



TYGODNIK LOKALNY



CZOSNÓW
LEONCIN
NASIELSK
NOWY DWÓR MAZOWIECKI
POMIECHÓWEK
ZAKROCZYM

2,50 zł

W TYM 5% VAT

NR **12**

17 MARCA 2020

INDEKS 344184
ISSN 1505-4276

Zmiany w rozkładzie jazdy PKS Polonus

– STR. 6

NAJLEPSZY TYGODNIK LOKALNY - OD 25 LAT W TWOIM DOMU!

TYGODNIK NOWODWORSKI

REKLAMA

**DRUK
CYFROWY**

ul. RYNEK 2
LEGIONOWO
tel. 22 784 90 55
e-mail: wtio@tio.com.pl

WYDAWNICTWO



CZYTAJ NA STRONACH: 2 i 19

**NOWY DWÓR MAZ.
Rozmawiali
o historii miasta**

STR. 3

**NASIELSK
Pomoc nadeszła
w ostatniej chwili**

STR. 19

**LOTNISKO MODLIN
Zawieszają ruch
lotniczy**

STR. 4

**PROFILAKTYKA
Ograniczenie
kontaktów w walce
z koronawirusem**

STR. 7

**ZAKROCZYM
Bronią się!**

STR. 4

**POWIAT
Jak będą pracować
przychodnie?**

STR. 19

**NOWY DWÓR MAZ.
Ucieczka z miejsca
wypadku**

STR. 5

**KOLARSTWO
Promocja przez
sport**

STR. 9

**POWIAT
Oszuści sieją
panikę**

STR. 19

**GALA SPORTU
Głosowanie trwa**

STR. 22

**NOWY DWÓR MAZ.
Pracownik SOR
z negatywnym
wynikiem**

STR. 19

REKLAMA

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



– STR. 3

AUTORYZOWANY PUNKT SPRZEDAŻY

Libet
Platinum

KaBa
BRUKARSTWO

KOSTKA BRUKOWA
SPRZEDAŻ I UKŁADANIE

☎ 663 555 305 Nuna 199 • Nasielsk ul. Piaskowa 36

REKLAMA

**WSZYSTKO DO
DOMU I OGRODU**

GRUPA
psb

MRÓWKA

NOWY DWÓR
MAZOWIECKI
ul. Leśna 3
22 732 15 15

Budujące pomysły

facebook.com/mrowkandm

Bank Spółdzielczy
w Nowym Dworze Mazowieckim
Grupa BPS

Weź
Wygodny
KREDYT
NA SZCZĘŚCIE

www.bsndm.pl
facebook.com/bsndm





POWIAT

Apel władz samorządowych i sanepidu

13 marca br. odbyło się posiedzenie Powiatowego Zespołu Zarządzania Kryzysowego poświęcone aktualnej sytuacji związanej z zagrożeniem rozprzestrzeniania się koronawirusa

W wyniku spotkania wypracowano wspólne stanowisko o wystosowaniu apelu do mieszkańców powiatu nowodworskiego o następującej treści:

W imieniu władz samorządowych powiatu nowodworskiego oraz miast i gmin z terenu powiatu, apelujemy o nie wychodzenie z domu, jeżeli nie ma takiej konieczności, ograniczenie przebywania w obiektach użyteczności publicznej, poruszania się środkami komunikacji zbiorowej oraz przebywaniem wśród większej ilości osób m.in.: udziału w mszach świętych – dyspensa Biskupa Warszawskiego – Praskiego i Biskupa Płockiego. Jednocześnie informujemy, że większość spraw załatwianych w urzędach może być realizowana za pośrednictwem platformy ePUAP, zgłoszeń e-mail, telefonicznie oraz za pośrednictwem poczty tradycyjnej.

W związku z powyższym prosimy o ograniczenie osobistych wizyt w urzędach. Główny Inspektor Sanitarny apeluje, aby czas wolny od zajęć lekcyjnych nie stanowił pretekstu do zintensyfikowania kontaktów towarzyskich. To czas mądrych wyborów zdrowotnych. Wszyscy jesteśmy odpowiedzialni za zdrowie swoje i swoich najbliższych.

Zachowujmy się odpowiedzialnie.



POWIAT. Rozsądek przede wszystkim!

26 mieszkańców objętych nadzorem epidemiologicznym

Jak poinformował Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Nowym Dworze Maz. na dzień 15 marca br., na godz. 13:00 w związku z sytuacją epidemiologiczną na terenie powiatu nowodworskiego związaną z koronawirusem SARS-CoV-2 wywołującym zachorowanie na COVID-19, 26 mieszkańców powiatu objętych nadzorem epidemiologicznym, a 3 osoby poddane są kwarantannie domowej

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Nowym Dworze Mazowieckim, informuje, że na dzień 15 marca br. liczba osób objętych aktualnie nadzorem epidemiologicznym w związku z pandemią koronawirusa wynosi w powiecie nowodworskim 26 (w powiecie legionowskim 154). 3 osoby objęte zostały kwarantanną domową na podstawie decyzji inspektora sanitarnego (w powiecie legionowskim 35). Jedna osoba jest hospitalizowana, natomiast nie ma żadnego przypadku potwierdzonego laboratoryjnie z wynikiem dodatnim na obecność koronawirusa.

Na Mazowszu ponad 5 tys. osób z nadzorem

Jak informuje Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Warszawie w całym województwie mazowieckim (stan na dzień 15 marca, godz. 15:00) liczba osób objętych nadzorem epidemiologicznym wynosi 5 118 osób. W kwarantannie domowej przebywa 989 osób. Hospitalizowanych z podejrzeniem zakażenia wirusem jest 195 osób. Potwierdzonych przypadków osób zarażonych koronawirusem to 22 osoby. Osoby, które mają potwierdzone zachorowanie na COVID-19 to 22 osoby dorosłe obu płci. Zachorowania dotyczą zarówno osób młodych, jak i w sile wieku. Osoby znajdujące się pod opieką lekarzy na oddziałach zakaźnych szpitali



w Warszawie i ich stan jest nieustannie monitorowany. Na dzień sporządzenia komunikatu nie ma informacji o zagrożeniu życia chorych osób. Potwierdzone przypadki są to zarówno przypadki zawleczone (powrót z zagranicy, z obszaru występowania wirusa), jak i przypadki rodzime – transmisja z kontaktu w kraju.

Wszelkie aktualne informacje na temat koronawirusa są aktualizowane i dostępne na stronach Głównego Inspektoratu Sanitarnego i Ministerstwa Zdrowia oraz na oficjalnej stronie rządowej: www.gis.gov.pl, <https://www.gov.pl/web/zdrowie>, <https://www.gov.pl/koronawirus>

[pl/.../koronawirus/wykaz-zarazen-koronawiruse...](http://www.gov.pl/koronawirus)

Jeśli w ciągu ostatnich 14 dni byłeś w rejonie występowania koronawirusa i miałeś kontakt z osobą chorą lub zakażoną koronawirusem SARS-CoV-2, to bezzwłocznie, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną.

Zalecamy stosowanie zasad higieny zgodnie z instrukcją opublikowaną na dedykowanej stronie na platformie [gov.pl](http://www.gov.pl) - <http://www.gov.pl/koronawirus>

Specjalna całodobowa infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia w zakresie informacji dla Polaków o postępowaniu w sytuacji wątpliwości

podejrzenia koronawirusa: 0 800 190 590.

Apelujemy o poszanowanie prywatności osób hospitalizowanych.

Imprezy kulturalne i sportowe odwołane

Wszystkie zaplanowane imprezy kulturalne (np. ArtBazar w Pomiechówku, Jarmark św. Wojciecha w Nasielsku) oraz sportowe (tj. Najszybszy Bieg w Polsce) w zostały odwołane. Rozgrywki ligowe piłki nożnej oraz siatkówki zostały wstrzymane do 29 marca. Do 25 marca włącznie zawieszono zostają również zajęcia w przedszkolach, szkołach i uczelniach.

EG

W SKRÓCIE

7 DNI

Komunalny Zakład Budżetowy w Czosnowie od dnia 11.03.2020 r. wstrzymuje odczytywanie wodomierzy przez inkasenta do odwołania. Z uwagi na bezpieczeństwo mieszkańców oraz inkasenta. Stany wodomierzy prosimy podawać telefonicznie pod nr tel. (22) 785-01-83 lub e-mail: kzb@czosnow.pl.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nasielsku zaleca dokonywanie płatności bezgotówkowych. Dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Nasielsku zwraca się z prośbą do wszystkich świadczeniobiorców MOPS o założenie w ciągu najbliższych kilku dni rachunków bankowych oraz wrobienie kart płatniczych.

W punktach opieki medycznej na terenie Nasielska można uzyskać porady telefoniczne. Przychodnia w Nasielsku: Od poniedziałku do piątku (16.03-20.03) w godzinach: PN 10.00-15.00, WT 08.00-18.00, ŚR 08.00-16.00, CZW 09.00-16.00, PT 08.15-15.00. Od poniedziałku do piątku (23.03-27.03) w godzinach: PN 09.00-15.00, WT 09.00-16.30, ŚR 08.00-16.00, CZW 09.00-16.00, PT 08.15-16.30. Pod numerem telefonu: 23 69 12 606 lub 23 69 12 503, Przychodnia w Pieścirogach: Od poniedziałku do piątku (16.03-20.03) w godzinach: PN 09.00-11.00, WT 09.00-16.00, ŚR 11.00-13.00, CZW 10.00-15.00, PT 08.00-10.00. Od poniedziałku do piątku (23.03-27.03) w godzinach: PN 09.00-11.00, WT 09.00-16.00, ŚR 11.00-13.00, CZW 10.00-15.00, PT 08.00-10.00.

10.00 pod numerem telefonu: 23 69 12 220 a w Ciekosynie: od poniedziałku do piątku (16.03-27.03) w godzinach: PN 10.00-12.00, WT - PT godziny do uzgodnienia telefonicznie.

Starostwo w Nowym Dworze Maz. informuje, że w dniach 16-25 marca br. Starostwo Powiatowe w Nowym Dworze Mazowieckim oraz jednostki podległe nie będą przyjmowały klientów. W tych dniach można załatwić sprawy za pośrednictwem platformy ePUAP, zgłoszeń e-mail, telefonicznie oraz za pośrednictwem poczty tradycyjnej. Wyjątkowo, w sprawach pilnych i niecierpiących zwłoki, po uprzednim kontakcie telefonicznym z pracownikiem wydziału, istnieje możliwość osobistego stawienia.

Piotr Korycki

Pani Monice Śmieszny

Radnej gminy Zakroczym

wyraży szczerego współczucia, żalu i słowa otuchy z powodu śmierci

Mamy

składają

Przewodniczący Rady Miejskiej
Piotr Serwatka
i radni gminy Zakroczym,

Burmistrz Zakroczymia
Artur Ciecierski
i pracownicy Urzędu Miejskiego w Zakroczymiu

NA BIEŻĄCO. Rozmowa z nowym prezesem OSP Nowy Dwór Mazowiecki

Służba, a nie funkcja jest na pierwszym miejscu

W poprzednim wydaniu pisaliśmy o zmianach we władzach Ochotniczej Straży Pożarnej w Nowym Dworze Mazowieckim. Kilka dni po wyborach udało nam się porozmawiać z nowym prezesem OSP Jackiem Gągolewskim

Obecny prezes OSP jest człowiekiem od wielu lat związanym z pożarnictwem. Swoją karierę zawodową rozpoczął w 1983 r. początkowo pracując w Państwowej Straży Pożarnej w Warszawie. Ostatnio w strukturach Ochotniczej Straży Pożarnej pełnił funkcję zastępcy naczelnika, ale jak sam mówi; to nie funkcja, a służba dla innych jest dla niego najważniejsza. Pasjonat pożarnictwa i sportów motorowodnych. Od trzydziestu lat żonaty, wychował trzech synów, teraz jest szczęśliwym dziadkiem. Podczas głosowania otrzymał 30 z 42 głosów poparcia, co może świadczyć, że cieszy się zaufaniem wśród kolegów.

Zapytaliśmy jakie zakłada sobie cele w pracy na rzecz jednostki?

-Jednostka była i jest prowadzona na najwyższym poziomie. Nasi druhowie łącznie z zarządem przechodzą na bieżąco certyfikację, prowadzimy przypominające kursy pierwszej pomocy i uczestniczymy w wielu szkoleniach, podnoszących stan wiedzy strażaków. Cieszę się, że w jednostce są też panie biorące czynny udział w akcjach ratowniczo-gaśniczych. Od pewnego czasu

w naszych strukturach działa Młodzieżowa Drużyna Pożarnicza, która już w tej chwili zgromadziła grono wiernych adeptów. Bardzo chciałbym, aby jednostka mogła w najbliższym czasie zakupić ciężki samochód mogący pomieścić 7-9 ton wody. To jest duży wydatek, jednak przy obecnym niskim stanie wód gruntowych nie wszystkie hydranty mogą pobierać wodę. Dlatego posiadanie zabezpieczenia w postaci dużej ilości wody „na pokładzie” jest najlepszym wyjściem i uzasadnionym wydatkiem.

W bieżącym roku przypada 140. rocznica powstania Ochotniczej Straży Pożarnej w naszym mieście. Czy przewidziane są specjalne obchody jubileuszu?

-Oczywiście chcemy podkreślić ten fakt i przygotować materiały, które przybliżą historię nowodworskich strażaków-ochotników. Nie planujemy wielkiej fety, ale chcemy pokazać mieszkańcom, nasz sprzęt i zasoby w ludziach. Najprawdopodobniej będzie parada w mieście połączona z mszą świętą i skromny piknik na terenie jednostki. W obecnej chwili, kiedy mamy stan zagrożenia epidemiologicznego

nasze działania skierowane są na inne sprawy, trzeba poczekać na rozwój sytuacji, by móc planować obchody jubileuszu.

Jaki jest stan przygotowania OSP do czekających nas ewentualnych zagrożeń w związku z epidemią koronawirusa?

-Biorę udział w pracach Miejskiego Zespołu Zarządzania Kryzysowego, które są poświęcone ocenie aktualnej sytuacji w zakresie rozwoju pandemii koronawirusa i wypracowaniu kierunków naszego zaangażowania. Nie mogę nikogo zmusić do brania udziału w akcjach, gdzie istnieje ryzyko zakażenia się. Ochotnicza Straż Pożarna będzie prowadziła działania zabezpieczające i pomocnicze np. dla osób objętych kwarantanną domową. Posiadamy odpowiedni sprzęt i zabezpieczenia dla naszych ludzi a pomoc innym to główny cel każdego z nas, bo strażakiem trzeba się urodzić, a nie nim być – odpowiedział nasz rozmówca.

Ostatnie zdanie jest trafnym podsumowaniem naszej rozmowy i idei, która przyświeca nowemu prezesowi OSP.

Malgorzata Mianowicz



Jacek Gągolewski

Foto:archiwum domowe



NASZE SPRAWY. Spotkanie „Nowy Dwór miasto (bez) historii?”

Rozmawiali o historii miasta

W miniony czwartek (12 marca) w lokalu „Piwnica Winnica” w ramach cyklu „Nowy Dwór Twoich marzeń” odbyło się kolejne spotkanie i dyskusja o naszym mieście. Zebrani mieli okazję zapoznać się z ciekawą i nie wszystkim znaną przeszłością miasta

Spotkanie poprowadził jego pomysłodawca i organizator dr Bartosz Rydliński. W dyskusji udział wzięli Maria Moźdzysłowska – nauczycielka i wielka miłośniczka historii

Nowego Dworu Maz. oraz Janusz Gołąb – działacz społeczny, pasjonat dziejów miasta i kolekcjoner. Zebrani mieli okazję wysłuchać i obejrzeć prezentację, które poprowadzili prelegenci.

Pan Janusz pokazał zgromadzone przez siebie artefakty i cudem zdobywane stare zdjęcia, historyczne wydawnictwa i przedmioty z minionych epok. Rozmawiano również o idei powstania izby pamięci i stworzenia przestrzeni, która stałaby się świadectwem wielokulturowego dziedzictwa Nowego Dworu Maz. Jak zapowiedzieli organizatorzy spotkanie zostanie

powtórzone, kiedy sytuacja epidemiologiczna unormuje się i będzie można zaprosić więcej gości. Warto poczekać i zapoznać się z materiałami,



które zgromadzili nasi lokalni historycy, posłuchać o tym w jak niezwykłym miejscu przyszło nam żyć i mieszkać.

MM



Wyroby z przedwojennej nowodworskiej fabryki fajansu

REKLAMA

WSZYSTKIE OPRAWY -15%

BADANIE WZROKU W PREZENCJI

KAUFLAND ul. Morawicza 2a, tel. 22 503 95 99
CH HIT ul. Warszawska 36, tel. 22 732 22 13



POMIECHÓWEK

Odpowiedzą za uszkodzenie wiklinowych makiet zwierząt

8 marca br. policjanci z Pomiechówka wspólnie z funkcjonariuszem wydziału dochodzeniowo – śledczego nowodworskiej komendy zatrzymali 4 młodych mężczyzn, którzy dokonali zniszczenia wiklinowych makiet zwierząt, na szkodę pomiechowskiego przedsiębiorstwa wielobranżowego „WKRA” sp. z o.o. Mężczyźni usłyszeli już zarzuty

Policjanci z posterunku policji w Pomiechówku otrzymali zgłoszenie o zniszczeniu mienia w postaci kilku wiklinowych makiet zwierząt, znajdujących się na terenie parku.

Funkcjonariusze natychmiast rozpoczęli czynności zmierzające do wytypowania i zatrzymania sprawców tego przestępstwa. Zebrany w sprawie materiał, w tym m.in. nagrania z monitoringu w szybkim tempie pozwoliły mundurowym na wytypowanie sprawców zniszczenia mienia.

