób. Byłabym szczęśliwa, gdyby dzieci na koniec roku szkolnego wraz ze świadectwem dostawały dawkę szczepionki, może dzięki temu mielibyśmy mniejszą falę zakażeń jesienią.

Nauka w Polsce

Polacy udowodnili, że wiara w teorie spiskowe związane z COVID-19 zwiększa ryzyko lęku i depresji

Pandemia COVID-19 jest naznaczona teoriami spiskowymi rozpowszechnianymi przez środowiska ją negujące. Badanie naukowców Śląskiego Uniwersytetu Medycznego wykazało, że wiara w takie fałszywe przekonania może być szkodliwa także dla zdrowia psychicznego, bo zwiększa ryzyko wystąpienia objawów lękowych i depresyjnych

Wyniki badania naukowców z Katedry Psychiatrii Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach zaprezentowano na początku czerwca na Europejskim Kongresie Psychiatrii; równocześnie ukazały się ona w formie recenzowanej publikacji w czasopiśmie „Frontiers in Psychiatry" (https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.870128).

„Od początku pandemii obserwowaliśmy duże nasilenie teorii spiskowych i fałszywych przekonań w różnych grupach społecznych - mówi dr n. med. Paweł Dębski, główny autor omawianej publikacji. - Przekonania te dotyczyły zarówno samego covidu i wirusa SARS-CoV-2 (np. że pandemię wywołano specjalnie, że wirusa wypuszczono z tajnego laboratorium, że rządy państw ukrywają prawdziwe informacje o covidzie), jak i związanych z nimi działań prozdrowotnych i ochronnych (np. że maseczki powodują grzybicę dróg oddechowych i niedotlenienie organizmu, że szczepionki zabijają lub, że suplementacja witamin czy spożywanie wysokoprocentowego alkoholu skutecznie chroni przed zakażeniem). Problem stał się na tyle poważny, że nawet WHO ogłosiła w pewnym momencie zestaw najczęściej pojawiających się fałszywych przekonań na temat pandemii".

„Mając na uwadze skalę tego zjawiska postanowiliśmy zbadać, czy takie spiskowe myślenie może zagrażać zdrowiu psychicznemu Polaków" - wyjaśnia.

Badacze zrekrutowali więc 700 ochotników w średnim wieku ok. 25 lat. Dobrano ich za zasadzie tzw. doboru wygodnego, co oznacza, że badanie prowadzono online, a osoby zainteresowane nim były proszone o wypełnienie zamieszczonej w internecie ankiety. Jak wyjaśnia dr Dębski, w warunkach pandemicznych była to właściwie jedyna możliwość przeprowadzenia takiego badania.

Odpowiedzi uczestników analizowano przy użyciu trzech skal psychologicznych. Dwie z nich są powszechnie stosowanymi narzędziami do pomiaru tendencji do wiary w fałszywe informacje oraz poziomu lęku i depresji, natomiast trzecią skalę zaprojektowali pracownicy SUM specjalnie na potrzeby tego badania.

„To zupełnie nowe narzędzie psychologiczne do pomiaru nasilenia skłonności do wiary w fałszywe twierdzenia dotyczące pandemii COVID-19. Jako pierwsze i - o ile mi wiadomo - nadal jedyne pozwalające oceniać nasilenie wiary w pandemiczne teorie spiskowe" - wyjaśnia psycholog.

Połączenie wszystkich trzech narzędzi oraz metod statystycznych pozwoliło naukowcom ustalić, że skłonność do wiary w fałszywe przekonania istotnie wiąże się z nasileniem objawów lękowych i depresyjnych. „Jasno dowiedliśmy, że myślenie spiskowe może powodować nasilenie symptomów lęku i depresji. Inaczej mówiąc: osoby, które mają większą skłonność do tego typu myślenia, mogą być w grupie ryzyka rozwinięcia zaburzeń lękowych lub depresyjnych" - tłumaczy autor badania.

Jak dodaje, wszystkie rodzaje fałszywych przekonań w równym stopniu przekładały się na nasilenie niepożądanych objawów psychicznych.