Zaangażowanie i wnikliwa praca pomiechowskich policjantów przy udziale nowodworskiego dochodzeniowca przyczyniły się do zatrzymania 4 młodych mężczyzn, mieszkańców gm. Nasielsk i Świercze, w wieku od 19 do 21 lat, którzy celowo zniszczyli mienie. Mężczyźni usłyszeli już zarzuty. Teraz grozi im kara do 5 lat pozbawienia wolności.

st. asp. Joanna Wielocha

REKLAMA

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

WYDAWNICTWO



ZAKROCZYM. Zdecydowane działania Burmistrza

Zakroczym się broni

W całym kraju zamknięto uczelnie, szkoły i przedszkola, a także kina, teatry i miejsca rozrywki. Poważnym ograniczeniom podlegają punkty handlowe i gastronomiczne. Wreszcie zamknięto granice Państwa. Kraj broni się przed epidemią. W Polsce sytuacja nie jest (na razie), tak dramatyczna, jak w wielu innych krajach, ale dzięki temu możemy ustrzec się wielu błędów popełnionych daleko od Polski. Naszą szansą może być to, że mamy okazję zapobiegać, a niekoniecznie walczyć z wirusem. W naszym powiecie pierwsze decyzje w tej sprawie zapadły w Zakroczymiu

Zgodnie z decyzją premiera Rządu RP, miniony czwartek (12 marca) był pierwszym dniem, w którym szkoły wszystkich typów były już zamknięte. Wcześniej, podobną decyzję, samodzielnie podjęły władze dwóch polskich uczelni wyższych, a także... burmistrz Zakroczymia. Dzieci z terenu tej gminy pozostałyby w domach bez względu na rozporządzenia premiera M. Morawieckiego. Już rankiem 11 marca odbyła się narada burmistrzów i wójtów powiatu nowodworskiego, a później spotkanie Artura Ciecierskiego z dyrektorami wszystkich placówek oświatowych.

- O zawieszeniu zajęć myślałem już na dwa dni przed ogłoszeniem decyzji premiera – przypomina Artur Ciecierski.

- Dzień przed naradą z dyrektorami publicznych i niepublicznych placówek



Fot. zakroczym.pl

oświatowych pytałem wiele osób co sądzą na ten temat. Odpowiedzi były różne. Wiadomo, jak się nic nie stanie to cię skrytykują, że zamknąłeś. Jednak jak się coś wydarzy to nie darują ci, że nic nie zrobiłeś. Po namyśle i po radzie z dyrektorami, w trosce o dzieci, rodziców i ich dziadków, ale także całą społeczność lokalną, zdecydowałem że lepiej zapobiegać, niż

leczyć – wspomina burmistrz Ciecierski.

Duże zmiany dotknęły też targowisko miejskie. W związku z wprowadzeniem przez Rząd Rzeczypospolitej stanu zagrożenia epidemicznego, podjęto decyzję o ograniczeniu pracy targowiska. W niedziele będzie ono zamknięte całkowicie, zaś w czwartki dopuszczono handel żywnością i środkami higieny.

W Zakroczymiu praktycznie nie pracuje także Urząd Miejski. Do dyspozycji petentów pozostaje jedynie biuro podawcze. W przypadku śmierci kogoś bliskiego, można również uzyskać akt zgonu.

Władze samorządowe zapewniają, że sprawy decyzji podatkowych i spraw z tym związanych dla gminy będą rozliczane w późniejszym.

Piotr Korycki

NOWY DWÓR MAZ.

Szpital doposażony w specjalistyczny sprzęt

Szpital nowodworski, podobnie jak i wszystkie placówki w Polsce zaczyna borykać się z problemami zaopatrzeniowymi. Wybuch epidemii sprawił, że brakuje wielu medykamentów i sprzętów koniecznych do ratowania zdrowia i życia osób zarażonych. Dyrekcja Nowodworskiego Centrum Medycznego wystosowała apel o wsparcie do licznych instytucji, w tym do fundacji Jerzego Owsiaaka. Niestety, do dziś nie było żadnej reakcji. Z pomocą przyszedł jedynie rząd RP.

Dzięki przyjętej przez Sejm specustawie, możliwe było bezprzetargowe zamówienie całego szeregu sprzętu medycznego. W ciągu kilkunastu dni do Nowego Dworu Maz. dotrze między innymi 500 sztuk kombinizonów za 20 tysięcy zł., 500 sztuk masek, kilkadziesiąt fartuchów barierowych, 50 przyłbic wielokrotnego użytku, środki do dezynfekcji i rękawice. Szpital zamówił też warto 60 tys. zł. respirator, pompę infuzyjną,

pulsoksymetr, ssak próżniowy i zamgławiacz powietrza. Wydział Zdrowia Urzędu Wojewódzkiego poinformował, że zadania nałożone przez prawo na samorząd zostaną sfinansowane, zgodnie z art. 34 ustawy z dnia 2 marca 2020 r o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19, innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych.

Piotr Korycki



LOTNISKO WARSZAWA/MODLIN

Zawieszenie międzynarodowego ruchu lotniczego

Decyzją Rządu Rzeczypospolitej Polskiej, z powodu zagrożenia koronawirusem, od niedzieli 15 marca, na terenie całego kraju wstrzymany zostanie międzynarodowy ruch lotniczy. Ograniczenie obowiązuje przez kolejne 10 dni. Okres może być przedłużony o 20, a potem o kolejne 30 dni

Do godziny 24:00 w sobotę 14 marca Lotnisko Warszawa/Modlin funkcjonuje według wcześniej wdrożonych procedur w zakresie kontroli sanitarnej. Odbywa się obowiązkowy pomiar temperatury ciała oraz zbieranie kart lokalizacji pasażerów ze wszystkich przylatujących kierunków.

Osoby, które znajdują się obecnie poza Polską, będą mogły wrócić do kraju. Po przekroczeniu granicy każda z nich

zostanie zarejestrowana, a także przebadana. Zostanie również skierowana na obowiązkową 14-dniową kwarantannę domową.

Zakaz wjazdu na teren Polski nie obowiązuje:

- obywateli RP,
- cudzoziemców, którzy są małżonkami albo dziećmi obywateli RP albo pozostają pod stałą opieką obywateli RP,
- osób, które posiadają Kartę Polaka,

-dyplomatów,

-osób posiadających prawo stałego lub czasowego pobytu na terenie RP lub pozwolenie na pracę.

W sprawach zakupionych biletów na rejsy z/do Portu Lotniczego Warszawa/Modlin, należy kontaktować się z Przewoźnikiem. Całodobowa Informacja Lotniskowa: info.terminal@modlinairport.pl, tel. 48 22 315 18 80

Info: Lotnisko Warszawa/Modlin



POMIECHÓWEK. Prezes „Pomieczowskich Bezdumniaków” doceniona

Osobowość roku. Nasi na podium

W plebiscycie Osobowość Roku prowadzonym przez redakcję Polska Times, Patrycja Dobrowolska – Prezes Stowarzyszenia „Pomieczowskie Bezdumniaki”, jako jedyna mieszkanka powiatu nowodworskiego znalazła się na podium

Pani Patrycja zdobyła ponad 3 tysiące głosów i zajęła 2. miejsce w kategorii Działalność Społeczna i Charytatywna na obszarze województwa mazowieckiego. Serdecznie gratulujemy sukcesu i życzymy owocnej pracy na rzecz bezdomnych zwierząt.

Pomimo natłoku obowiązków udało nam się spotkać z laureatką na codziennym spacerze z podopiecznymi.

„Stowarzyszenie „Pomieczowskie Bezdumniaki” to organizacja, która istnieje od blisko pięciu lat. W chwili obecnej jest 10 czynnie działających członków oraz około 30 wolontariuszy wspierających nas na co dzień. Dużą część wolontariuszy stanowi młodzież z pomieczowskich szkół. Zaczyna nam pomagać coraz więcej osób, które widzą nasze działania w Internecie i podobają im się na tyle, że postanawiają do nas dołączyć. Opieka nad bezdomnymi zwierzętami to cały proces, który zajmuje nam często kilka godzin dziennie. Oprócz zwierząt, które przebywają w kojcach gminnych, mamy też kilka psów i kotów, które znajdują się w domach tymczasowych. Stale zajmujemy się około 15 zwierzętami. Są to głównie młode zwierzęta, które błąkały się na terenie naszej gminy i nie udało się znaleźć ich prawowitych właścicieli. We współpracy z Gminą Pomiechówek opiekujemy się nimi, leczymy i szukamy nowych domów. Każde zwierzę jest odrobaczone, zabezpieczone przed pchłami i kleszczami, zaszczepione, zaczipowane oraz wykastrowane. Szczepieniom zapewniany jest bezpłatny zabieg po uzyskaniu odpowiedniego wieku. Zależy nam, aby naszym podopiecznym znaleźć najlepsze domy, w których wreszcie będą mogły być szczęśliwe. Dlaczego to robimy? Bo całym sercem kocham zwierzęta i nie potrafię przejść obojętnie obok ich krzywdy. Jestem z nimi tak mocno związana, że nie liczy się dla mnie dzień i godzina. W Sylwestra tuż po północy jadę do psów, by sprawdzić, jak się czują i jak przeżyły noworoczne wystrzały – mówi podczas spaceru nasza bohaterka.

Zdarza się tak, że do Stowarzyszenia trafiają zwierzęta wymagające szczególnej opieki. Jest np. chore lub uległo wypadkowi. Wtedy organizowana jest zbiórka środków na leczenie.

„Aktualnie takiej pomocy potrzebuje 9-miesięczny pies o imieniu Lexus. Ma zerwane więzadło w tylnej łapie. Czekam go niebawem operacja, po której Lexus powinien mieć ograniczony ruch, najlepiej przebywać w ciągu dnia w klatce kennelewej i wychodzić tylko na krótkie spacerki. Pozostawiony sam w kojcu mógłby sobie zrobić krzywdę, a cały zabieg nie miałby sensu. Dlatego zwracamy się z apelem do państwa czytelników. Może znajdzie się dom tymczasowy, który mógłby przyjąć pod opiekę Lexusa na czas jego rekonwalescencji? – pyta Pani Patrycja.



Patrycja Dobrowolska z jednym z podopiecznych

„W naszym zainteresowaniu leży również sprawa kastracji zwierząt, która jest jedynym sposobem na zmniejszenie bezdomności psów i kotów. Staramy się wspierać osoby prywatne, gdy proszą o pomoc w sfinansowaniu zabiegu swojego zwierzątka. Organizujemy zbiórki plastikowych nakrętek, dzięki którym mamy fundusze na zabiegi. Ważna jest też edukacja właścicieli jeśli chodzi o zalety kastracji. Tylko takie działania pomogą ograniczyć ilość niechcianych miotów – wyjaśnia prezes Stowarzyszenia. Jest bardzo zadowolona z wyniku, który osiągnęła w plebiscycie, ale przez swoją skromność absolutnie nie chce tego sukcesu przypisać tylko sobie.

„Stowarzyszenie to grupa ludzi, pasjonatów, zapaleńców, takich wariatów, którzy pomimo pracy zawodowej chcą pomagać potrzebującym stworzeniom. Ktoś zabiera zwierzęta do swoich domów, by przetrzymać do czasu znalezienia nowego, kochającego właściciela. Mój sukces jest



„Lexus”, który wymaga specjalistycznego leczenia

ich zasługą, ale jeszcze bardziej mobilizuje mnie i pokazuje, że warto angażować się całym sercem w działalność, która łatwa nie jest, jednak potrafi przynieść ogromną satysfakcję i uratować niejedno psie lub kocie istnienie – podsumowuje laureatka.

Zachęcamy do kontaktu z organizacją poprzez profil na Facebooku <https://www.facebook.com/pomieczowskie.bezdumniaki/>, a także wsparcia działań poprzez datki na konto: Bank Pekao SA 18 1240 3480 1111 0010 7213 5490

Małgorzata Mianowicz

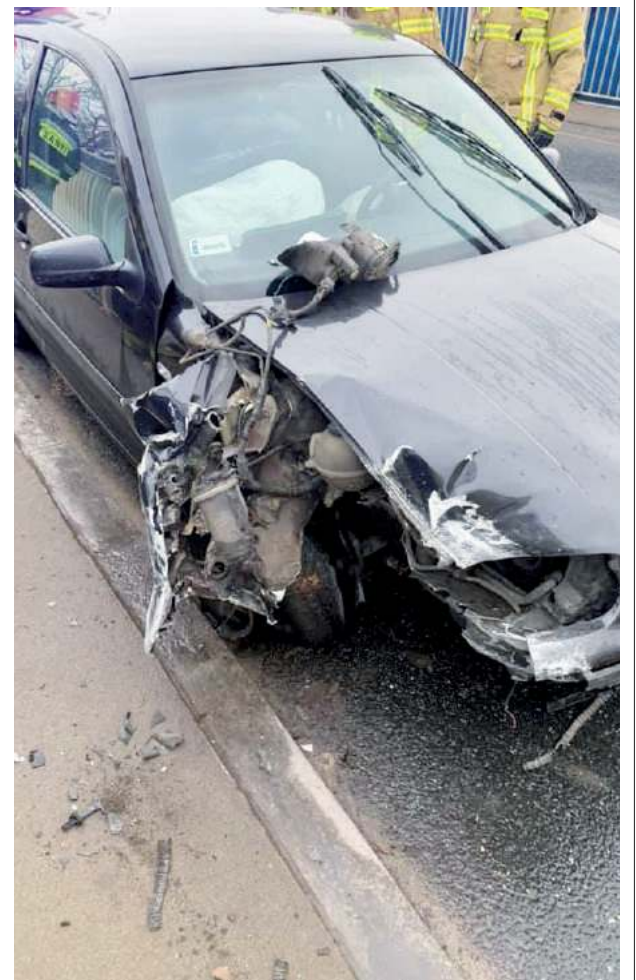
NOWY DWÓR MAZOWIECKI

Ucieczka z miejsca zdarzenia

Na moście im. Pancera w Nowym Dworze Mazowieckim w sobotę, 7 marca około godziny 15:00 nieznany sprawca uderzył w barierki, po czym zbiegł z miejsca zdarzenia

Kierujący Volkswagenem Golfem na nowodworskich numerach rejestracyjnych z nieznanymi przyczynami wjechał w barierkę ochronną. Uszkodzona została infrastruktura mostu oraz pojazd, którym kierował nieznany sprawca. Po całym zdarzeniu osoba kierująca oddaliła się w nieznanym kierunku. Na miejsce zdarzenia zostały zadysponowane dwa wozy Państwowej Straży Pożarnej oraz jednostka z Ochotniczej Straży Pożarnej z Nowego Dworu Mazowieckiego. Z informacji uzyskanych od oficera prasowego Policji w chwili obecnej trwają czynności mające na celu ustalenie sprawcy zdarzenia drogowego.

GM



NASZE SPRAWY

Mazowsze daje pieniądze na projekty swoich obywateli

Ścieżki rowerowe, sprzęt medyczny, akcje profilaktyczne dla mieszkańców czy warsztaty z rękodzieła to tylko kilka z wielu pomysłów, jakie mają szansę na realizację w ramach Budżetu Obywatelskiego Mazowsza. Nabór projektów właśnie wystartował i potrwa do 31 marca. W puli jest 25 mln zł

Mazowsze jest wśród pierwszych województw, które zdecydowały się na wprowadzenie budżetu obywatelskiego. Biorąc pod uwagę skalę województwa (Mazowsze jest największym i najludniejszym regionem w kraju) będzie to duże wyzwanie organizacyjne.

To pierwsza edycja BOM-u. Do rozdysponowania jest 25 mln zł, z czego 80% (20 mln zł) przeznaczone będzie na pulę podregionalną i 20% (5 mln zł) na projekty ogólnowoje-wódzkie.

Projekty mogą zgłaszać wszyscy mieszkańcy Mazowsza, fundacje, stowarzyszenia bez ograniczeń wiekowych. Każdy może zarówno zgłosić, jak i poprzeć dowolną liczbę projektów. W imieniu osób małoletnich projekty składają ich przedstawiciele ustawowi.

Nabór potrwa od 2 do 31 marca.

pk

NOWY DWÓR MAZOWIECKI

W Centrum Handlowym HIT zadbali o bezpieczeństwo

W związku z ogłoszonym stanem zagrożenia epidemiologicznego CH Hit - jedyna galeria handlowa w naszym mieście zmienia zakres swojej działalności

W Centrum Handlowym Hit będzie można zrobić zakupy w sklepie Carrefour, drogerii Rossmann, w aptece Centrum oraz sklepie zoologicznym Midi Zoo. Będzie też otwarty kantor wymiany walut. Nie będzie można skorzystać z ofert restauracji na dowóz lub na wynos. Właściciele podjęli decyzję o zamknięciu lokali. Ograniczenia wprowadzone w drodze rozporządzenia, będą obowiązywały przez 14 dni, ale termin ten może ulec zmianie.

-Działania mające na celu ochronę klientów i pracowników zostały podjęte już w poprzednim tygodniu. W naszych toaletach odbyło się gruntowne odkażanie, łącznie z czyszczeniem fug specjalnym środkiem. Na bieżąco są dezynfekowane klamki, blaty i powierzchnie z którymi klienci mają najwięcej styczności. Na zewnątrz zostały umyte wszystkie witryny. Fachowcy zajęli się również wymianą filtrów w centralnych wentylacjach.

Przeprowadzono skrupulatny przegląd stanu technicznego wentylacji. Zrobiliśmy to nie czekając na specjalne wskazania służb sanitarnych – powiedział nam syndyk Krzysztof Piotrowski, zarządzający obecnie obiektem. Jednocześnie zaapelował do klientów o rozsądek. -Nie chciałbym, aby galeria stała się miejscem spacerów np. dla zwolnionej od nauki młodzieży, a służyła wyłącznie do dokonywania niezbędnych

sprawunków. Najemcy, którzy mimo zezwolenia na działalność podejmą decyzję o zamknięciu swoich biznesów nie poniosą z tego powodu żadnych konsekwencji. Nie będę stosował kar umownych, które są zapisane w umowach najmu. Rozumiem tą sytuację i stoję po stronie właścicieli, którzy chcą chronić swoich pracowników przed ewentualnym zagrożeniem. Godziny otwarcia galerii nie ulegają zmianie. MM



POWIAT. PKS Polonus czasowo zawiesza kursy

Zmiany w rozkładzie jazdy PKS Polonus

Relacja	Godz. odjazdów	Uwagi
Dni robocze		
LEONCIN SP-NOWINY	05:25	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	05:40	zawieszenie
GÓRKI SZKO-CZOSNÓW UG	05:40	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	06:00	zawieszenie
WA-WA CEN1-ZAKROCZYM	06:35	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	06:40	zawieszenie
KROCZEW.SK-NDM.DW-AUT	06:45	zawieszenie
WA-WA GD-ZAKROCZYM	07:00	zawieszenie
ZAKROCZYM-WA-WA CEN1	07:15	zawieszenie
KAZUŃ N.OS-PALMIRY PE	07:20	zawieszenie
PALMIRY PE-NDM.DW-AUT	07:45	zawieszenie
ZAKROCZYM-WA-WA CEN1	07:50	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	09:00	zawieszenie
ZAKROCZYM-WA-WA GD	09:10	zawieszenie
WA-WA CEN1-NDM.TW.PET	09:30	zawieszenie
ZAKROCZYM-WA-WA CEN1	09:50	zawieszenie
WA-WA GD-ZAKROCZYM	10:00	zawieszenie
NDM.TW.PET-NDM.DW-AUT	10:40	zawieszenie
NDM.TW.PET-WA-WA CEN1	10:45	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	11:40	zawieszenie
WA-WA CEN1-NDM.TW.PET	12:00	zawieszenie
ZAKROCZYM-WA-WA GD	12:00	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	12:50	zawieszenie
NDM.DW-AUT-PALMIRY PE	13:20	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	13:50	zawieszenie
PALMIRY PE-NDM.DW-AUT	13:50	zawieszenie
WA-WA CEN1-NDM.TW.PET	14:00	zawieszenie
NDM.DW-AUT-KROCZEW.SK	14:25	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	14:30	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	14:40	zawieszenie
NDM.DW-AUT-PALMIRY PE	15:00	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	15:20	zawieszenie
NDM.TW.PET-WA-WA CEN1	15:25	zawieszenie
PALMIRY PE-KAZUŃ N.OS	15:40	zawieszenie
NOWINY-LEONCIN SP	16:05	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	16:10	zawieszenie
CZOSNÓW UG-GÓRKI SZKO	16:30	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	17:00	zawieszenie
WA-WA CEN1-ZAKROCZYM	17:30	zawieszenie
ZAKROCZYM-WA-WA GD	19:10	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	20:10	zawieszenie
WA-WA GD-ZAKROCZYM	21:00	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	21:00	zawieszenie
ZAKROCZYM-NDM.DW-AUT	22:25	zawieszenie

PKS Polonus poinformował pasażerów o konieczności zmiany jazdy w najbliższych tygodniach. Poniżej zamieszczamy komunikat oraz zmiany w rozkładzie jazdy:

„W związku z zaleceniami służb sanitarnych oraz w trosce o bezpieczeństwo wszystkich Pasażerów zdecydowaliśmy o zmianie rozkładu jazdy w najbliższych tygodniach. W dniach 16.03 – 25.03.2020 r. zostają czasowo zawieszone następujące kursy komunikacji lokalnej z bazy w Nowym Dworze Mazowieckim”.

Info: PKS Polonus

Sobota		
ZAKROCZYM-WA-WA GD	04:30	zawieszenie
NDM.TW.PĘT-WA-WA CEN1	04:55	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	05:10	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	06:00	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	06:50	zawieszenie
WA-WA GD-ZAKROCZYM	07:00	zawieszenie
WA-WA CEN-ZAKROCZYM	07:10	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	08:10	zawieszenie
ZAKROCZYM-WA-WA GD	08:20	zawieszenie
ZAKROCZYM-WA-WA CEN1	08:40	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	09:00	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	11:40	zawieszenie
WA-WA GD-ZAKROCZYM	12:00	zawieszenie
WA-WA CEN1-NDM.TW.PĘT	12:00	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	12:50	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	15:20	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	15:25	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	17:15	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	17:40	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	20:30	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	06:00	realizowane połączenia linii relacji: Nowiny- Warszawa Gd.
WA-WA GD-NOWINY	09:00	
NOWINY-WA-WA GD	11:40	
WA-WA GD-NOWINY	15:20	
NOWINY-WA-WA GD	15:25	
NOWINY-WA-WA GD	17:15	
WA-WA GD-NOWINY	17:40	
WA-WA GD-NOWINY	20:30	
Niedziela		
NOWINY-WA-WA GD	06:00	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	09:00	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	11:40	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	15:20	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	15:25	zawieszenie
NOWINY-WA-WA GD	17:15	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	17:40	zawieszenie
WA-WA GD-NOWINY	20:30	zawieszenie

Ograniczenie kontaktów między ludźmi naszą najlepszą bronią w walce z KORONAWIRUSEM

Ograniczenie kontaktów między ludźmi odgrywa kluczową rolę w szybkości rozprzestrzenienia się wirusów w populacji. Pomoże opóźnić rozprzestrzenianie się wirusa, dzięki czemu więcej osób zakażonych będzie mogło otrzymać pomoc i wrócić do zdrowia - wyjaśnia dr Rafał Mostowy z Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Szybkie tempo rozprzestrzeniania się wirusa SARS-CoV-2 jest wynikiem dwóch czynników: stosunkowo szybkiej transmisji (średnio każda zakażona osoba przekazuje wirusa między 2 a 4 innym osobom) oraz kilkudniowego okresu zwanego asymptomatycznym, kiedy to przekazujemy wirusa dalej nie mając objawów choroby - przypomina w przesłanym PAP komentarzu biolog chorób zakaźnych i epidemiolog dr Rafał Mostowy z Małopolskiego Centrum Biotechnologii Uniwersytetu Jagiellońskiego i Stowarzyszenia Rzecznicy Nauki.

We wtorek podjęto w decyzję o odwołaniu w Polsce wszystkich imprez masowych, zaś w środę o zamknięciu wszystkich placówek oświatowych i szkół wyższych do 25 marca.

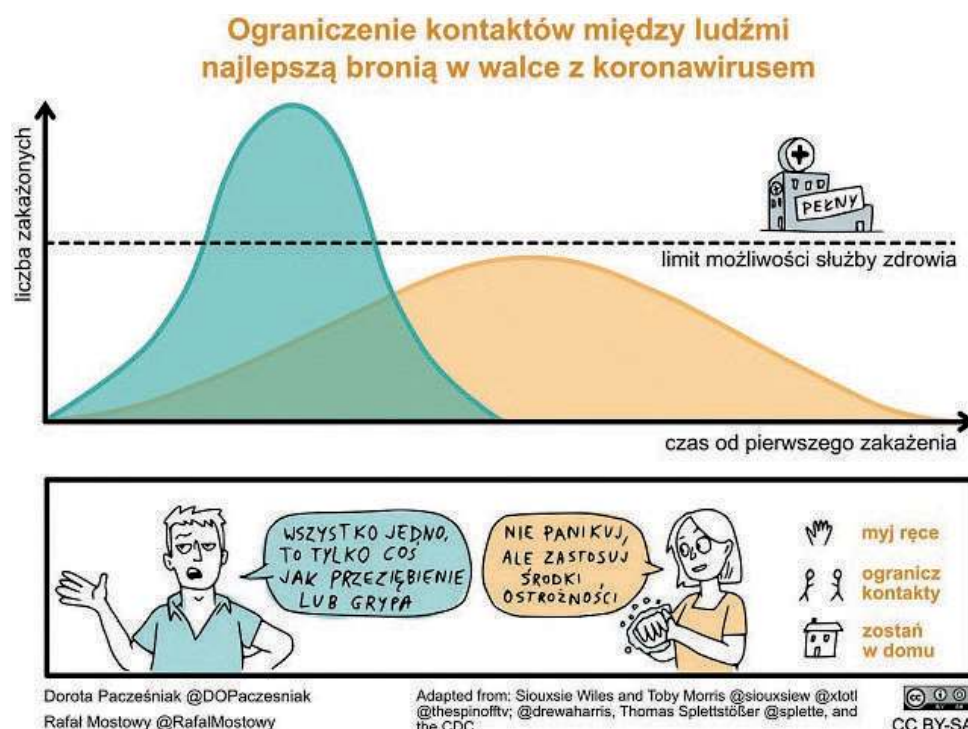
Dr Mostowy wyjaśnia, że redukcja kontaktów między ludźmi poprzez takie działania – zwane dystansowaniem społecznym – jest teraz bardzo ważne, bo odgrywa kluczową rolę w szybkości rozprzestrzeniania się takich wirusów w populacji.

„Dystansowanie społeczne pomoże opóźnić rozprzestrzenianie się wirusa w populacji” - zaznacza biolog.

„Wiele osób zastanawia się, dlaczego dystansować się społecznie, jeżeli większość z nas i tak będzie mieć styczność z wirusem prędzej czy później. Przede wszystkim dlatego, że wtedy mniej osób umrze. Szpitale nie są w stanie wyleczyć w krótkim czasie wszystkich pacjentów, a ponieważ chorych będzie przybywać

teraz lawinowo, za chwilę może zabraknąć dla nich miejsc w szpitalach. Jeżeli zaś wprowadzone zostaną zasady dystansowania społecznego, to nie obciążą w tak dużym stopniu służby zdrowia, bo chorzy będą stopniowo pojawiać się w szpitalu w mniejszej ilości” - tłumaczy.

Tę zależność przedstawia poniższa grafika:



Dr Mostowy zauważa, że są też inne powody, dla których spowalnianie epidemii jest teraz tak ważne. „Dystansowanie społeczne oznacza mniej kontaktów z wirusem, a więc mniejsze prawdopodobieństwo infekcji. Mimo wszystko nawet bycie młodym i zdrowym nie gwarantuje, że kontakt z wirusem nie skończy się tragicznie, więc każdy z nas powinien się przed nim bronić. Poza tym lepiej unikać zakażenia i pobytu w szpitalu w pierwszych tygodniach epidemii. Dystansowanie społeczne pomoże też naszym najstarszym krewnym i znajomym uniknąć dużego ryzyka związanego z infekcją, a to o nich powinniśmy się obawiać najbardziej. W końcu spowolnienie epidemii pomoże zyskać cenny czas w wysiłku o stworzenie szczepionki na koronawirusa, a według najbardziej optymistycznych scenariuszy potrzebujemy na to kilkunastu miesięcy” - opisuje.

Biolog podkreśla, że drańskie środki wprowadzone przez rząd w Chinach (np. zamknięcie transportu publicznego, kontrola mobilności obywateli) pokazały, że epidemię koronawirusa również da się spowolnić, ale potrzebne są zdecydowane kroki. „W Europie również czekają nas duże ograniczenia swobody

ruchu, ale nie jesteśmy raczej zdolni do zdecydowania się na tak drastyczne kroki, jak w Chinach. Dlatego kluczowe jest, żebyśmy sami również przyczynili się do tej walki poprzez wdrożenie dystansowania społecznego w nasze życie” - zaznacza.

Co więc powinniśmy robić? Przede wszystkim należy spokojnie i rozważnie podesnąć do

jest jak wirus grypy i globalna reakcja na jego rozprzestrzenianie się jest przesadzona. „To stwierdzenie jest nie tylko nieprawdziwe, ale również może przeszkodzić nam w walce z pandemią koronawirusa” - podkreśla biolog.

Poza różnicą w objawach, które oba wirusy powodują, koronawirus to dużo poważniejszy wirus od grypy.

Z najnowszych szacunków naukowców, którzy analizują bieżące dane epidemiologiczne, wynika, że koronawirus jest mniej więcej 10-krotnie bardziej śmiertelny od wirusa grypy. Co istotne, śmiertelność wzrasta wraz z wiekiem osoby zakażonej, osiągając nawet ok. 20 proc. u osób po 80. roku życia, które zostały zdiagnozowane z chorobą. Co gorsza, koronawirus wydaje się agresywniej niż grypa atakować układ oddechowy powodując, problemy z oddychaniem i zapalenie płuc.

„Nadchodzące tygodnie i miesiące będą kluczowe w zrozumieniu, z jak niebezpieczną chorobą zakaźną mamy do czynienia i czy jej parametry są zbliżone do bardziej optymistycznych czy pesymistycznych modeli epidemiologicznych. Na ten moment jedno jest pewne – liczba chorych będzie w najbliższych dniach przyrastać lawinowo, dlatego nasze osobiste działania będą miały przełożenie na zdrowie nie tylko nas samych, ale również naszych bliskich a także krewnych i znajomych. Zastosujmy dystansowanie społeczne we własnym życiu już dzisiaj” - zaleca.

PAP - Nauka w Polsce



Socjolożka: im więcej mówimy o koronawirusie, tym ważniejszy nam się wydaje

Im więcej mówimy o koronawirusie, tym temat wydaje się nam ważniejszy. A im ważniejszy się on wydaje, tym więcej o nim mówimy, nakręcając historyczne nastroje. Z tym paradoksem słabo sobie radzimy – powiedziała socjolożka dr Helena Chmielewska-Szljajfer. Dodała, że w mediach powinien dziś dominować klarowny przekaz, przede wszystkim nt. mycia rąk.

Pytana o to, jakie zjawiska społeczne zaobserwowała w związku z epidemią koronawirusa, socjolożka z Akademii Leona Koźmińskiego dr Helena Chmielewska-Szljajfer zwróciła uwagę na spiralę, którą nakręcają media – tradycyjne i społecznościowe.

„Media nie tylko odzwierciedlają rzeczywistość, ale ją też tworzą. Im więcej i częściej powtarzane są informacje o koronawirusie – tym ważniejszym tematem się on nam wydaje. Z kolei im temat wydaje się ważniejszy – tym więcej o nim mówimy, nawzajem się straszając... To ważny paradoks, z którym trudno sobie poradzić” – zauważyła.

Komentując nastroje społeczne, obecne w Polsce w związku z COVID-19, dr Chmielewska-Szljajfer powiedziała: „Widać nastawienie, że 'coś' złego musi się stać”. Zwróciła uwagę, że ludzie wykupują maseczki i płyny antybakteryjne, a niektórzy próbują na tym zainteresowaniu zarobić. „W pewnym sensie czekamy na apokalipsę i zastanawiamy się, co się wydarzy” – zaznaczyła.

Zwróciła też uwagę, że oczekiwania nie znajdują potwierdzenia w rzeczywistości. „Jeżeli dochodzi do jakichś incydentów, dotychczas są one odosobnione. Panuje więc nade wszystko historyczny nastrój, choć niewiele się dzieje” – powiedziała.

Pytana, czy można przeciwdziałać historycznemu nastrojowi albo zapobiec panice, socjolożka powiedziała: „panika jest jak epidemia choroby. Podobnie do epidemii ma ona falę wzrostową, która w końcu opada. W przypadku paniki można próbować wpłynąć na to, kiedy fala wzrostowa się skończy”.

Według niej media powinny dziś przekazywać w pierwszej kolejności przesłanie, które jest „może aż nazbyt banalne”. „Chcemy, by ludzie myli ręce często i dokładnie. To instrukcja, którą zrozumie nawet przedszkolak” – mówi.

Według niej do mycia rąk ludzi może przekonać nie tyle straszenie epidemią i powtarzane co chwilę statystyki śmiertelności COVID-19, co np. lekkie w formie przekazy o myciu rąk. Jako dobry przykład podaje ona zabawny wietnamski teledysk muzyczny, pokazany w jednym z popularnych amerykańskich late night shows, który w popowej formie pokazuje, jak właściwie myć ręce.

Wskazała też inne pozytywne historie pokazywane w mediach, jak np. historię matki, którą cieszy, że ludzie zaczęli się wreszcie przejmować myciem rąk. Większa dbałość o higienę pomoże jej dziecku, które ma obniżoną odporność, a tym samym jest bardziej narażone na infekcję, takie jak przeziębienie czy grypa.

Dr Helena Chmielewska-Szljajfer dodała, że w walce z rozprzestrzenianiem się choroby oraz paniki może też pomóc precyzyjne informowanie o skuteczności wielu drobnych działań każdego człowieka. Poza przekazem nt. mycia rąk czy kichania i kasłania w chusteczkę (lub w zgięcie łokcia) chodzi tu również m.in. o niekupowanie maseczek, gdy sami nie jesteśmy chorzy – czy unikanie dużych zgromadzeń.

„Powtarzane prostych wskazówek, jak dla przedszkolaka, jest być może skuteczniejsze niż wywoływanie w nas strachu informacjami o zarażeniach” – podsumowała socjolożka.

PAP - Nauka w Polsce, Ludwika Tomala
Fot. Fotolia

„Niepodobna wymienić wszystkich schorzeń, w których czosnek i jego preparaty mogą być pomocne” - piszą doc. Aleksander Ożarowski i prof. dr Wacław Jaroniewski w znakomitej książce „Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie”. Można powiedzieć, że czosnek jest panaceum na prawie wszystko.



JADWIGA WOŁYNIK
j.wolynik@tio.com.pl

Jest to wyjątkowa roślina, która chroni przed sklerozą i jej następstwami, przed osłabieniem całego organizmu.

Według zaleceń księdza Klimuszki, (znakomity polski zielarz) wystarczy 3-4 ząbki czosnku pokroić drobniutko, od razu kłaść na razowy chleb, smarowany dobrym masłem i zjadać, najlepiej na kolację. Po miesiącu takiej kuracji zrobić przerwę na tydzień i powtórzyć kolejny miesiąc.

Odwarem z czosnku i ziemniaków w proporcji 1:1 leczy się nieżyty przewodu pokarmowego.

Doc. A. Ożarowski podaje przepis na leczniczą nalewkę czosnkową na alkoholu. Jest ona zalecana przy reumatyzmie stawowym i mięśniowym. Cytuję: „125 g oczyszczonych ząbków czosnku utrzeć na tarce, zalać 50 ml alkoholu 40-procentowego i zostawić w zamkniętym naczyniu w temperaturze pokojowej na 5 dni, często wstrząsając. Odcedzić na gęstym sitku i przesączony przechowywać w lodowce. Stosować dawki 5 do 20 kropli w 1/4 szklanki mleka lub kefiru 2-3 razy dziennie. Osoby wrażliwe na zapach czosnku powinny powoli się do niego przyzwyczajać i rozpoczynać od dawki 1-2 kropli. Przyjmować tak w ciągu miesiąca, po czym zmniejszyć dawkę i wreszcie przerwać na 2-3 tygodnie”.