Zapytany o to, w jaki sposób można ustalić, czy to skłonność do wiary w teorie spiskowe sprzyja depresji i lękowi, czy raczej osoby ze skłonnościami depresyjnymi i lękowymi są bardziej podatne na fałszywe informacje, dr Dębski odpowiada, że tego typu rzeczy weryfikuje się przy użyciu specjalnych modeli regresyjnych. „My założyliśmy, że kierunek jest taki: myślenie spisowe powoduje objawy lęku i depresji. Dlaczego? Otóż dlatego, że objawy to zawsze powierzchnia jakiegoś zjawiska. Natomiast skłonność do myślenia spiskowego jest głębiej zakorzeniona w psychice człowieka, w jego osobowości. A to m.in. z cech osobowości mogą wyłaniać się powierzchniowe symptomy w zakresie zachowania i przeżywania. To, co jest głębiej powoduje to, co jest na powierzchni" - opowiada.

Naukowiec podkreśla, że praca jego zespołu dowodzi, iż rozpowszechnianie teorii spiskowych dotyczących pandemii jest podwójnie szkodliwe. Po pierwsze - zagraża zdrowiu fizycznemu, ponieważ wmawia społeczeństwu, że szczepienia nie są potrzebne, COVID jest niegroźny itp. przez co mniej osób podejmuje działania profilaktyczne, a więc naraża siebie i swoje otoczenie. Po drugie, czego dowiodło niniejsze badanie - bezpośrednio zagraża zdrowiu psychicznemu osób ze skłonnościami do wiary w fałszywe informacje.

„Nasze badania są pionierskie. Wcześniej co prawda zajmowano się korelacją między myśleniem spisowym a różnymi funkcjami psychicznymi człowieka, ale tutaj pracowaliśmy w zupełnie nowych warunkach, w samym środku pandemii. Wykorzystaliśmy też zupełnie nowe narzędzie badawcze;, to, które sami skonstruowaliśmy" - podkreśla naukowiec.

„Z różnych zakątków świata spływają do nas teraz liczne informacje zwrotne, świadczące o dużym zainteresowaniu naszymi wynikami - dodaje. - Myślę, że m.in. dlatego, iż jasno dowodzą one jednej bardzo ważnej rzeczy: rozwijanie, szczególnie przez media, polityków i inne osoby mające wpływ na opinię publiczną, fałszywych teorii może być realnym zagrożeniem dla zdrowia psychicznego społeczeństwa".

Autor publikacji podsumowuje, że chociaż skłonność do wiary w teorie spiskowe może być próbą znalezienia wyjaśnienia dla zdarzeń wywołujących w nas lęki, to jednak skutek jest zupełnie odwrotny - wiara ta okazuje się bowiem czynnikiem nasilającym objawy lęku i depresji. Dlatego tak ważne jest dostarczanie społeczeństwu dokładnych informacji o pandemii i konsekwentna walka z dezinformacją szerzoną przez liderów opinii: polityków, celebrytów, autorytety i media.

Zespół z Katowic kontynuuje badania nad tym zagadnieniem. Naukowcy zamierzają dopracować swoją skalę badawczą oraz szukać kolejnych korelacji między fałszywym myśleniem o covidzie a innymi zjawiskami psychopatologicznymi, np. stresem. Drugim kierunkiem badań grupy dr. Dębskiego będzie poszukiwanie czynników ochronnych. „Chcemy sprawdzić, jakie zjawiska socjodemograficzne i psychologiczne chronią przed myśleniem spiskowym" - mówi badacz.