Czosnek, naturalny antybiotyk, rozprawi się z każdą infekcją i zaziębieniem, pomaga przy grzybicach, ułatwia trawienie, działa przeciw pasożytniczo. Oto prosty specyfik o leczniczym działaniu. Szklankę mleka zalewamy 25 g zmiażdżonego czosnku. Gotujemy na małym ogniu około 20 min. Pijemy 2 razy dziennie. Po 4 dniach będą już rezultaty.



NATURALNA APTEKA. Panaceum prawie na wszystko

Właściwości czosnku c.d.

Czosnek w kuchni ma zastosowanie przede wszystkim jako przyprawa. Lekko ostry w smaku, piekący, pikantny w każdej postaci, wielu potrawom nadaje specyficznego

smaku, np. kielbasom, cielęcinie i baraninie. Dobrze smakuje z bakłażanem i szpinakiem. Znakomicie smakuje czosnek kiszony i marynowany. Oto kilka przepisów:

Wiosenny czosnek kiszony

Do tej kiszonki czosnek musi być bardzo młody, o tzw. dojrzałości mleczej, czyli wykopany wtedy, gdy łodyga

kwiatowa dopiero zaczyna wyrastać. Można wtedy brać całe główki, usuwając tylko wierzchy i nie obierając ząbków. Takie ząbki czosnku układa się ciasno w słoiku lub kamiennym garnku i zalewa wodą z solą w proporcji litr wody i łyżka soli kamiennej, niejodowanej. Czosnek dobrze ugniatamy, podsypujemy kolendrą i zostawiamy w ciepłym miejscu do zakwaszenia. Zwykle już po 3 dniach jest gotowy do spożycia i nie ma już drażliwego zapachu.

Czosnek marynowany

Gotujemy po ćwierć litra wody i octu owocowego (winnego), 2 łyżeczki cukru, 2 goździki i 10 ziarenek ziela angielskiego. Do wrzątku dodajemy 25 dag obranych ząbków czosnku i gotujemy 3-4 minuty. Przekładamy do słoików, zamykamy, a przed zamknięciem można na wierzch nałożyć łyżkę oleju słonecznikowego lub rzepakowego. Polecam jako dodatek do wędlin i mięs.

Nie sposób też nie wspomnieć o zastosowaniu czosnku w sztuce kulinarnej. Oto kilka klasycznych przepisów:

Czosnkowy majonez

Wbijamy 1 jajko do młynkomiksra, dodajemy sok z połowy cytryny oraz 4 obrane ząbki czosnku i miksujemy. Następnie nie wyłączając urządzenia, przez otwór w pokrywce, wlewamy powoli ok. 1 szklanki dobrego oleju. Dodajemy do smaku soli i ewentualnie 1 łyżeczkę musztardy. Zbyt gęsty majonez możemy rozcieńczyć śmietaną.

Czosnkowy sos zimny

Do miksera wkładamy: 5-10 obranych ząbków czosnku, pół szklanki świeżych, posiekanych listków bazylii, 1/3 szklanki zmielonego parmezanu, 1/2 szklanki orzechów włoskich, 1/4 szklanki posiekanej natki pietruszki, 2 łyżki

miękkiego masła i 1 szklankę oleju. Wszystko razem miksujemy na gładki sos. Wstawiamy do lodówki i podajemy chłodny np. do sałatek i wędlin.

Czosnkowe winko

Jest to winko na poprawę odporności. Butelkę dobrego, wytrawnego, białego wina, przelewamy do większego słoja. Dodajemy 15 dag miodu i 30 dag posiekanego drobno czosnku. Słój odstawiamy na tydzień. Wstrząsamy słojem od czasu do czasu. To dla lepszej maceracji składników. Po 7 dniach przeceadzamy nasze winko i pijemy 1/2 kieliszka na noc.

W okresie zimowym, na wzmocnienie, polecam również kanapki, z masłem czosnkowym. Do masła dodajemy rozarty lub wyciśnięty czosnek, przyprawiamy solą lub pieprzem, ewentualnie papryką w proszku.

Do najbardziej znanych, dziko rosnących czosnków, należy czosnek niedźwiedzi. Jakże działania posiada ten czosnek? Odrzuwa organizm, oczyszcza drogi oddechowe, pobudza wydzielanie żółci, wspomaga walkę z nałogiem palenia tytoniu, likwiduje pasożyty w organizmie, zawiera selen, witaminy - C, E, A.

Pesto z niedźwiedzim czosnkiem

200 g startego sera parmezan, sok z 2 cytryn, 100 g pestek słonecznika (uprażonych na suchej patelni), 300 g liści czosnku niedźwiedziowego, 50 g orzechów włoskich, oliwa, pieprz i sól do smaku. Wszystkie składniki blendujemy dodając oliwę, pieprz i sól z wycauciem, i umiarem. Pesto powinno mieć dość gęstą konsystencję. Przekładamy je do słoiczka. Zalewamy wierzch łyżką oliwy, by mogło dłużej postać. Polecam podawać na pieczywo lub z makaronem.

J.W.



10 marca w Muzeum Sportu i Turystyki w Warszawie odbyła się oficjalna prezentacja nowo powstałej grupy kolarskiej – Mazowsze Serce Polski Cycling Team. Zaprezentowano także trasę tegorocznego wyścigu Tour Bitwa Warszawska 1920. W spotkaniu wzięli udział m.in. marszałek Adam Struzik oraz manager generalny grupy kolarskiej Dariusz Banaszek

O pomysł stworzenia grupy kolarskiej mówił w sierpniu 2019 r. podczas pierwszego Tour Bitwa Warszawska 1920 wielki pasjonat kolarstwa, były znakomity zawodnik, menadżer i działacz (m.in. były prezes PZKol). – Dariusz Banaszek. Natomiast już w grudniu 2019 r. marszałek Adam Struzik oraz pomysłodawca projektu podpisali list intencyjny dotyczący powstania grupy.

Podstawa piramidy

Oprócz zawodowej drużyny będzie także działać sekcja dla dzieci i młodzieży. Pod okiem profesjonalnych trenerów (dziś Dariusz Biernacki i Tomasz Brożyna) będą oni mogli rozwijać swoje talenty i zainteresowania sportowe. – *Nie możemy zapominać o najmłodszych pasjonatach kolarstwa. To podstawa naszej sportowej piramidy. Pierwsza tak szkoła kolarska działa już w Nowym Dworze, ale chcemy żeby na Mazowszu było ich 20-30. W Legionowie, Płocku wszędzie tam, gdzie będą chętni młodzi ludzie do ścigania. Będziemy ich wspierać sprzętowo, ubierać w nasze czerwone koszulki, z miejscem na logo miejscowości, w której będą działać. Szukamy trenerów pasjonatów, apelujemy do lokalnych samorządów w włączenie się do naszego sportowego projektu. To w przyszłości będzie grupa kolarska zbudowana głównie o kolarzy właśnie z Mazowsza – mówi Dariusz Banaszek.*

– *To bardzo ciekawy projekt i doskonała promocja zarówno aktywnego trybu życia, jak też naszego regionu. Dzięki zespołowi kolarskiemu Mazowsze będzie kojarzone ze sportem, ruchem i aktywnością – podkreśla marszałek Adam Struzik.*

Pierwsze starty i zwycięstwa

Do zawodowej grupy Mazowsze Serce Polski Cycling Team należy 12 czołowych kolarzy kraju. Oto ich nazwiska: Emanuel Piaskowy, Marek Rutkiewicz, Alan Banaszek, Tobiasz Pawlak, Adrian Banaszek, Michał Podlaski, Karol Domagalski, Norbert Banaszek, Adam Żuber, Paweł Bernas, Adrian Kurek, Jakub Kaczmarek. Kolarze w czerwonych strojach Darka Banaszka mają już na swym koncie pierwsze sukcesy:



Przednia strona koszulki kolarskiej grupy Mazowsze Serce Polski

Fot. archiwum grupy

KOLARSTO. MAZOWSZE SERCE POLSKI CYCLING TEAM

Promocja przez sport

I tak Paweł Bernas wygrał Grand Prix Alanya, a Alan Banaszek był w tym wyścigu czwarty. Alan, który do grupy stworzonej przez wujka trafił z zawodowego teamu Caja Rural, był też trzeci w Grand Prix Gazipasa i wygrał turecki klasyk Grand Prix Manavgat.

– *Jestem dumny, że region, w którym się urodziłem, wychowałem i w którym do dziś mieszkam postawił na kolarstwo. Bardzo dziękuję marszałkowi Adamowi Struzikowi za zaufanie, jakim obdarzył nasz projekt. Będziemy godnie reprezentować Mazowsze na polskich i zagranicznych szosach. W tym sezonie zaplanowaliśmy około 110 startów – dodaje założyciel i manager generalny grupy kolarskiej Dariusz Banaszek.*

100-lecie

Bitwy Warszawskiej 1920

Grupa kolarska Mazowsze Serce Polski jest organizatorem wyścigu Tour Bitwa Warszawska 1920. W tym roku ma się on odbyć w dniach 11-16 sierpnia. Trasa przebiegać będzie przez: Warszawę, Nieporęt, Radzymin, Legionowo, Wieliszew, Serock, Nowy Dwór Mazowiecki, Nasielsk, Płock, Arcelin i Płońsk.



Pomysłodawca i inicjator kolarskiej grupy na Mazowszu, Dariusz Banaszek oraz wspierający projekt Marszałek Województwa Mazowieckiego, Adam Struzik

Fot. Archiwum grupy kolarskiej



Dwunastka seniorów grupy kolarskiej Mazowsze Serce Polski podczas oficjalnej prezentacji

Fot. archiwum grupy



Najmłodszy pasjonat kolarstwa to logiczna podstawa sportowej piramidy

Fot. Mazowsze Serce Polski

W obchody setnej rocznicy „Cudu nad Wisłą” włączył się także samorząd województwa mazowieckiego. W ubiegłym roku marszałek Adam Struzik oraz burmistrz Radzymina Krzysztof Chaciński podpisali list intencyjny o utworzeniu Muzeum Bitwy Warszawskiej w Radzyminie jako oddziału Muzeum Niepodległości w Warszawie. Oprócz tego organizowane są liczne konferencje naukowe i wystawy, powstają także publikacje okolicznościowe. W Muzeum X Pawilonu Cytadeli Warszawskiej – oddziale Muzeum Niepodległości w lutym odbyła się prezentacja albumu pod red. Tadeusza Skoczka Bitwa Warszawska 1920. Publikacja przedstawia wielkie zwycięstwo polskiego oręża oczami artystów i dzieł sztuki. Znajdujące się tam dokumenty, fotografie, plakaty czy obrazy pochodzą m.in. ze zbiorów Muzeum Niepodległości oraz Muzeum Historii Polskiego Ruchu Ludowego.

Są zdrowi, trenują

Po pierwszych udanych startach na Rodos i Turcji kolarze kolarskiej grupy Mazowsze Serce Polski szczęśliwie i w ostatniej chwili wrócili do kraju. Po wprowadzeniu przez Rząd RP stanu zagrożenie epidemiologicznego dla kraju, grupa – jak nas poinformował D. Banaszek – czasowo zawiesza swoją działalność startową – *Rzeczniczka z zaplanowanej konsultacji w Zieleńcu, jak również ze startów zaplanowanych w Czechach GP Cinelli oraz GP Velka Bites Brno. Zawodnikom oraz obsłudze zalecamy*

treningi indywidualne, gorące kąpiele, korzystanie z sauny oraz pobyt z rodzinami w domach. Wierzę, że pod koniec kwietnia wszystko powróci do normy i już w maju, właśnie otrzymaliśmy zaproszenie na pięciodniowy wyścig do Moskwy, będziemy kontynuować nasz cykl startowy na ten rok. Trzymajcie się wszyscy mocno

i zdrowo w tym trudnym okresie. Dajmy radę !! #zostańwdomu – kończy jak zawsze nie tracący, mimo przeciwności losu, optymizmu – menager generalny Mazowsza Serce Polski Cycling Team, Dariusz Banaszek.

red. j.b.



Kolarz Mazowsza Serce Polski, Alan Banaszek zdążył już wygrać turecki klasyk

Fot. CAF

BETON TOWAROWY WSZYSTKICH KLAS

**PUŁTUSK****Wytwórnia betonu i asfaltobetonu****Kacice 76, 06-100 Pułtusk****tel. 23 692 86 52, 665 005 125****e-mail: drogiimosty@drogiimosty.com.pl****www.drogiimosty.com.pl****BRIX****NASIELSK****Wytwórnia prefabrykatów betonowych i betonu****Kosewo 134, 05-190 Nasielsk****tel. 515 183 964****e-mail: biuro@brix.net.pl****www.brix.net.pl**

PREFABRYKATY BETONOWE

Zbik studio

projekty wnętrz

wizualizacje

tel. 501 277 300

www.facebook.com/zbikstudio

www.imagesroom.pl

PIERWSZE SPOTKANIE GRATIS



Rolety, Verticale, Moskitiery

tel. 608 682 772

Pomiar i wycena Gratis!

MOTOKLINIKA

mgr inż. Zbigniew Książek

MECHANIKA I ELEKTRYKA SAMOCHODOWA
WSZYSTKICH MAREKLegionowo, Ul. Wrzosowa 11a
tel. 22 784 44 50, 504 688 558

www.motoklinika.auto.pl

środa

18 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Jeden z dziesięciu 05:35 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 06:15 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja 07:05 Elif - serial, prod. Turcja 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Korona królów - tele-novela historyczna TVP 09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP 10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 12:00 Wiadomości 12:15 Agropogoda 12:35 Agropogoda - magazyn 12:40 Rok w ogrodzie Extra 12:55 Natura w Jedyńce 14:00 Elif - serial, prod. Turcja 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka	05:15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 06:10 Historia dziewczynki z getta - reportaż 06:35 Familiada - teleturniej 07:05 Przepis dnia 07:15 Pytanie na śniadanie 11:35 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:05 Va Banque - teleturniej 13:35 Na sygnale - serial fabularny TVP 14:10 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial TVP 15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:10 Wiegien miłości 18:00 Panorama 18:20 Pogoda 18:30 Va Banque - teleturniej 18:55 Rodzinka.pl - serial	04:50 Uwaga! - magazyn 05:15 Mango - telezakupy 06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:50 Doradca smaku - program kulinarny 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy 12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:15 Szpital - program obyczajowy 14:15 Detektywi - program kryminalny 15:25 Milionerzy - program obyczajowy 16:00 Szpital - program obyczajowy 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 Ukryta prawda	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Malanowski i Partnerzy 10:00 Sekrety rodziny 11:00 Dlaczego ja? 12:00 Gliniarze 13:00 Trudne sprawy 14:00 Pierwsza miłość 14:45 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Świat według Kiepskich - serial komediowy 20:05 Nasz Nowy Dom 21:10 Zawsze warto	07:00 Afisz kulturalny 07:20 Teledyski 08:00 Informacje kulturalne 08:25 Studio Kultura 08:40 Vive le Cinematograph! - film dokumentalny, prod. Polska, 2011, reż. Agnieszka Gomułka 09:30 Jeszcze nie wieczór - film obyczajowy, prod. Polska, 2008, reż. Jacek Bławut, wyk. Jan Nowicki, Nina Andrycz, Sonia Bohosiewicz, Irena Kwiatkowska, Danuta Szaflarska, Teresa Szmigielówna, Beata Tyszkiewicz, Ewa Krasnodebska 11:00 Blisko, coraz bliżej - serial TVP 12:25 Niespotkanie spokojny człowiek - film TVP, prod. Polska, 1975 13:40 Ikony muzyki - Queen 14:30 Studio Kultura 14:45 Koło pira - magazyn	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny Serial sensacyjny opowiadający o walce z przestępczością na ulicach San Francisco. Głównym bohaterem jest sprytny policjant Nash Bridges (Don Johnson), który wraz ze swoim partnerem Joe Dominguez (Cheech Marin) walczy z przestępczością w mieście. 07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial 08:00 Reporterzy. Z życia wzięte 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial 10:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Kobra - oddział specjalny 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial 16:00 Reporterzy. Z życia wzięte	05:00 Szkoła - obyczajowy 06:00 Mango telezakupy 07:40 Sędzia Anna Maria Wesołowska 08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:55 Idealna niania - program obyczajowy 11:45 Zakochani po uszy - serial, Polska 12:15 Sąd rodzinny - program sądowy 13:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:15 Szkoła - obyczajowy 15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:15 19+ - obyczajowy 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła - obyczajowy 19:00 19+ - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise	08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Święty 09:30 Demakijaż 10:00 Przez żołądek do serca 10:30 Demakijaż 11:00 Awantura o kasę 13:00 Magicy z ulicy 13:30 STOP Drogówka 14:30 Emil pogromca mandatów 15:00 Policjantki i Policjanci 16:00 Słoneczny patrol 18:00 Sekrety Sąsiadów 18:30 Święty 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Święty 20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial kryminalny prod. Polska Fabuła serialu koncentruje się na pracy dwóch par policjantów stanowiących dwa zespoły dochodzeniowe i prowadzonych przez nich śledztwach.
SERIAL OBYCZAJOWY 16:05 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019 17:00 Teleexpress 17:25 Jaka to melodia? 18:00 Klan - telenowela TVP 18:30 Korona królów 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:00 Pogoda 20:10 Alarm! - magazyn 20:25 Leśniczówka 20:55 Liga Mistrzów - 1/8 F: FC Barcelona - SSC Napoli 23:10 Historia bez tajemnic - Barbara Streisand: narodziny gwiazdy - film 00:15 Mordercza miłość 01:50 Wojsko - polskie.pl 02:15 Warto rozmawiać 03:10 Jeźdźcy - film fabularny	SERIAL OBYCZAJOWY 19:25 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 19:55 Przepis dnia 20:05 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 20:40 Kulisy seriali Na dobre i na złe i Na sygnale - felieton 20:50 Na dobre i na złe - serial TVP 21:50 Na sygnale - serial fabularny TVP 22:30 Kino relaks - Miłostka zagrywka - film obyczajowy, prod. USA, 2005, reż. Bobby Farrelly, Peter Farelly 00:25 Geniusz: Picasso 01:25 Woda i władza: kalifornijski przekręt - film dokumentalny	PROGRAM INFORMACYJNY 19:00 Fakty - program Informacyjny prod. Polska 19:49 Raport smogowy 19:50 Uwaga! - magazyn 20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:30 Ameryka Express 23:00 Krwawa profesja - film sensacyjny, USA, 2002, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Jeff Daniels, Anjelica Huston, Wanda De Jesus, Tina Lifford, Paul Rodriguez, Dylan Walsh 01:20 Mentalista - serial, USA 02:20 Uwaga! - magazyn 02:45 Noc magii	KOMEDIA 22:10 To tylko seks - komedia, USA, 2011, reż. Will Gluck, wyk. Clarkson Patricia, Elfman Jenna, Greenberg Bryan, Mila Kunis, Timberlake Justin Jamie to młoda, żyjąca pełnią życia specjalistka od rekrutacji. Dzięki swojej pracy poznaje Dylana, dyrektora artystycznego z Los Angeles i namawia go na zmianę pracy i przeprowadzkę do Nowego Jorku, gdzie sama mieszka. 00:35 Nasz Nowy Dom - magazyn 02:35 Tajemnice losu 04:55 Disco Gramy 05:40 Telezakupy TV Okazje	FILM OBYCZAJOWY 15:20 Kratka - film TVP, prod. Polska, 1996 16:25 Tatarak - dramat obyczajowy, prod. Polska 18:00 Pina mnie kiedyś zapytała... - film dokumentalny, prod. Francja, 1983 19:05 Teledyski 19:30 Co dwie sztuki, to nie jedna - reportaż 19:50 Którędy po sztuce 20:00 Informacje kulturalne 20:30 Na wschód od Hollywood - Underground - film 23:25 Ziemia, planeta ludzi - Jądra Tarzana - film 01:20 Tribute to Ella. Ewa Bem z zespołem Jana Ptaszyna Wróblewskiego - koncert	SERIAL OBYCZAJOWY 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 20:00 Władcy ognia 22:05 Riddick 00:35 Rasa 02:10 Zobacz to! Blok powtórkowy: Niesamowite! 02:45 Niesamowite! 03:20 Na jedwabnym szlaku 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny prod. Polska 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	FILM OBYCZAJOWY 21:00 Steve Jobs - film obyczajowy, USA, Wielka Brytania, 2015, reż. Danny Boyle, wyk. Michael Fassbender, Kate Winslet, Seth Rogen, Jeff Daniels, Michael Stuhlbarg 23:30 Kac Vegas III - film komedia, prod. USA, 2013, reż. Todd Phillips, wyk. Bradley Cooper, Ed Helms, Zach Galifianakis, Justin Bartha, Ken Jeong, John Goodman, Melissa McCarthy, Heather Graham 01:35 Druga strona medalu - talk show 02:40 Noc magii	FILM SENSACYJNY 21:40 Conan niszczyciel - film sensacyjny, USA, Meksyk, 1984, reż. Fleischer Richard Potężna królowa Taramis obiecuje Conanowi zwrócić jego utraconą miłość, jeśli ten odnajdzie porwaną księżniczkę i inkrustowany klejnotami legendarny róg. Conan nie wie jednak, że przebiegła królowa chce wykorzystać czarodziejski róg, by obudzić uśpionego do tej pory złego boga Dagotha. 23:45 Zaginiony w akcji 01:55 Zagadkowe zgony 02:25 Interwencja - magazyn 02:40 Disco Polo Life - program rozrywkowy