PAP - Nauka w Polsce, Katarzyna Czechowicz

REKLAMA

CENTRUM MEDYCZNE GABINTER

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

ul. Krasińskiego 64, 05-120 Legionowo

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

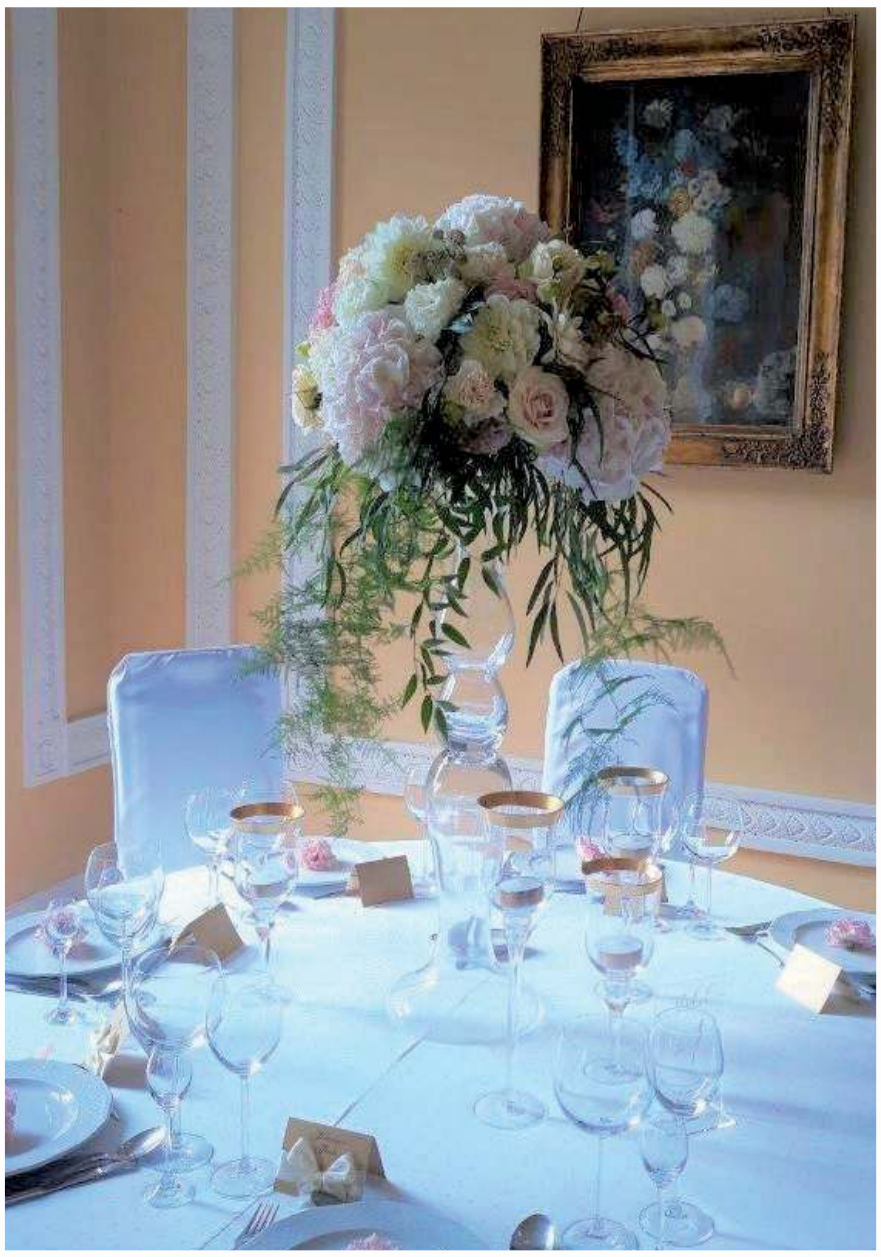
Gabinter.pl

LEKARZE SPECJALIŚCI

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

REJESTRACJA
tel: 22 774 09 66 tel: 737 144 444

eprasa.pl 2e5e834a74



PAŁAC W JABŁONNIE
#POCZUJNASZAHISTORIE

ZORGANIZUJ W 18-WIECZNYM

PAŁACU W JABŁONNIE

KRÓLEWSKIE PRZYJĘCIE Z OKAZJI:

CHRZCIN I KOMUNII
ŚLUBU LUB WESELA
URODZIN CZY JUBILEUSZU

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

BETON TOWAROWY
WSZYSTKICH KLAS

- bloczki betonowe
- elementy ogrodzeniowe
- kostka brukowa
- elementy ścienne do budowy domów

SPRZEDAŻ BETONU:
601 779 779

DROGI I MOSTY KACZMARCZYK Kacice k/Pułtuska Rok zał. 1993

Wytwórnia betonu i asfaltobetonu
Siedziba główna firmy
Kacice 76, 06-100 Pułtusk
tel. 23 692 86 52
drogiimosty@drogiimosty.com.pl

BRIX

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

www.drogiimosty.com.pl

www.brix.net.pl

eprasa.pl 2e5e834a74

EDUKACJA

Najlepiej z maturą poradzili sobie w LO w Nowym Dworze

Za nami ogłoszenie wyników tegorocznych matur. W powiecie nowodworskim najlepiej wypadają maturzyści w Liceum Ogólnokształcącego w Nowym Dworze Mazowieckim. Łącznie do tegorocznego egzaminu dojrzałości w powiecie nowodworskim, w szkołach publicznych przystąpiło 366 uczniów, z czego 272 otrzymało świadectwo

LO im. Wojska Polskiego najlepsze w powiecie

W Liceum Ogólnokształcącym im. Wojska Polskiego w Nowym Dworze Mazowieckim do matury przystąpiło 104 abiturientów. Tylko dwie osoby nie otrzymały świadectwa w pierwszym terminie. Zdawalność z języka polskiego i z matematyki ukształtowała się na poziomie 99%. Średni wynik osiągnięty przez uczniów z języka polskiego to, 58%, z matematyki 75%. Wszyscy uczniowie, którzy zdawali jako obowiązkowy język angielski egzamin zaliczyli. Średni wynik osiągnięty z „anglika" to 85%.

W Technikum przy ul. Górskiej do matury przystąpiło 36 uczniów. 26 osób egzamin maturalny zaliczyło. Z językiem polskim pozytywnie poradziło sobie 92% uczniów, osiągając średni wynik punktowy na poziomie 47%. Język angielski nie stanowił problemu dla 74% uczniów, którzy zaliczyli przedmiot osiągając średni wynik na poziomie 55%. Z matematyki 81% uczniów zdało egzamin osiągając średni wynik na poziomie 45%.

Do egzaminu dojrzałości w techniku przy ul. Długiej przystąpiło 54 uczniów. Pozytywnie egzamin zaliczyło 45 osób, co daje 83% zdawalności.

Nasielsk

W Nasielsku w Liceum Ogólnokształcącym im. J. Iwaszkiewicza do matury przystąpiło 25 uczniów z czego świadectwo otrzymało 21.

W Liceum im. M. Kopernika zdawało maturę 20 uczniów. Pozytywnie egzamin zaliczyło 13 osób. W technikum przy ul. Lipowej do egzaminu przystąpiło 30 osób. 70% pozytywnie zaliczyło egzamin osiągając średni wynik z języka polskiego na poziomie 50%, z matematyki 46% i z języka angielskiego 67%.

Pomiechówek

W Pomiechówku w Liceum przystąpiły do egzaminu dojrzałości 24 osoby, z czego 14 uczniów otrzymało świadectwo. Natomiast w pomiechowskim technikum zdawało maturę 42, z czego pozytywnie zaliczyły wszystkie przedmioty 22 osoby.

Najsłabszą zdawalność zanotowano w Liceum dla dorosłych przy ul. Długiej. Na 13 zdających świadectwo otrzymały 3 osoby.

Dane pochodzą ze strony Okręgowej Komisji Egzaminacyjnej w Warszawie. **MM**

3,6 miliona zł dla Nasielska

Referat Pozyskiwania Środków Zewnętrznych pozyskał 3.600.000 zł ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego na rewitalizację skweru Jana Pawła II. Przebudowa nasielskiego parku znalazła się wśród 115 projektów, którym przydzielono dofinansowanie w ramach programu „Mazowsze dla równomiernego rozwoju".

Dziękujemy Samorządowi Województwa Mazowieckiego za kolejne wsparcie rozwoju Nasielska i dostrzeganie różnorodności potrzeb mazowieckich miast.

Przetarg na realizację tego zadania został już zakończony, a obecnie komisja przetargowa weryfikuje poprawność złożonych ofert. Niebawem wyłonimy zwycięzcę przetargu, z którym podpiszemy umowę, po czym będziemy mogli rozpocząć prace budowlane na tym terenie. Będziemy informować Państwa o postępach przy tej długo wyczekiwanej inwestycji. **UM Nasielsk**

NOWY DWÓR MAZOWIECKI

Strażacy mają nowe auto

Do jednostki Ochotniczej Straży Pożarnej trafił nowy samochód. Będzie wykorzystywany do działań ratowniczo-gaśniczych

Auto to lekki samochód ratownictwa technicznego z funkcją gaśniczą marki MAN model TGE 3.180 4x4. Samochód posiada 300 litrów wody oraz sprzęt ratownictwa technicznego. - *Będzie to typowy miejski samochód obsługujący wszystkie występujące miejscowe zagrożenia w naszym mieście o ile nie będzie potrzebny większy samochód z wodą* – przekazał **Maciej Zieliński**, naczelnik nowodworskiej OSP.