czwartek								19 marca							
TVP 1		TVP 2		TVN		POLSAT		TVP Kultura		TV Puls		TVN 7		TV 4	
05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej		04:30 Koło fortuny		04:50 Uwaga! - magazyn		06:00 Nowy dzień z Polsat News		07:00 Afisz kulturalny		06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny		05:00 Szkoła - obyczajowy		08:00 Nasz Nowy Dom	
05:35 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny		05:10 Doktor Kleist		05:15 Mango - telezakupy		09:00 Malanowski i Partnerzy		07:20 Teledyski		07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial		06:00 Mango telezakupy		09:00 Święty	
06:15 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019		06:05 Operacja Zdrowie		06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska		10:00 Sekrety rodziny		08:00 Informacje kulturalne		08:00 Reporterzy. Życia wzięte		07:40 Sędzia Anna Maria Wesołowska		10:00 Przez żołądek do serca	
07:05 Elif - serial, prod. Turcja, 2017		06:35 Familiada - teleturniej		06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy		11:00 Dłaczego ja?		08:25 Studio Kultura		09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy		08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy		10:30 Demakijaż	
08:00 Wiadomości		07:05 Przepis dnia		07:50 Doradca smaku		12:00 Gliniarze		08:45 Inventorium śladów - film animowany		10:00 Zaklinaczka duchów - serial obyczajowy		10:55 Idealna niania - program obyczajowy		11:00 Awantura o kasę	
08:10 Pogoda poranna		07:15 Pytanie na śniadanie		08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn		13:00 Trudne sprawy		09:20 Tatarak - dramat obyczajowy		12:00 Kobra - oddział specjalny		11:45 Zakochani po uszy - serial, Polska		13:00 Magicy z ulicy	
08:15 Kwadrans polityczny		11:35 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP		12:15 Ukryta prawda		14:00 Pierwsza miłość		11:00 Blisko, coraz bliżej - serial TVP		14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy		13:15 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy		13:30 STOP Drogówka	
08:40 Korona królów - telenowela historyczna TVP		13:05 Va Banque - teleturniej		13:15 Szpital - program obyczajowy		15:50 Wydarzenia		12:35 Piżama - film TVP, prod. Polska, 1971		18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy		14:15 Szkoła - obyczajowy		14:30 Emil pogromca mandatów	
09:15 Ranczo - serial obyczajowy TVP		13:35 Na sygnale - serial fabularyzowany TVP		14:15 Detektywi		16:10 Pogoda		13:40 Pałac - film dokumentalny, prod. Polska, 2012		20:00 Uciekająca panna młoda		15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy		15:00 Policjantki i Policjanci	
10:10 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP		14:10 Na dobre i na złe - serial TVP		15:25 Milionerzy		17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy		15:05 Studio Kultura		Dziennikarz pisze artykuł o kobiecie, która notorycznie ucieka sprzed ołtarza kolejnym kandydatom na męża.		16:15 19+ - obyczajowy		16:00 Akcja serialu rozgrywa się na plaży w południowej Kalifornii.	
11:00 Skoki Narciarskie - Mistrzostwa Świata		15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial		16:00 Szpital - program obyczajowy		18:00 Ukryta prawda		15:25 „Czterdzieści i cztery” - recital		18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial		16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska		Wspaniała przygoda, piękne i wysportowane ciała w śpąkłych strojach kąpielowych, wakacyjne romanse.	
12:10 Wiadomości		16:00 Koło fortuny		17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy		19:00 Fakty		16:30 Ga, ga. Chwała bohaterom - film science fiction, prod. Polska, 1985		20:00 Hotel Paradise		18:00 Szkoła - obyczajowy		18:00 Sekrety Sąsiadów	
12:25 To się opłaca - magazyn		16:35 Familiada - teleturniej		18:00 Ukryta prawda		19:49 Raport smogowy		18:00 Dokument tygodnia		KOMEDIA		19:00 19+ - obyczajowy		18:30 Święty	
12:45 Natura w Jedyńce - Chile: dzika podróż		17:10 Węzień miłości		19:00 Fakty		20:05 Nasz Nowy Dom		19:05 Teledyski		Dziennikarz pisze artykuł o kobiecie, która notorycznie ucieka sprzed ołtarza kolejnym kandydatom na męża.		20:00 Szkoła - obyczajowy		SERIAL OBYCZAJOWY	
14:00 Elif - serial, prod. Turcja		18:00 Panorama		20:10 Doradca smaku		21:10 Przyjaciółki - serial obyczajowy prod. Polska		19:15 Kronos - magazyn kulturalno-społeczny		22:00 Latynoski ogier - komedia		21:00 Nieoczekiwana zmiana miejsc - film komedia, USA, 1983, reż. John Landis, wyk. Eddie Murphy, Dan Aykroyd, Ralph Bellamy, Don Ameche, Denholm Elliott, Jamie Lee Curtis, Kristin Holby, Frank Oz, James Belushi		19:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy	
15:00 Wiadomości		18:20 Pogoda		20:10 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska		22:10 Zdrady		20:00 Informacje kulturalne		22:20 Szybcy i wściekły V - film sensacyjny, USA, 2011, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Tyrese Gibson, Chris 'Ludacris' Bridges		20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny		20:00 Święty	
15:15 Alarm! - magazyn		18:55 Rodzinka.pl - serial		20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska		THRILLER		FILM KRYMINALNY		00:30 Fanfan Tulipan		20:30 Szkoła - talk show		21:40 Kickboxer - film akcji, USA, 1989, reż. DiSalé Mark, Worth David	
TELETURNIEJ		SERIAL OBYCZAJOWY		SERIAL OBYCZAJOWY		THRILLER		FILM KRYMINALNY		02:25 Ojciec Ted - komedia		20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny		21:40 Kickboxer - film akcji, USA, 1989, reż. DiSalé Mark, Worth David	
										03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej		19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP		20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska		23:10 Plan lotu - thriller, USA, 2005, reż. Schwentke Robert, wyk. Beahan Kate, Irby Michael, Jodie Foster, Sarsgaard Peter		20:30 Czwartkowy klub filmowy - Bullitt - film kryminalny, prod. USA, 1968		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
16:05 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja		19:55 Przepis dnia		20:55 Milionerzy		20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
17:00 Teleexpress		20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. TVP		21:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy		20:55 Milionerzy		23:20 Portrety - Życie Samuela Fullera		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
17:20 Pogoda		20:40 Filmowe czwartki - Wiesław Kot - felieton		22:30 Ile waży koń trojański? - film komedia, Polska, 2008, reż. Juliusz Machulski, wyk. Ilona Ostrowska, Maciej Marcewski, Robert Więckiewicz, Danuta Szafarska, Sylwia Dziorek		21:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy		00:55 Kronos - magazyn		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
17:25 Jaka to melodia?		20:45 Filmowe czwartki - Wielki Gatsby - dramat, prod. USA, Australia, 2013, reż. Baz Luhrmann, wyk. Leonardo DiCaprio, Tobey Maguire, Carey Mulligan		22:30 Ile waży koń trojański? - film komedia, Polska, 2008, reż. Juliusz Machulski, wyk. Ilona Ostrowska, Maciej Marcewski, Robert Więckiewicz, Danuta Szafarska, Sylwia Dziorek		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		01:40 Na wschód od Hollywood - Underground - film fabularny		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
18:00 Klan - telenowela TVP		23:20 Szlak śmierci - film fabularny, prod. USA, 2009		01:05 Superwizjer - magazyn reporterów		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		04:30 Informacje kulturalne - Informator kulturalny		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
18:30 Korona królów		01:05 Na granicy		01:45 Uwaga! - magazyn prod. Polska		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		05:00 One. Kobiety kultury - Alicja Węgorzewska - magazyn kulturalny		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
18:55 Jeden z dziesięciu		03:00 Dzielnica bankowa - serial sensacyjny, prod. Szwajcaria, Belgia, 2017		02:10 Noc magii		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		05:35 Afisz kulturalny		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
19:30 Wiadomości		03:00 Dzielnica bankowa - serial sensacyjny, prod. Szwajcaria, Belgia, 2017		02:10 Noc magii		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		05:50 Zakończenie dnia		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
20:10 Alarm! - magazyn		03:00 Dzielnica bankowa - serial sensacyjny, prod. Szwajcaria, Belgia, 2017		02:10 Noc magii		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		05:50 Zakończenie dnia		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
20:35 Ojciec Mateusz - serial		03:00 Dzielnica bankowa - serial sensacyjny, prod. Szwajcaria, Belgia, 2017		02:10 Noc magii		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		05:50 Zakończenie dnia		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
21:30 Sprawa dla reportera		03:00 Dzielnica bankowa - serial sensacyjny, prod. Szwajcaria, Belgia, 2017		02:10 Noc magii		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		05:50 Zakończenie dnia		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
22:25 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn		03:00 Dzielnica bankowa - serial sensacyjny, prod. Szwajcaria, Belgia, 2017		02:10 Noc magii		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		05:50 Zakończenie dnia		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
23:00 Magazyn kryminalny 997 - magazyn		03:00 Dzielnica bankowa - serial sensacyjny, prod. Szwajcaria, Belgia, 2017		02:10 Noc magii		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		05:50 Zakończenie dnia		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
23:50 Magazyn Ekspresu Reporterów		03:00 Dzielnica bankowa - serial sensacyjny, prod. Szwajcaria, Belgia, 2017		02:10 Noc magii		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		05:50 Zakończenie dnia		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	
00:55 Tanie Dranie		03:00 Dzielnica bankowa - serial sensacyjny, prod. Szwajcaria, Belgia, 2017		02:10 Noc magii		22:30 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert		05:50 Zakończenie dnia		03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy		23:40 Kobiety i mafia		23:40 Kobiety i mafia	

dodatek

TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

piątek		20 marca													
TVP 1		TVP 2		TVN		POLSAT		TVP Kultura		TV Puls		TVN 7		TV 4	
05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej		04:30 Koło fortuny - teleturniej		04:50 Uwaga! - magazyn		06:00 Nowy dzień z Polsat News		07:00 Afisz kulturalny		06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny		05:00 Szkoła		06:00 Strażnik Teksasu	
05:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny		05:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial, prod. Niemcy, 2014		05:15 Mango - telezakupy		09:00 Malanowski i Partnerzy		07:20 Teledyski		07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial		06:00 Mango telezakupy		08:00 Nasz Nowy Dom	
06:15 Przysięga - serial		06:05 Anna Dymna - spotkanie się - Aneta Boruta		06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska		10:00 Sekrety rodziny		08:00 Informacje kulturalne		07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial		07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska		09:00 Sekrety Sąsiadów	
07:05 Elif - serial, prod. Turcja		07:05 Przepis dnia		06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy		11:00 Dłaczego ja?		08:25 Studio Kultura		07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial		08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska		09:30 Demakijaż	
08:00 Wiadomości		07:15 Pytanie na śniadanie		07:50 Dowódca smaku		12:00 Gliniarze		08:40 Ja gorę! - film TVP, prod. Polska, 1967, reż. Janusz Majewski, wyk. Jerzy Turek, Jerzy Wasowski		08:00 Reporterzy. Z życia wzięte		08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska		10:00 Przez żołądek do serca	
08:10 Pogoda poranna		11:35 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP		08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn		13:00 Trudne sprawy		09:25 Ga, ga. Chwała bohaterom - film science fiction, prod. Polska, 1985		08:00 Reporterzy. Z życia wzięte		11:20 Idealna niania - program obyczajowy		10:30 Demakijaż	
08:15 Kwadrans polityczny		12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP		11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy		14:00 Pierwsza miłość		10:00 Blisko, coraz bliżej		09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy		12:10 Sąd rodzinny - program sądowy		11:00 Awantura o kasę	
08:40 Korona królów - telenowela historyczna TVP		12:30 Koło fortuny - teleturniej		12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy		14:45 Dlaczego ja?		11:00 Blisko, coraz bliżej		09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy		13:00 Magicy z ulicy		13:30 STOP Drogówka	
09:15 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn		13:05 Va Banque - teleturniej		14:15 Detektywi - program kryminalny		15:50 Wydarzenia		12:30 Ogłoszenie matrymonialne - film obyczajowy, prod. Polska		09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy		13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska		14:30 Emil pogromca mandatów	
09:40 Okrasa łamie przepisy		13:30 Na sygnale - serial		15:25 Milionerzy		16:10 Pogoda		13:40 Koncert		10:00 Zaklinaczka duchów		14:15 Szkoła		15:00 Policjanci i Policjanci - serial obyczajowy prod. Polska	
10:15 Komisarz Alex - serial		14:00 Czerdziestolatek - serial TVP		16:00 Szpital		17:00 Pogoda		15:05 Studio Kultura - Rozmowy		12:00 Kobra - oddział specjalny		15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy		16:00 Słoneczny patrol	
11:05 Ojciec Mateusz - serial		15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial, prod. Niemcy, 2018		17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy		18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy		15:25 Esterhazy - film animowany, prod. Polska		12:00 Kobra - oddział specjalny		16:15 19 + - obyczajowy		Akcja serialu rozgrywa się na plaży w południowej Kalifornii. Gwiazda serialu David Hasselhoff występuje w roli szefa patrolu dzielnic i atrakcyjnych ratowników.	
12:00 Wiadomości		16:00 Koło fortuny		18:00 Ukryta prawda		18:50 Wydarzenia		16:30 Na ratunek 112		14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy		16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska		18:00 Sekrety Sąsiadów	
12:15 Agrobiznes		16:35 Familiada - teleturniej		19:00 Fakty		19:20 Sport		17:00 Gliniarze		14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy		18:00 Szkoła		19:00 Projekt Lady	
12:40 Agropogoda - magazyn				19:49 Raport smogowy		19:30 Świat według Kiepskich		18:00 Reżyserzy - George Cukor		16:00 Reporterzy. Z życia wzięte		19:00 Hotel Paradise - Rajskie Rozdanie		20:00 Hotel Paradise	
12:45 Magazyn Rolniczy				19:50 Uwaga! - magazyn		20:05 Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami		19:10 Tygodnik Kulturalny				21:00 Ślub od pierwszego wejrzenia		19:00 Policjanci i Policjanci	
13:00 Natura w Jedynce - Leming						22:05 Tylko jeden. Droga do KSW		20:00 Informacje kulturalne						20:00 Gwiazdy Kabaretu	
14:05 Skoki Narciarskie								20:30 Wieczór kinomana							
17:00 Teleexpress								FILM FABULARNY							
17:25 Jaka to melodia?								20:35 Wieczór kinomana							
18:00 Klan - telenowela TVP								20:35 Marty - film fabularny, prod. USA, 1955							
								22:15 Fabryka hitów - Jestem moją muzyką							
								23:10 Tygodnik Kulturalny							
								24:00 Teraz animacje!							
								- Pożeracze truskawek - film animowany							
								00:15 Teraz animacje!							
								- Manifestacja geniuszu w czterech aktach							
								00:40 Bullitt							
								- film kryminalny, prod. USA, 1968							
								02:40 Informacje kulturalne							
								- informator kulturalny							
								03:15 Kino nocne - Szwedzka teoria miłości - film							
								04:45 Taśmy Kultury							
								- Ciągłość pracy - widowisko artystyczne							