Jak się dowiedzieliśmy, auto kosztowało 285 tysięcy, z czego 130 tysięcy pochodzi z budżetu miasta, 80 tysięcy to dotacja od Samorządu Województwa Mazowieckiego, 10 tysięcy dofinansowania pochodzi ze Starostwa Powiatowego w Nowym Dworze oraz 65 tys. zł z budżetu OSP.

- *Samochód jest z wyposażeniem, które w większości zostało przeniesione z poprzedniego samochodu IVECO. Dokupiliśmy zestaw ratownictwa technicznego, na który otrzymaliśmy z Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego 48 tysięcy zł. Oraz inny drobny sprzęt uzupełniający, który kosztował ok 6 tys. zł i są to nasze własne środki* – dodał naczelnik OSP.

Samochód trafił do jednostki w dniu 13.07, ale mamy nadzieje, że to szczęśliwa trzynastka i auto będzie długo służyło nowodworskim druhom, a tym samym wszystkim mieszkańcom.

M. M.

LEONCIN

Nad jeziorkiem secymińskim nadal grają...

Po zimie było dużo strat, rozpadł się pomost, połamane drzewa powpadały do wody. Po ubiegłorocznym boisku do siatkówki został niewielki ślad

Pisaliśmy w czerwcu zeszłego roku o tej społecznej inicjatywie. Przypomnijmy, że grupa mieszkańców gminy Leoncin pod okiem pomysłodawcy **Piotra Górskiego** uporządkowała teren na brzegu jeziorka secymińskiego i usypała boisko do siatkówki plażowej. Mieszkańcy gminy chętnie włączali się do pomocy i zarówno siłą własnych mięśni, ale i finansowo wspierali działania grupy sportowców.

Przyszła wiosna i okazało się, że pracy jest dużo więcej niż w zeszłym roku. Panowie nie poddali się i znów ruszyły prace nad jeziorkiem. W 2021 roku dwa sołectwa wyodrębniły fundusze na ten cel i w pierwszym etapie koparka sfinansowana z przez Gminę Leoncin oczyściła brzeg jeziora. Środków wystarczyło również na nowy pomost, a w planach jest również altana. Powstało dzięki temu estetyczne miejsce dla mieszkańców, a boisko do siatkówki plażowej odzyskało swoje przeznaczenie i zaczęły się treningi.

Zarówno w tym roku mieszkańcy i darczyńcy wspierają inicjatywę i już 31 lipca organizatorzy, wzorem ubiegłego roku, planują turniej siatkówki plażowej. W tym sezonie zgłosiło się 12 drużyn, więc rywalizacja będzie zacięta. Puchary i medale ufunduje Gmina Leoncin, a turniej zakończy wspólne ognisko. Życie nad jezioro wróciło, wróciła wiara w ludzi i sens ich pracy. Organizatorzy dziękują wszystkim, którzy wspierają akcję i proszą korzystających z tego urokliwego miejsca o zachowanie porządku.

Marzena Dobraczyńska

eprasa.pl 2e5e834a74

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

Mazowieckie to i owo
Tygodnik idziemy
Miejscowa na weekend TV

eprasa.pl 2e5e834a74

LEONCIN

Historia zapisana w raporcie etnograficznym

Stowarzyszenie Enjoy Leoncin od 2017 roku realizuje projekty społeczne na terenie gminy Leoncin. W tym roku organizacja pozyskała środki od Samorządu Województwa Mazowieckiego na realizację zadania „Nasza historia". Będą to badania etnograficzne oparte na kwerendzie dostępnych materiałów historycznych, ale przede wszystkim na wywiadach z mieszkańcami gminy. Badania będą dotyczyły unikatowego dziedzictwa gminy oraz pamięci mieszkańców dotyczącej kultur, które w przeszłości je tworzyły (Olędrzy, Żydzi, Polacy)

Rezultatem projektu będzie raport etnograficzny o gminie Leoncin oraz mapa z zaznaczonymi miejscami ważnymi dla mieszkańców. Mapa posłuży również jako materiał promocyjny gminy, a raport będzie dostępny dla wszystkich, którzy są zainteresowani historią gminy Leoncin.

- *Przyjrzymy się zarówno zabytkom materialnym, jak i dziedzictwu niematerialnemu: zwyczajom, rzemiosłu, kuchni, opowieściom o przeszłości, pamięci o szczególnych wydarzeniach. Szczególny nacisk położymy na elementy związane z bliskością Wisły: relacje człowieka z rzeką i zachodzące w nich zmiany, w tym opowieści flisackie* - opowiada o projekcie wiceprezes stowarzyszenie **Marzena Dobraczyńska**. Położenie nacisku na tradycje flisackie ma związek z wybudowaniem łodzi w 2019 roku przez Stowarzyszenie Enjoy Leoncin i związane z nią działania na Wiśle.

Pomysł wzbudził zainteresowanie mieszkańców

W ramach projektu „Nasza historia" odbył się warsztat z mieszkańcami gminy Leoncin. Spotkanie poprowadziły badaczki, które współpracują z pracownią etnograficzną. Podczas warsztatu zostały opracowane mapy ważnych miejsc dla mieszkańców, naniesione bliskie im pozycje, nie tylko zabytki, ale również punkty, które są ważne dla społeczności lokalnej. Przy okazji każdy mógł podzielić się wiedzą na temat losów gminy, ciekawych ludzi, którzy ją zamieszkują oraz opowiedzieć krótko swoją historię. Krótko, bo badaczki będą umawiały się z każdym zainteresowanym na indywidualne wywiady.

Będą to już kolejne spotkania, bo panie etnografki mają za sobą pierwsze wywiady, odbył się również objazd gminy Leoncin, żeby badaczki na własne oczy zobaczyły te miejsca, o których będą pisać w raporcie.

Piąte urodziny stowarzyszenia i kolejne projekty w planach

Stowarzyszenie realizuje również projekt „Jesteśmy aktywni", będą to zajęcia z Nordic Walking dedykowane uczniom leoncińskich szkół oraz osobom z niepełnosprawnościami z Warsztatu Terapii Zajęciowej „W Sercu Kampinosu" z Górek. Na ten projekt organizacja również pozyskała środki od Samorządu Województwa Mazowieckiego, a zadanie wystartuje na jesieni. W ramach projektu powstanie broszura z mapami tras do uprawiania Nordic Walking na terenie Kampinoskiego Parku Narodowego ze zdjęciami ciekawych obiektów historycznych i przyrodniczych, opis samej techniki, rozgrzewki i rozciągania oraz zasad pierwszej pomocy.

Natomiast 7 sierpnia organizacja zaprasza na przyczółek wiślany w Nowym Secyminie na spotkanie z flisakami i łodziami. „Flisacy wracają nad Wisłę" – po dwóch latach nieobecności łodzie wracają na rejsy do Secymina. Jest to możliwe dzięki sfinansowaniu projektu ze środków Fundacji PGNiG im. Ignacego Łukasiewicza w ramach programu Rozgrzewamy Polskie Serca.

- *Na jesieni minie pięć lat od kiedy organizacja działa na terenie gminy Leoncin. Rozwijamy się i dzięki pozyskiwanym środkom możemy realizować kolejne projekty* - mówi nam Marzena Dobraczyńska. - *Nad Wisłą będziemy również obchodzić 3. urodziny Nadwiślaniana, a specjalnym prezentem dla naszej łodzi będzie jego wizerunek na znaczku pocztowym.*

Już dziś zapraszamy na te wydarzenie.