sobota21 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:15 Klan - telenowela TVP 06:25 Sprawa dla reportera 07:20 Rok w ogrodzie 07:45 Rok w ogrodzie Extra 08:00 Pełnosprawni 08:25 Wojsko - polskie.pl 08:55 Studio Raban 09:25 Rodzinny ekspres - Mocne postanowienie poprawy - magazyn 09:55 Szlachetna rasa - western, prod. USA, 1966, reż. Andrew V. McLaglen, wyk. James Stewart, David Brian, Don Galloway 11:40 Dziewczyny ze Lwowa - serial obyczajowy TVP 12:40 Fascynujący świat - Mózg w niebezpieczeństwie - film 13:50 Okrasa łamie przepisy 14:20 Z pamięci 14:25 Kulisy - Postaw na milion 14:35 Skoki Narciarskie 17:00 Teleexpress	05:15 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 06:20 Dla niesłyszanych - M jak miłość - serial TVP 07:15 Pytanie na śniadanie 11:25 To je Borowicz. Podróże ze smakiem - magazyn kulinarny 11:55 Star Voice. Gwiazdy Mają Głos! - program rozrywkowy 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2020 - widowisko 16:25 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 16:55 U mnie się nie martw - serial komediowy TVP 17:50 Dla niesłyszanych - Słowo na niedzielę 18:00 Panorama 18:25 Pogoda 18:35 Echo serca - serial TVP 19:30 Lajk! 20:00 Dance Dance Dance	04:50 Uwaga! - magazyn prod. Polska 05:15 Mango - telezakupy 07:30 Efekt Domina 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 13:20 MasterChef Junior 14:55 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska 16:00 Dorota inspiruje 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 36, 6 - obyczajowy 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:35 Pogoda 19:44 Raport smogowy 19:45 Uwaga! - magazyn	06:00 Nowy dzień z Polsat News 07:45 Scooby-Doo: Mechaniczny pies 08:15 Pierwszy lot 08:30 Scooby-Doo! Pora Księżycowego Potwora 10:05 Ewa gotuje 10:35 Disco Polo - 25 lat później 11:40 Szalone wakacje na kółkach 13:45 The Four. Bitwa o Sławę 15:45 Kabaret na żywo. Przystanek Radość 17:50 Chłopaki do wzięcia 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Świat według Kiepskich 20:05 The Four. Bitwa o Sławę 22:05 Twoja Twarz Brzmi Znajomo	07:00 Teledyski 07:20 Tyle słońca 08:15 Informacje kulturalne 08:45 Serialowa nostalgia 09:20 Głowa do góry 09:45 Radwan - film dokumentalny 10:05 Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert 10:55 Dokument tygodnia 11:55 Żółty szalik - film TVP 13:05 Sugarland Express - dramat 15:05 Szlakiem Kolberga 15:35 Wydarzenie aktualne 16:00 Retro kino - Gwiazda szeryfa - western 17:45 Baletownik - magazyn 17:50 Portrety Komitetu Honorowego 17. Międzynarodowego Konkursu Pianistycznego im. Fryderyka Chopina - Jiri Kylian 18:10 Poszukując Lennona 20:00 Informacje kulturalne	05:50 Czynne całą dobę 07:00 Taki jest świat - program informacyjny 07:50 Bibliotekarze 08:45 Przygody Merlina Młody czarodziej przybywa do Camelotu i ukrywa swoje zdolności, gdyż bezwzględny król, Uther Pendragon, tępi wszelką magię. 09:40 13 Posterunek 2 Losy grupy policjantów, którzy pełnią służbę na trzynastym posterunku. 10:10 Reporterzy. Życia wzięte 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci.	04:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 05:55 Mango - telezakupy 08:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:00 Hotel Paradise 14:00 Dziewczyny z drużyny IV - film komedia, USA, 2007, reż. Steve Rash, wyk. Ashley Benson, Cassie Scerbo, Noel Areizaga, Jennifer Tisdale, Kierstin Koppel 15:55 Naga broń 33 1/3 - film komedia, USA, 1994, reż. Peter Segal, wyk. Leslie Nielsen, Priscilla Presley, George Kennedy, O.J. Simpson, Fred Ward, Kathleen Freeman 17:35 Wiek Adaline - film melodramat, USA, Kanada, 2015, reż. Lee Toland Krieger, wyk. Blake Lively, Michiel Huisman, Harrison Ford	06:00 Przygody Kota w butach 06:55 101 dalmatyńczyków 08:55 Galileo 11:00 Święty 13:00 Król Lew W Lwiej Krainie na świat przychodzi królewski potomek - małe lwiatko o imieniu Simba. Tylko jeden mieszkaniec, brat samego króla Mufasy, nie zjawia się na uroczystości. Wkrótce nieswiadomy niczego Simba i jego odważny ojciec stają się ofiarami spisku, obmyślonego przez żądnego władzy Skazę. 14:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy 19:00 Galileo 20:00 Policjantki i Policjanci 22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
TELETURNIJ 17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:25 Postaw na milion 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:35 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 21:35 Hit na sobotę - Creed: Narodziny legendy - dramat, prod. USA, 2015, reż. Ryan Coogler, wyk. Michael B. Jordan, Sylvester Stallone, Tessa Thompson 23:55 Pluton - dramat wojenny, prod. USA, 1986, reż. Oliver Stone, wyk. Tom Berenger, Willem Dafoe, Charlie Sheen 02:00 Jaka to melodia? 02:50 Sezon na zabijanie	FILM SENSACYJNY 22:35 Prywatne śledztwo - film sensacyjny, prod. Polska, 1987, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Roman Wilhelm, Janusz Bukowski, Jan Jankowski, Andrzej Pieczyński, Jan Peszek, Piotr Dejmek, Mirosława Marcheluk, Jerzy Trela, Artur Barciś, Jacek Debski 00:25 Hobbitt: Pustkowcie Smauga - film fantasy, prod. Nowa Zelandia, USA, 2013, reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Orlando Bloom, Ian McKellen, Richard Armitage, Evangeline Lilly 03:05 Zakończenie dnia	KOMEDIA 20:00 Notting Hill - film komedia, Wielka Brytania, USA, 1999, reż. Roger Michell, wyk. Julia Roberts, Hugh Grant, Richard McCabe, Rhys Ifans, James Dreyfus, Dylan Moran 22:40 40-letni prawiczek - film komedia, USA, 2005, reż. Judd Apatow, wyk. Steve Carell, Catherine Keener, Paul Rudd, Romany Malco 01:00 Annabelle - film horror, USA, 2014, reż. John R. Leonetti, wyk. Annabelle Wallis, Ward Horton, Tony Amendola 03:05 Uwaga! - magazyn 03:25 Noc magii	THRILLER 00:10 Detonator - thriller, USA, Rumunia, 2006, reż. Leong Po-Chih Tajny agent C.I.A. Sonni Griffith jedzie do Polski, by zdemaskować handlarza bronią i zapobiec przygotowanej transakcji. Griffith pada ofiarą zdrady i trafia do więzienia, z którego jednak szybko uwalnia go C.I.A, lecz tylko po to, by natychmiast obarczyć go kolejną misją. 02:30 Tajemnice losu 04:55 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:40 Telezakupy TV Okazje	DRAMAT 20:30 Bilet do kina - Wolny strzelec - dramat, prod. USA, 2014 22:35 The Dillinger Escape Plan live at Hellfest 2017 - koncert 23:45 Seans kultowy - Ptak o kryształowym upierzeniu - dramat, prod. Włochy, Niemcy, 1970, reż. Dario Argento, wyk. Tony Musante 01:30 Scena Alternatywna w Opolu - Jazz Band Młynarski/Masecki i Kasia Lins - koncert 02:00 Informacje kulturalne - informator kulturalny 02:30 Wieczór kinomana - Marty - film fabularny, prod. USA, 1955	FILM AKCJI 20:00 Mocne sobotnie kino: W obronie własnej Emerytowany agent wydziału narkotykowego staje do walki z dilerem, który terroryzuje jego nowe miejsce zamieszkania. 21:55 Tryumf sprawiedliwości 23:30 Władcy ognia 01:50 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny 02:30 Na jedwabnym szlaku 03:15 Menu na miarę 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	FILM PRZYGODOWY 20:00 Harry Potter i więzień Azkabanu - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2004, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, David Thewlis, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane 23:00 Volta - film komedia, Polska, 2017, reż. Juliusz Machulski, wyk. Andrzej Zieliński, Olga Bołądż, Aleksandra Domańska, Michał Żurawski, Jacek Braciak, Joanna Szczepkowska 01:20 Druga strona medalu 02:25 Noc magii	FILM SENSACYJNY 00:05 Gallows Hill Owdowiały David ma się wkrótce ponownie ożenić. Ślub zaplanowany jest w Stanach, dokąd David chce powrócić z Bogoty razem z narzeczoną, Lauren i córką, Jill. Po drodze, w nieznanej i opustoszałej okolicy, przydarza im się wypadek. Lauren ma złamane dwa zęba, a samochód nie nadaje się do dalszej jazdy, więc postanawiają iść pieszo w poszukiwaniu pomocy i schronienia. 01:55 Kobiety i mafia 02:55 Zagadkowe zgony 03:25 Interwencja - magazyn 03:40 TOP 10 Lista Przebojów

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

niedziela22 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:15 Klan - telenowela TVP 06:05 Słownik polsko@polski - talk - show 06:35 Wojsko - polskie.pl - reportaż 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia 08:00 Tydzień 08:30 Zakochaj się w Polsce - magazyn 09:05 Ziarno - Wiara, nadzieja, miłość - magazyn 09:35 Las bliżej nas - magazyn 10:05 Skoki Narciarskie - Mistrzostwa Świata w lotach - Planica 12:25 Między ziemią a niebem - magazyn 12:30 Anioł Pański 12:45 Między ziemią a niebem - magazyn 13:20 BBC w Jedynce - Alpejskie opowieści 14:15 Z pamięci 14:25 Weterynarze z sercem	03:55 Koło fortuny - teleturniej 04:30 Dla niesłyszanych - Słowo na niedzielę - Najważniejsze jest niewidoczne dla oczu 04:40 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 06:20 Dla niesłyszanych - M jak miłość - serial TVP 07:15 Pytanie na śniadanie 11:15 Dance Dance Dance 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2020 - widowisko 16:20 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 16:50 Lepsza połowa - serial TVP 17:50 Zainwestuj w marzenia - serial TVP 18:00 Panorama 18:20 Pogoda 18:30 Na dobre i na złe - serial	04:50 Uwaga! - magazyn 05:15 Mango - telezakupy 07:25 Nowa Maja w ogrodzie 07:55 Akademia ogrodnika 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Efekt Domina 12:05 Co za tydzień - magazyn 12:40 Kod genetyczny 13:40 Ameryka Express 15:15 Sala samobójców. Hejter 15:50 Królowna Śnieżka - film komedia, USA, Kanada, 2012, reż. Tarsem Singh, wyk. Julia Roberts, Lily Collins, Armie Hammer, Nathan Lane 18:00 Dorota inspiruje	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Przygody Kota w butach 09:10 Dawno, dawno temu w Idolu 09:25 Kłopsiki i inne zjawiska pogodowe - komedia Flint Lockwood jest szalonym młodym naukowcem z małego miasteczka. Gdy jego najnowszy wynalazek niespodziewanie odlatuje w chmury, mężczyzna jest przekonany, że po raz kolejny stworzył urządzenie, które nie działa. 11:15 Brzdąc w opałach Trzej kidnaperzy postanawiają porwać dziecko zamożnego przemysłowca. Pod pretekstem sfotografowania chłopca pojawiają się w domu jego rodziców.	07:00 Teledyski 07:45 Informacje kulturalne 08:20 Serialowa nostalgia - Wszystkie stworzenia duże i małe 09:20 Od ucha do ucha 10:30 Od ucha do ucha 11:40 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 12:20 Louise nad morzem - dramat 13:50 Słomiany wdowiec - komedia, prod. USA, 1955, reż. Billy Wilder, wyk. Marilyn Monroe 15:40 Eufonia 2019 - Francesco Tristano - Conversations with Wojciech Kilar 16:45 Zaginione Skarby - Tryptyk „Emalia z Limoges” - film animowany 17:00 Niedziela z... Adamem Strugiem 20:00 Informacje kulturalne	05:35 Tajemnice medyczne 07:35 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 09:15 Rozbitkowie na Pacyfiku 11:20 Góra Czarownic Taksówkarz z Las Vegas pomaga dwójce pasażerów obdarzonych paranormalnymi zdolnościami w odkryciu sekretu tajemniczej góry. 13:30 Najpiękniejsze baśnie: Historia Kopciuszka 15:20 Pamiętnik księżniczki Nastolatka z San Francisco, Mia, dowiaduje się, że ojciec, którego nie znała, był następcą tronu małego państewka i że po jego śmierci to ona jest jedyną spadkobierczynią. 17:40 Uciekająca panna młoda	04:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 05:55 Mango - telezakupy 08:00 Sala samobójców. Hejter - kulisy produkcji 08:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:45 Hotel Paradise 11:45 Hotel Paradise - Rajskie Rozdanie 12:45 Zakochani po uszy - serial, Polska 15:00 Projekt Lady 16:00 Ślub od pierwszego wejrzenia 17:00 Harry Potter i więzień Azkabanu - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2004, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, David Thewlis, Michael Gambon, Alan Rickman	06:00 Przygody Kota w butach 06:55 101 dalmatyńczyków 07:55 Dzielna Mysz 08:10 Poszukiwacze świętej włóczni 10:35 Galileo 12:40 Gwiazdy Kabaretu 14:50 Król Lew - film animowany, prod. USA, 1994, reż. Allers Roger W Lwiej Krainie na świat przychodzi królewski potomek - małe lwiatko o imieniu Simba. Tylko jeden mieszkaniec, brat samego króla Mufasy, nie zjawia się na uroczystości. Wkrótce nieswiadomy niczego Simba i jego odważny ojciec stają się ofiarami spisku, obmyślonego przez żądnego władzy Skazę. 16:45 Czerwony skorpion 19:00 Galileo
SERIAL KRYMINALNY 15:05 Komisarz Alex - serial kryminalny prod. TVP 16:05 Postaw na milion - teleturniej 17:00 Teleexpress 17:30 Ośmiu wspaniałych - reality show 18:30 Jaka to melodia? 19:30 Wiadomości 20:15 Stulecie Winnych - serial TVP 21:15 To był rok! 22:20 Zakochana Jedynka - Jak ona to robi? - komedia, prod. USA 24:00 Creed: Narodziny legendy - dramat 02:25 Jaka to melodia? 03:20 Miłość nad fiordem. Koniec ery lodowcowej - film obyczajowy	SERIAL FABULARYZOWANY 19:25 Na sygnale - serial fabularyzowany TVP 20:00 Hobbitt: Pustkowcie Smauga - film fantasy, prod. Nowa Zelandia, USA, 2013, reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Orlando Bloom 22:45 Kino bez granic - Bardzo poszukiwany człowiek - thriller 00:55 Opowieści Podręcznej - dramat, prod. Niemcy, USA, 1990, reż. Volker Schlöndorff, wyk. Natasha Richardson, Robert Duvall, Faye Dunaway 02:50 Prywatne śledztwo - film sensacyjny 04:25 Zakończenie dnia	PROGRAM INFORMACYJNY 19:00 Fakty - program informacyjny 19:25 Sport 19:35 Pogoda 19:44 Raport smogowy 19:45 Uwaga! - magazyn 20:00 MasterChef Junior 21:30 Na skraju jutra - film S-F, USA, Kanada, 2014, reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Emily Blunt, Brendan Gleeson, Bill Paxton, Jonas Armstrong 23:55 Motywy - serial, Polska 00:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 01:55 Uwaga! - magazyn 02:15 Noc magii	FILM ANIMOWANY 13:30 Smerfy 2 - film animowany, USA, 2013, reż. Raja Gosnell, wyk. Brendan Gleeson, Hank Azaria, Mays Jayma, Neil Patrick Harris Gargamel po raz kolejny zagraża ich spokojnemu życiu. Tym razem okrutny czarownik tworzy podobne do smerfów stworki. 15:45 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 17:40 Nasz Nowy Dom 18:50 Wydarzenia 20:00 Państwo w Państwie 20:00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość 22:10 W rytmie serca 23:10 Ślad 00:10 Marsjanin	DRAMAT 20:30 Werdykt - dramat, prod. USA, 1982, reż. Sidney Lumet, wyk. Paul Newman 22:45 Scena alternatywna x 100 - Koncert Jubileuszowy 23:10 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 23:40 Dokument.pl - Boży Przemysłnicy 00:50 Kino nocne - Wolny strzelec - dramat, prod. USA, 2014 03:00 Jest naprawdę ekstra 03:30 Informacje kulturalne 04:05 Teraz animacje! - Pożeracz truskawek 04:20 Teraz animacje! - Manifestacja geniuszu w czterech aktach	FILM SENSACYJNY 20:00 Niedziela z gwiazdami: Bodyguard zawodowiec Światowej klasy ochroniarz dostaje za zadanie zadbać o bezpieczeństwo zawodowego zabójcy, który zeznaje w Międzynarodowym Trybunale Karnym. 22:15 Angielska robota 00:35 Ninja 02:10 Na wariackich papierach 03:25 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 04:10 Menu na miarę 04:55 Z archiwum policji - serial dokumentalny	FILM PRZYGODOWY 20:00 Piraci z Karaimów: Kłątwa czarnej perły - film przygodowy, USA, 2003, reż. Gore Verbinski, wyk. Johnny Depp, Geoffrey Rush, Orlando Bloom, Keira Knightley, Jack Davenport, Jonathan Pryce 23:00 Looper: Pętla czasu - film sensacyjny, USA, 2012, reż. Rian Johnson, wyk. Joseph Gordon-Levitt, Bruce Willis, Emily Blunt, Paul Dano, Noah Segan, Piper Perabo, Jeff Daniels 01:25 Druga strona medalu - talk show 02:35 Noc magii - program ezoteryczny	FILM AKCJI 20:00 W otchłani - film akcji, Kanada, USA, 2018, reż. Patriki Pasha Scott i Marco budzą się w sąsiadujących ze sobą celach na łodzi podwodnej, wyposażonej w głowice nuklearne. Czy uda im się wydostać ze śmiertelnie niebezpiecznej pułapki i odkryć, kto i dlaczego ich uwięził? 22:20 Czas Apokalipsy Kapitan sił specjalnych, Willard ma wytropić i zabić tajemniczego pułkownika Kurtza. 02:00 Kobiety i mafia 03:05 Interwencja 03:40 TOP 10 Lista Przebojów 05:45 Telezakupy TV Okazje

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

poniedziałek

23 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej 05:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 06:15 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019 07:10 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Korona królów - taka historia... - telenowela 09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP 10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 12:00 Wiadomości 12:15 Agrobiznes 12:35 Agropogoda - magazyn 12:40 To się opłaca - magazyn 12:55 BBC w Jedynce - Alpejskie opowieści SERIAL OBYCZAJOWY  14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 16:50 Zapowiedź Teleexpress 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:25 Jaka to melodia? 18:00 Klan - telenowela TVP 18:30 Korona królów 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Teatr Telewizji - Zemsta 22:50 Świat bez fikcji - Ślub za milion dolarów - film 23:55 Archiwista - serial TVP 00:50 To był rok!	04:40 Koło fortuny - teleturniej 05:15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial, prod. Niemcy, 2016 06:10 Coś dla Ciebie - magazyn 06:35 Familiada - teleturniej 07:05 Przepis dnia 07:15 Pytanie na śniadanie 11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 12:00 Barwy szczęścia - serial 12:35 Koło fortuny 13:10 Va Banque - teleturniej 13:35 Na sygnale - serial fabularny TVP 14:05 Coś dla Ciebie - magazyn 14:30 Operacja Zdrowie - Otyłość - magazyn medyczny 15:00 Koło Fortuny - extra - teleturniej 15:05 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial SERIAL OBYCZAJOWY  15:50 Zainwestuj w marzenia - serial TVP 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:10 Więzień miłości 18:00 Panorama 18:30 Va Banque - teleturniej 18:55 Rodzinka.pl - serial 19:30 Barwy szczęścia - serial 19:55 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial TVP 21:50 O mnie się nie martw 22:50 Trzy dni Kondora - serial, prod. USA, 2018 23:50 Birdman czyli - dramat 02:00 Głęboka woda - serial 02:55 Bardzo poszukiwany człowiek - thriller	04:50 Uwaga! - magazyn 05:15 Mango - telezakupy 06:20 Nowa Maja w ogrodzie 06:50 Akademia ogrodnika 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 08:00 Dzień Dobry TVN 11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy 12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:15 Szpital - program obyczajowy 14:15 Detektywi - program kryminalny 15:25 Efekt Domina 16:00 Szpital - program obyczajowy 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 Ukryta prawda 19:00 Fakty 19:49 Raport smogowy 19:50 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:30 Kod genetyczny 22:35 Chłopak z sąsiedztwa - film sensacyjny, USA, 2015, reż. Rob Cohen, wyk. Jennifer Lopez, Ryan Guzman, Ian Nelson, John Corbett Zdradzona kobieta ulega nastroletniemu sąsiadowi, który jest bardzo niebezpieczny. 00:20 Co za tydzień - magazyn 00:55 Wewnętrzny wróg - serial, USA 01:55 Uwaga! - magazyn 02:20 Noc magii	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Malanowski i Partnerzy 10:00 Sekrety rodziny 11:00 Dlaczego ja? 12:00 Gliniarze 13:00 Trudne sprawy 14:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska 14:45 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Świat według Kiepskich - serial obyczajowy FILM SENSACYJNY  20:05 MEGA HIT - Marsjanin - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, 2015, reż. Scott Ridley, wyk. Jeff Daniels, Jessica Chastain, Kate Mara Strasliwa burza piaskowa sprawia, że marsjańska ekspedycja, w której skład wchodzi Mark Watney, musi ratować się ucieczką z Czerwonej Planety. 23:15 Terminator 3: Jednym strzałem 01:45 Jack Reacher: Jednym strzałem 04:35 Kabarety 04:55 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:40 Telezakupy TV Okazje	07:00 Niezapomniany Leonard Bernstein - Spotkania z muzyką - Geniusz Paula Hindemitha 08:05 Informacje kulturalne 08:30 Studio Kultura 08:50 Rzymskie wakacje - komedia romantyczna, prod. USA, 1953, reż. William Wyler, wyk. Gregory Peck, Audrey Hepburn 11:00 Blisko, coraz bliżej - serial TVP 12:30 Mała sprawa - film TVP 13:25 Poszukując Lennona - film dokumentalny 15:05 Studio Kultura 15:20 Niedziela z... Adamem Strugiem 16:15 Westerplatte - dramat 18:00 Legendy polskiego teatru 19:10 Teledyski 19:30 Trzeci punkt widzenia 20:00 Informacje kulturalne DRAMAT  20:30 Panorama kina polskiego - Bikini Blue - dramat, prod. Wielka Brytania, Polska, 2016, reż. Jarosław Marszewski 22:00 Powidoki - Homer 22:15 Antyfonie - Biuro Dźwięku Katowice - film 22:45 Więcej niż fikcja - Indie: ostatnie objazdowe kina - film dokumentalny 23:50 Żelazna kłasyka - Sobowtór - dramat historyczny, prod. Japonia, USA, 1980 02:40 Informacje kulturalne 03:10 Kino nocne - Pułapka - film sensacyjny 05:15 Teledyski 05:30 Afisz kulturalny 05:50 Zakończenie dnia	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 08:00 Reporterzy. Z życia wzięte 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Zaklinaczka duchów - Dzięki swojemu darowi Melinda Gordon potrafi komunikować się z zagubionymi duszami zmarłych ludzi i pomaga im przejść na drugą stronę. 12:00 Kobra - oddział specjalny 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial 16:00 Reporterzy. Z życia wzięte 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial 20:00 Ninja THRILLER  21:45 Krzyżowy ogień - thriller Dwóch płatnych zabójców dostaje zlecenie zlikwidowania narkotykowego bossa. Gdy okaże się, że cel chroniony jest przez agentów Interpolu, zawodowcy zawierają sojusz, by wspólnie wykonać zadanie. 23:45 Ochroniarz 01:50 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny 02:30 Niesamowite! 03:55 Na jedwabnym szlaku 04:35 Z archiwum policji 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	05:00 Szkoła 06:00 Mango telezakupy 07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Idealna niania - program obyczajowy 12:10 Sąd rodzinny - program sądowy 13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:15 Szkoła 15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:15 19+ - obyczajowy 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła 19:00 19+ - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise - film komedia, Polska, 2017 FILM PRZYGODOWY  23:10 Harry Potter i więzień Azkabanu - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2004, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, David Thewlis, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Gary Oldman, Emma Thompson, Julie Christie, Timothy Spall Zwiezieniu ucieka Syriusz Black, Harry nie może już czuć się bezpiecznie w szkole. 02:05 Druga strona medalu - talk show 02:40 Noc magii - program ezoteryczny	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Święty 09:30 Demakijaż 10:00 Przez żołądek do serca 10:30 Demakijaż 11:00 Awantura o kasę 13:00 Magicy z ulicy 13:30 STOP Drogówka 14:30 Emil pogromca mandatów 15:00 Policjantki i Policjanci - Policjanci z dwóch komend codziennie interweniują, począwszy od pijackich melin, a skończywszy na domowych kłótniach. 16:00 Słoneczny patrol 18:00 Sekrety Sąsiadów 18:30 Święty 19:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy 20:00 Święty 20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny FILM OBYCZAJOWY  21:40 Waleśa. Człowiek z nadziei - Kontrowersyjny, niepozawiony słabości wywołał ukryte w sercach milionów ludzi marzenie o wolności, co dało energię dla przemian przerażających ówczesną wyobraźnię. Historia Waleśy ma jednak nie tylko psychologiczny czy lokalny wymiar. Jej kontekstem jest wielka międzynarodowa polityka. 00:05 Conan niszczyciel 02:20 Galileo - popularno-naukowy prod. Polska 03:20 Graffiti 03:35 SuperLudzie 04:05 Magazyn Atletki Polsat

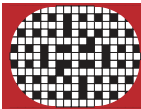
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

wtorek

24 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Jeden z dziesięciu 05:35 Jaka to melodia? 06:15 Przysięga - serial 07:05 Elif - serial, prod. Turcja 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Korona królów - telenowela historyczna TVP 09:20 Ranczo - serial 10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 12:00 Wiadomości 12:15 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 Natura w Jedynce - Atlantyckie olbrzymy 14:00 Elif - serial, prod. Turcja 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress TELETURNIJ  17:25 Jaka to melodia? - teleturniej 18:00 Klan - telenowela TVP 18:30 Korona królów 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 20:55 Zniwielona. Kulisy 21:05 Zniwielona - serial 21:55 Magazyn Ekspresu Reporterów 23:00 Ocaleni - reality show 00:05 Głębia ostrości 00:35 Ostatni pociąg z Haserabadu - film przygodowy, prod. Wielka Brytania, 1959 02:55 Bez tożsamości - serial 03:45 Magazyn Ekspresu Reporterów	05:15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 06:10 Światelko nadziei 06:35 Familiada - teleturniej 07:05 Przepis dnia 07:15 Pytanie na śniadanie 11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 12:00 Barwy szczęścia 12:35 Koło fortuny 13:10 Va Banque - teleturniej 13:40 Na sygnale - serial fabularny TVP 14:15 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial TVP 15:00 Koło Fortuny 15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:10 Więzień miłości 18:00 Panorama 18:25 Pogoda 18:30 Va Banque - teleturniej 18:55 Rodzinka.pl - serial SERIAL OBYCZAJOWY  19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. TVP 19:55 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial TVP 21:50 Echo serca - serial TVP 22:45 Zainwestuj w marzenia - serial TVP 22:55 Ludzkie historie - Bruce Lee i Hajduk - film 00:25 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 00:55 O mnie się nie martw - serial komediowy TVP 01:55 Nowa - serial TVP 02:50 Świat wiejska 04:35 Brańsk - miasto Sprawiedliwych	04:50 Uwaga! - magazyn 05:15 Mango - telezakupy 06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:50 Doradca smaku - program kulinarny 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy 12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:15 Szpital - program obyczajowy 14:15 Detektywi - program kryminalny 15:25 Milionerzy 16:00 Szpital - program obyczajowy 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 18:00 Ukryta prawda 19:00 Fakty 19:49 Raport smogowy MAGAZYN  19:50 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku 20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:30 Motyw - serial, Polska 22:30 Kuba Wojewódzki - talk show 00:05 36, 6 - obyczajowy 01:05 Zabójcza broń - serial, USA 02:05 Uwaga! - magazyn prod. Polska 02:30 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Malanowski i Partnerzy 10:00 Sekrety rodziny 11:00 Dlaczego ja? 12:00 Gliniarze 13:00 Trudne sprawy 14:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska 14:45 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Świat według Kiepskich - serial komediowy FILM SENSACYJNY  20:10 Jack Reacher: Jednym strzałem - W Pittsburghu zostaje zastrzelonych pięć przypadkowych osób. Dowody wskazują na byłego wojskowego i wyszkolonego snajpera Jamesa Barra, który zostaje aresztowany. Mężczyzna twierdzi, że jest niewinny. 22:55 Pewnego razu w Meksyku: Desperado 2 01:20 Foxcatcher 04:15 Kabarety 04:55 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:40 Telezakupy TV Okazje	07:00 Afisz kulturalny 07:20 Teledyski 08:00 Informacje kulturalne 08:25 Studio Kultura 08:40 W trawie - film animowany 08:55 Człowiek i chleb - film dokumentalny 09:15 Westerplatte - dramat wojenny, prod. Polska, 1967, reż. Stanisław Hubner, Arkadiusz Bazak, Tadeusz Schmidt, Józef Nowak, Tadeusz Pluciński, Bogusz Bilewski 11:00 Blisko, coraz bliżej - serial TVP 12:30 Kino objazdowe - film obyczajowy, prod. Polska, 1986 13:40 Sztuka Francji - serial dokumentalny 14:40 Studio Kultura 14:55 Słzak Kolberga 15:25 Docent H. - film FILM OBYCZAJOWY  16:00 Prawie jak matka - film obyczajowy, prod. Brazylia, 2015 18:00 Dokument.pl - Boży Przemysł - film dokumentalny 19:00 Teledyski 19:15 Powidoki - Homer 19:25 Antyfonie - Biuro Dźwięku Katowice - film 20:00 Informacje kulturalne 20:30 Widnokrag 20:45 Teatr Telewizji 23:00 Lekkie obyczaje - Dzika namietność, prod. USA 01:00 Młoda Polsk 01:40 Nocny dokument - Sztuka Skandynawii 02:45 Panorama kina polskiego - Bikini Blue - dramat	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 08:00 Reporterzy. Z życia wzięte 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Zaklinaczka duchów - Redakcja niewielkiego portalu informacyjnego mieści się w Barczynie - niewielkiej miejscowości powiatowej, jednak kryjącej wiele tajemnic. 12:00 Kobra - oddział specjalny 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 16:00 Reporterzy. Z życia wzięte 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła 19:00 19+ - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise SERIAL OBYCZAJOWY  18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Połączenie - Operatorka linii alarmowej odbiera telefon od dziewczyny uwięzionej w bagażniku samochodu porwany. 21:55 W obronie własnej 23:55 Wiosła w dłoń 01:55 Zobacz to! Blok powtórkowy: Tajemnice medyczne 02:55 Na jedwabnym szlaku 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	05:00 Szkoła 06:00 Mango 07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Idealna niania - program obyczajowy 12:10 Sąd rodzinny - program sądowy 13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:15 Szkoła 15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:15 19+ - obyczajowy 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła 19:00 19+ - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise MELODRAMAT  21:00 Wiek Adaline - film melodramat, USA, Kanada, 2015, reż. Lee Toland Krieger, wyk. Blake Lively, Michiel Huisman, Harrison Ford, Kathy Baker, Ellen Burstyn 23:30 Wrogowie publiczni - film sensacyjny, USA, Japonia, 2009, reż. Michael Mann, wyk. Christian Bale, Johnny Deep, Marion Cotillard, Stephen Graham, David Wenham, Stephen Dorff 02:15 Druga strona medalu - talk show 02:50 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Święty 09:30 Demakijaż 10:00 Przez żołądek do serca 10:30 Demakijaż 11:00 Awantura o kasę 13:00 Magicy z ulicy 13:30 STOP Drogówka 14:30 Emil pogromca mandatów 15:00 Policjantki i Policjanci 16:00 Słoneczny patrol 18:00 Sekrety Sąsiadów 18:30 Święty 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Święty 20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:40 W otchłani - Scott i Marco budzą się w sąsiadujących ze sobą celach na łodzi podwodnej, wyposażonej w głowice nuklearne. 23:50 Paragraf 78 - W rosyjskim laboratorium na Morzu Arktycznym uruchomiony zostaje alarm, który może zdekonspirować tę placówkę. By temu zapobiec na miejsce musi zostać wysłana grupa najlepszych komandosów. Mający stanąć na czele tej operacji Gudvin zbiera ludzi, z którymi kiedyś służył w jednym oddziale, w jakim doszło do buntu przeciw dowódcy. 02:35 SuperLudzie 03:05 Magazyn Atletki Polsat Sport 2020 03:40 Trans World Sport 2020

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



ROZRYWKOWE TO I OWO nr 188

Redaguje:
Władysław Firlik

1. CZAS NA ŚNIADANIE

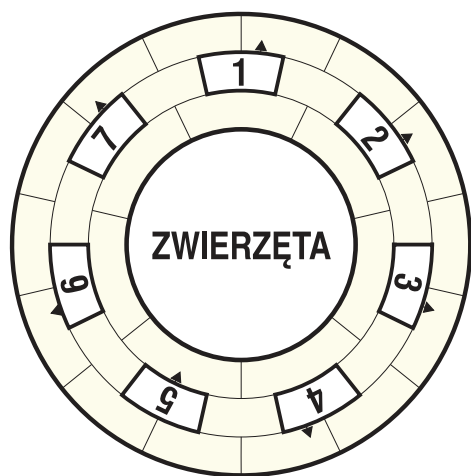
GLEBOKI UKŁON PUBLICZNY WYSTĘP	PROTES- TANCKI KSIĄDZ	ZASTĘP- CA REKTORA	16	DRAPIEŻNA RYBA BŁAZEN OSTATNICH JAGIELLONÓW	GWA- ROWO- KOCHA- NEK	POD NOGĄ KIE- ROWCY	35	KRÓTKI MIECZ	SZTABA WZMAC- NIAJĄCA DRZWI
KOREK Z GWIN- TEM	15	36	MOWA PLATONA						
			28		CICHA RZĘKA ZALICZ- KA		34	29	
PLUCHA, SZAR- RUGA	12			DIABEŁ, BIES		13	30		
GRÓD KOPER- NIKA			31	USYPIS- KO PRZY KOPALNI					
		37	6	POCZA- TEK JAZ- DY AUTO- BUSU	OSIADŁA POSTAĆ JAMO- CHŁONÓW	DESEN NA TKANINIE		14	
AUTOR DRAMATU „NOSO- ROZEC”	WYRAZ	RODZAJ KONKUR- SU W GAZECIE		4					
BŁĘDNY OKRĄG	BRAT OJCA	PIWOSZ		25	DWIE SZYNY		7		ZWOLEN- NIK NAGOŚCI
				KSIĄDZ W WOJSKU SZPIK KOSTNY		20	33	2	
RYBACI NAD MORZEM				KOMPLET NACZYŃ STOŁO- WYCH	OGON WIE- WIÓRKI		11	3	
	17			CZEŚĆ UPRZEŻY LEŃ OBIBOK		5			
PRZEKOP ODMIA- NA KRZY- ŻÓWKI	18		21	WZMO- ŻENIE AKTYW- NOŚCI					32
SLUP NA JACHCIE	DZIEŁO KARTO- GRAFA	PIERŚCIEN RAF KORA- LOWYCH							
TACA DO CIASTA			27						
			26	8	22				
UNIE- SIENIE PRY- WATKA	1	9	23						
10				SCHLE- BIANIE, LIZU- SOSTWO		24	19		

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 37 utworzą wypowiedź małżonka.