Materiał prasowy stowarzyszenia Enjoy Leoncin

ZAPROSZENIE

eprasa.pl 2e5e834a74

LEONCIN

Dni Leoncina i mali zwycięzcy

Trenują dzielnie przez cały rok szkolny pod okiem trenera Abdy, przed Dniami Leoncina wzięli udział w turniejach i mogli świętować zwycięstwo

Dla tych dzieciaków ważny jest każdy udział w treningach i rozgrywkach, bo mogą robić to co kochają – piłka nożna to dla nich pasja, ale również prawidłowy i zdrowy rozwój. Trener pan **Abdellah Yamani** w Polsce mieszka w gminie Leoncin od kilkunastu lat. Jest obywatelem Maroko. Z wykształcenia doktor nauk z zakresu chemii medycznej, na co dzień pracuje w firmie farmaceutycznej i poszukuje nowych leków w kierunku terapii nowotworów. W chwili obecnej, Abda ma 4 grupy zawodników, podzielonych według wieku. Najmłodsze dołączyły do UKS Goliat w tym roku. Cała idea trenowania dzieci wzięła się z pasji do piłki, ale przede wszystkich chęci działania na rzecz lokalnej społeczności. W życie drużyn bardzo zaangażowani są również rodzice trenujących dzieci, kibicują i wspierają dzieciaki ze wszystkich sił, nad całością czuwa i koordynuje wszystkie treningi i zawody pani **Elżbieta Oporska**.

MD

Turniej czwartek 30 czerwca 2022
rocznik 2012
I miejsce
Goliat Liverpool
Puchar: **Adam Yamani**
II miejsce
Goliat Real Madryt
Puchar: **Dawid Komorowski**
III miejsce
Goliat Manchester
Puchar: **Michał Michałowski**
Król strzelców: **Mikołaj Świerczewski**
Najlepsza zawodniczka: **Lena Olszewska**
Najlepszy zawodnik: **Jan Karczewski**
Najlepszy bramkarz: **Aleksander Araźny**

Turniej piątek 1 lipca 2022
rocznik 2015
I miejsce
Goliat Żółci
Puchar: **Marcel Piasecki**
II miejsce
Goliat Czerwoni
Puchar: **Natasza Ogorzałek**
III miejsce
Goliat Kolorowi
Puchar: **Karol Ogorzałek**
Król strzelców: **Aleksander Aniszewski**
Najlepsza zawodniczka:
Emma Mielczarczyk
Najlepszy zawodnik: **Igor Zubrzycki**
Najlepszy bramkarz: **Jaś Ślepowroński**

Turniej sobota 2 lipca 2022
rocznik 2009
I miejsce
Goliat II FC Chorągiewa
Puchar: **Filip Dwojak**
II miejsce
Goliat Barcelona
Puchar: **Krystian Michalczyk**
Król strzelców: **Eryk Piasecki**
Najlepsza zawodniczka: **Iza Bańkowska**
Najlepszy zawodnik: **Albert Okraska**
Najlepszy bramkarz: **Dawid Śniatowski**

Turniej sobota 2 lipca 2022
Rocznik 2007
I miejsce
Goliat 2007
Puchar: **Jakub Pawłowski**
II miejsce
Młode Wilki
Puchar: **Konrad Piasecki**
III miejsce
Goliat 2009
Puchar: **Paweł Michałowski**
Król strzelców: **Bartosz Marciniak**
Najlepsza zawodniczka:
Aleksandra Cybulska
Najlepszy zawodnik: **Jakub Szymański**
Najlepszy bramkarz:
Piotr Wojciechowski.

CZOSNÓW

Piknik „Dziki Zachód"

To był już trzeci piknik, przygotowany w ramach projektu „Kultura bez ograniczeń", na który Biblioteka w Czosnowie pozyskała środki z UE

„Dziki zachód" odbył się w indiańsko- kowbojskim klimacie, z tańcami, konkursami, warsztatami tematycznymi i artystycznymi. Jak na każdy piknik przystało nie mogło zabraknąć kiełbasek z grilla przygotowanych przez Domowe Rewelacje M&M oraz słodkości. Level Up po raz kolejny stanął na wysokości zadania i zapewnił uczestnikom fantastyczną zabawę, zakończoną niezwykłym pokazem tańca z ogniem. „Dziki zachód" wśród tak przemiłych kowbojek, kowbojów i Indian nie był tak bardzo dziki.

Dziękujemy za wspólną zabawę! Kolejny raz nie zawiedliście i byliście z nami. Zapraszamy na kolejne wydarzenia organizowane przez naszą bibliotekę.

Anna Maliszewska - Dyrektor GBP w Czosnowie, źródło: **www.czosnow.pl**

eprasa.pl 2e5e834a74

PIŁKA NOŻNA

Nieudany test Świtu

W sobotę, 16 lipca piłkarze Świtu Nowy Dwór Mazowiecki rozegrali drugi mecz kontrolny w ramach przygotowań do rozgrywek III ligi. Ich rywalem była IV-ligowa Mazovia Mińsk Mazowiecki

W pierwszej połowie lepiej zaprezentowała się drużyna przyjezdnych. Mazovia miała więcej z gry i stwarzała sobie więcej sytuacji podbramkowych. W 16. minucie goście wznawiali grę z rzutu rożnego. Do dośrodkowania najwyżej w polu karnym wyskoczył **Bartosz Melasa** uderzając głową tuż pod poprzeczką z 4. metra. Testowany bramkarz popełnił błąd, pozostając na linii bramkowej i nawet nie próbując atakować piłki, która była w jego zasięgu.

W pewnym momencie na boisku zawrzało, a między zawodnikami doszło do ostrej wymiany zdań. Goście mieli sporo pretensji do sędziego, który ich zdaniem nie widział przewinień nowodworskiego zespołu. Po pokazanej czerwonej kartce jednemu z zawodników Mazovii, drużyna gości zeszła z boiska i odmówiła kontynuowania spotkania. Po burzliwej dyskusji sędzia cofnął swoją decyzję i przywrócił zawodnika do gry. Wówczas mińszczanie powrócili na boisko, by powiększyć swoje prowadzenie.

W 35. minucie **Radosław Kamiński** przegrał pojedynek jeden na jeden z zawodnikiem Mazovii, który zagrał do wbiegającego prawą stroną partnera. Ten zagrał wzdłuż bramki pomiędzy testowanego bramkarza a **Sebastiana Cucha**. Żaden z nich nie przeciął lecącej piłki, która trafiła prosto do **Wojciecha Wociala**. Zawodnik Mazovii dostawił jedynie nogę i wpakował piłkę do siatki. Świt po serii błędów przegrywał już 0:2.

W 39. minucie **Yaroslav Yampol** prostopadłym podaniem uruchomił na prawym skrzydle zawodnika testowanego. Ten z pierwszej piłki zagrał w pole karne. Futbolówka minęła bramkarza gości jak również **Jewhena Radionowa** i dwóch obrońców. Akcję zamykał jeszcze **Jan Nawotczyński,** który musnął jeszcze piłkę końcem buta zanim ta znalazła się w siatce.

Goście odpowiedzieli jeszcze przed przerwą zagraniem za plecy obrońców Świtu. Zawodnik Mazovii urwał się defensorom i w sytuacji sam na sam przelobował bramkarza, który stał na 5. metrze i patrzył, jak piłka mija go i wpada do bramki. Sędzia liniowy podniósł chorągiewkę sygnalizując spalonego i arbiter na szczęście gola nie uznał.

W drugich 45. minutach gra nieco bardziej się wyrównała. Trener **Jarosław Miecznikowski** dał szansę innym zawodnikom w tym aż czterem testowanym. Spotkanie toczyło się głównie w środkowej strefie boiska. Dwukrotnie bliski zdobycia bramki dla Świtu był **Arkadiusz Ciach**, ale skutecznie interweniował bramkarz gości. Ostatecznie Świt uległ niżej notowanemu rywalowi 1:2.

W nadchodzącym tygodniu nowodworzanie rozegrają dwa sparingi. W środę 20 lipca zmierzą się **Wisłą II Płock**, a już w sobotę 23 lipca rozegrają trzeci mecz sparingowy przeciwko **Orlętom Radzyń Podlaski**.

Świt Nowy Dwór Mazowiecki – Mazovia Mińsk Mazowiecki 1:2 (1:2)

Bramki: 39` Nawotczyński – 16` Melasa, 35` Wocial.

Świt I: Testowany – Buczkowski, Kamiński, Cuch, testowany – Tkaczyk, Sosnowski, Basiuk – Nawotczyński, Yampol, Radionow.

Świt II: Testowany – H. Michalik, testowany, Drwęcki, Giżyński – Kuźma, Wiśniewski (70` Koiwalczyk), testowany, testowany – Niesłuchowski, Ciach.

Wojciech Lewandowski

ZAPROSZENIE

eprasa.pl 2e5e834a74