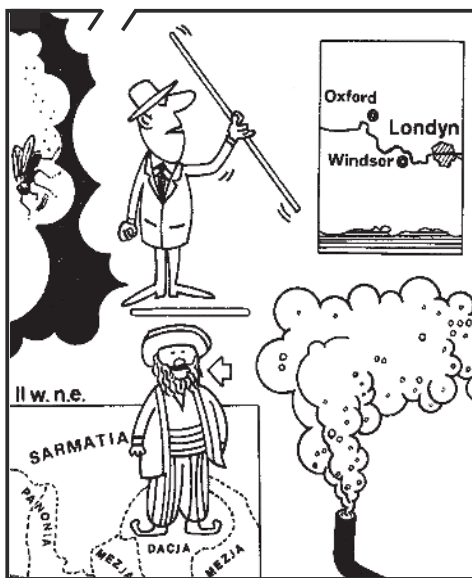
5. HOMONIM

Pewien Krak w pradawnej dobie,
chciał zostawić coś po sobie.
Krótco dumał nad tym _____ / _____
i założył miasto _____.

8. WIRÓWKA OBRAZKOWA

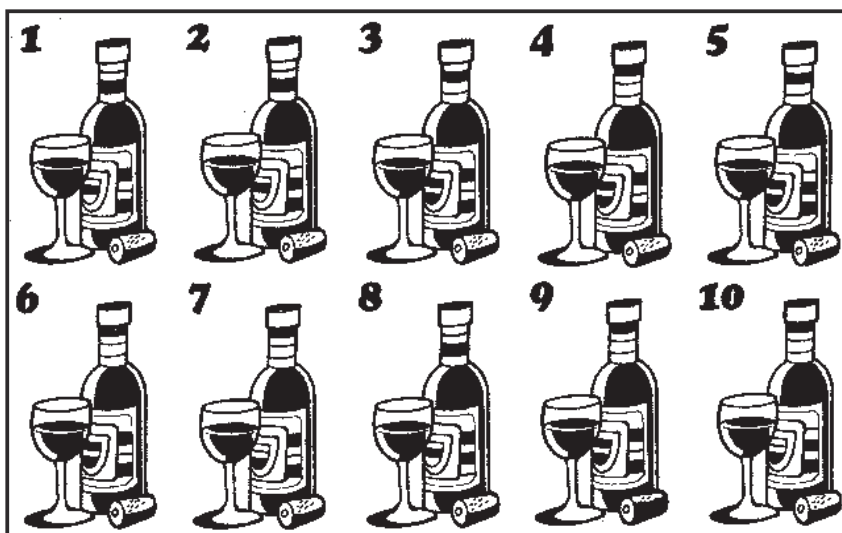


6. REBUS KOŁOWY



Początkowe litery: P. Z. C., K. Z. D.

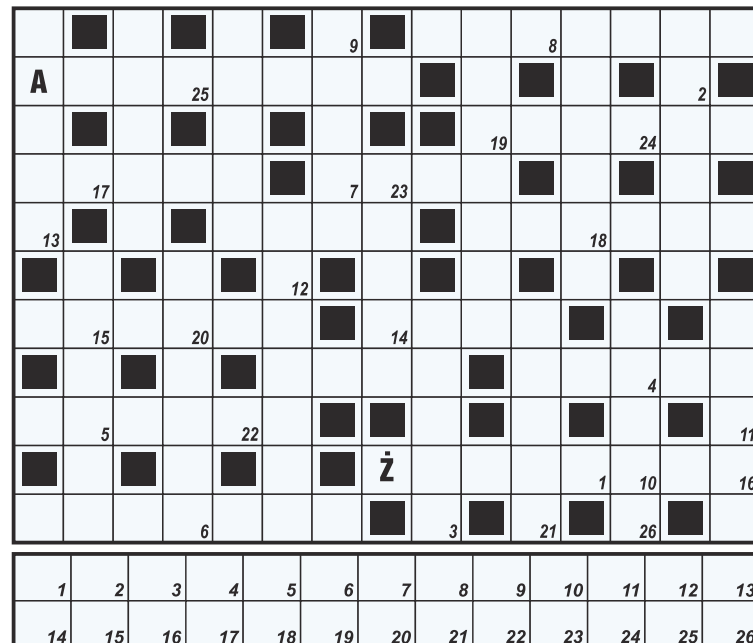
10. JAK DWIE KROPLE WODY



Tylko dwa rysunki podobne są do siebie jak dwie krople wody. Jakie są numery tych bliźniaków?

2. KRZYŻÓWKA OD A DO Ź

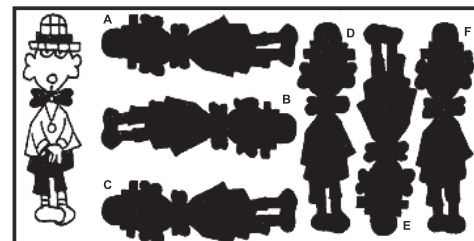
Każdy odgadywany wyraz (w nawiasach liczby liter) zaczyna się literą poprzedzającą jego definicję. Litery z pól ponumerowanych od 1 do 26 utworzą aforyzm Adolfa Loosa.



- A) używany do produkcji trucznic przeciw gryzoniom (8),
B) bok kadłuba okrętu (5),
C) diagramowe zadanie szaradziarskie (6),
Ć) buraki z chrzanem (6),
D) do czasu wodę nosi (5),
E) największa wśród antylop krętorogich (5),
F) król sukienki (5),
G) ortopedyczny (6),
H) żony muzułmanki (5),
I) uchwyt w tokarce (4),
J) od traisu do kredy (4),
K) wóz pogrzebowy (7),
L) skręcana z konopi (4),
Ł) szloch (6),
M) świętuje 29 maja (7),
N) wyodrębniona część organizmu zwierzęcego (6),
O) motyl (4),
P) Księżyc w całej okazałości (6),
R) dawny posterunek miejski, u wylotu głównej arterii (7),
S) ryba słodkowodna; głąbiel (5),

- T) instrument Louisa Armstronga (6),
U) pochylenie głowy przy powitaniu (5),
V) Giuseppe, kompozytor (5),
W) figura w kartach (5),
Y) miasto w Szwecji, koniec trasy promowej ze Szwajcarii (5),
Z) to, co nas omamia (5),
Ż) w tęczówce (7),
Ż) w skupie złomu (8).

3. CIEŃ

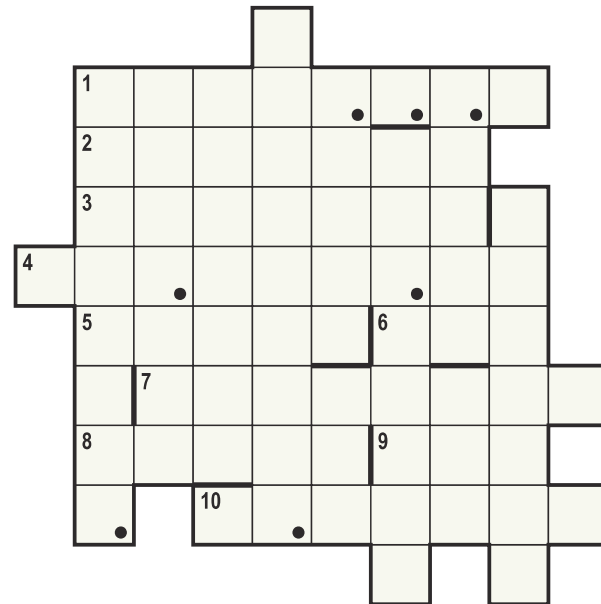


Który z cieni (spośród A-F) idealnie pasuje do widocznego obok nich mężczyzny? Na pewno tylko jeden cień jest idealny.

4. HOMONIM

Ach, jaka śliczna to _____,
ale jej cena jest _____!

7. KRZYŻÓWKA MAGICZNA



Litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.

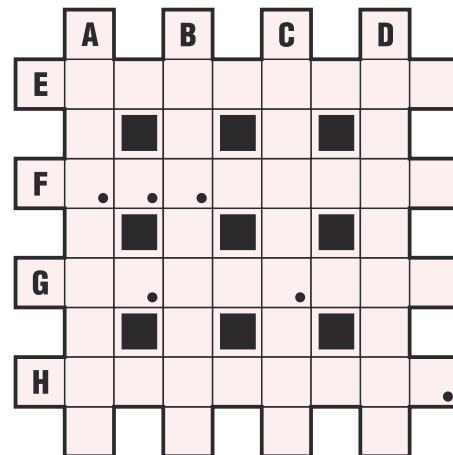
- 1) ciasto na tort, 2) zajmuje się chorobami wewnętrznymi, 3) w sędziwym wieku, 4) pogłębiarka, 5) porzeczek lub agrestu, 6) dopływ Dunaju, 7) ból o charakterze napadowym, newralgia, 8) łapka, 9) knieja, 10) miasto w pobliżu Będzina.

9. HOMONIM CEPELIOWSKI

Choć mnie inne bronie _____

to poczekać one muszą.
Jeszcze _____ słabo
władam,
choć uczy mnie wuj Adam.

11. KRZYŻÓWKA OD A DO H



- A) przyrząd medyczny do odsysania płynów podczas operacji, ssak, B) chorobliwy lęk przed głębią, C) w policzek lub w rękę, D) złodziej kieszonkowy, E) schody ruchome, F) nauka o nauce, G) rośnięcie ciasta, H) zbiór kazań objaśniających „Biblię”.

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

ROZRYWKOWE TO I OWO
KUPON - 188

USŁUGI KOSMETYCZNE WELLNESS

Podolog

Izabela Nowakowska

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

Pułtusk
ul. Rynek 19

517 704 405

ZDROWIE

przychodnie



■ **ULTRAMEDICA CENTRUM ZDROWIA KOBIETY**
- ginekologia kompleksowo, prowadzenie ciąży USG 3D/4D
- ortopedia dziecięca i dla dorosłych
- proktolog, również zabiegi
- dietetyk kliniczny,
ul. Sienkiewicza 10, tel. 518 447 748
www.umedica.pl
LEG 51037

lekarze

■ **Dr. n.med. pediatra - neonatolog Maria Gudyka-Piórkowska**
L-wo, Sienkiewicza 30,
601593502, 22 784 14 18
LEG 51083

■ **Dr n.med Robert Piórkowski**
Gabinet ginekologiczny L-wo
ul. Husarska 9 blok 107,
22 7841418, 601 391 910
LEG 51082

■ **GABINET ENDOKRYNOLOGICZNO GINEKOLOGICZNY**
dr nauk med. Tadeusz Podsiadłowski
L-wo ul. Zegrzyńska 11 A pon.- pt
- całodobowo, leczenie trądziku
784 81 98, 602 272 345
LEG 51038

ULTRASONOGRAFIA
lek. med. Wojciech Trojanowski
wlewy dożylnie: witaminowe,
odtruwające, dla sportowców,
uzupełniające niedobory, L-wo
ul. Zegrzyńska 1 D. Zapraszamy!
Galeria Zegrzyńska 604 111 162
LEG 51081

inne



■ **Pedicure podologiczny.** Klamra na wrastający paznokieć. Usuwanie: odcisków, modzeli, nagniotków, brodawek, zrogowiałego naskórka.
Pułtusk, ul. Rynek 19, 517 704 405
https://www.facebook.com/UslugiKosmetyczneWellness
PUL 50564

SPORT i URODA

TURYSTYKA

GARAŻE Blaszane BRAMY Garażowe KOJCE dla Psów

Najniższe **CENY**
Różne wymiary
Transport i montaż
GRATIS cały KRAJ
Dogodne **RATY**

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

GARAŻE WZMOCNIONE

USŁUGI

remont i budowa

- A dachy papa obróbki 503083572
LEG 51123
- Brukarstwo, pełny zakres 606196690
LEG 51134
- Budowa domów, rozbudowy, wykończenia, gładzie, płytki 603810982
PUL 51167
- Docieplenia budynków, pełny zakres 606196690
LEG 51135
- Doswiadczona ekipa podejmie Remonty mieszkań, lokali, pełen zakres, małe i duże powierzchnie 794076805
NDM 51173
- Elektryka instalawie 605401964
LEG 50942
- Glazura remonty solidnie 602670035
NDM 50955
- Glazura, terakota, malowanie, panele, g-k 694003120
LEG 51157

HYDRAULIK 512 121 552
PUL 51052

Prace budowlane – remonty
Rozsądna cena za solidną pracę.
508-074-201
LEG 50958

Usługi remontowe. Adaptacje poddaszy, sufitów podwieszane, zabudowy g-k, gładź gipsowa, układanie paneli, malowanie.
Konkurencyjne ceny. 604136415
LEG 51096



ŻŁOTA RĄCZKA - usługi budowlane, hydrauliczne, elektryka, mniejsze i większe remonty.
Szybko, tanio i solidnie. Referencje. 735953829
LEG 50755

ogrodnicze



WYCINKA DRZEW METODĄ ALPINISTYCZNĄ
- SEKCYJNA WYCINKA DRZEW
- PRZycinanie, prześwietlanie koron drzew
- USŁUGI REKARIEM, ZREBKOWANIE GAŁĘZI KONARÓW MARCHNICH
- USŁUGI REKARIEM, ZREBKOWANIE GAŁĘZI I AZ WYWOZU
698 991 470
Z PODNOŚNIKA - MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE - PROFESJONALNIE
■ Wycinka drzew metodą alpinistyczną
- sekcynowa 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 50825

transport

ASEN-PSP
WYWOZ NIECZYSTOŚCI PŁYNNYCH
tel. 508 604 643

■ **ASEN-PSP**
Wywóz nieczystości płynnych
508 604 643
PUL 50916

naprawy

■ Komputery, dojazd 513820998
LEG 50583

finanse i prawo

■ **BIURO RACHUNKOWE Anna Świecka**
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 50855

inne

■ Mycie, malowanie dachów, elewacji i kostki brukowej 507567910
LEG 51125

BIZNES

■ Dywany-Wykładziny-Chodniki Kacice 11A k/Pułtusk 23/692 58 49
PUL 50993

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam działkę

- Działka 1000m Józefów 669424125
LEG 51097
- Grunt 4ha gm. Zatory 603810982
PUL 51168
- Skrzyszew 601264736
LEG 51171

kupię nieruchomość



■ **KUPIĘ MIESZKANIE BEZPOŚREDNIO**
TEL: 512-941-393. 512941393
LEG 51122

■ Szukam domu murowanego w Jabłonie i okolicy do 10km 517479625
LEG 51147

do wynajęcia

■ !Do wynajęcia w Pułtusku mieszkanie dla kobiety, tanio 509 661 909
PUL 51150

■ L-wo, pokój w bloku 668331061
LEG 51162

ROLNICTWO

sprzedam

■ Sprzedam 1,5 ha ziemi w Moszynie. 517198257
PUL 51101

kupię

- Kupię kopaczkę i sadzarkę polską 515 443 801
PUL 51160
- Kupię ziemniaki żółte i inne warzywa. Nawiążę stałą współpracę na odbiór 501 018 521
PUL 51138

ZWIERZĘTA

na 4 łapy



■ 4 uratowane Maluszki w tym 1 chłopiec, w wieku ok. 17 tygodni są gotowe do adopcji, odrobaczone i odpchłone. Dzieciaki są łagodne, bardzo komunikatywne, energiczne. Gromadka szuka domów niewychodzących. Tel: 505 115 269
LEG 51177



■ Bruno to roczny unikatowo umaszczonej (w pregl) mieszaniec (MIX bokser/amstał/pitbull/dogo canario) o wadze 25kg. Pies znaleziony w Sochaczewie 06. 2019 r. Jest idealny na szkolenie obronne, choć brak mu pewności siebie (wymaga socjalizacji), ale warto to wspinały mądry chłopak. Szukamy dla Bruna domu bez małych dzieci (nie kontroluje swojej siły), z innym psem o podobnej żywiołowości do zabawy. Czy znajdzie się SPORTOWIEC, który podejmie wyzwanie aktywności Bruna? WŁAŚCICIELU, GDZIE JESTEŚ? Dom Tymczasowy/umowa Adopcji. Tel: 505 437 406
NDM 51174



■ Sandra to około 2 letnia średniej wielkości 16 kg suczka znaleziona na terenie gminy Wieliszew w czerwonej obróżce. Jest zaczipowana, ale jej numer nie został wprowadzony do bazy danych. Psinka jest bardzo przyjacielska, wesoła i grzeczna. Świetnie radzi sobie chodząc na smyczy. WŁAŚCICIELU, GDZIE JESTEŚ? Możliwa Adopcja po 14-dniowej kwarantannie. Tel: 795 845 242 fundacja psom.pl
NDM 51176

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

Słodkie Marzenia
Pracownia tortów artystycznych

Sylvia Szajter-Ziółek
ul. Polna 37A
05-124 Skrzyszew
tel. 515 135 884

Wiecej 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!



www.salasamba.pl

e-mail: wtio@tio.com.pl



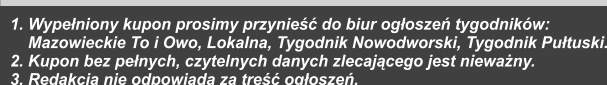
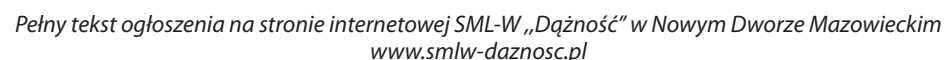
www.foto-legionowo.pl

Z DOŚWIADCZENIEM.
PRACOWNIA W JABŁONNIE.
KONTAKT 504-017-573

**RUSZTOWANIA
ZAGĘSZCZARKI
MŁOTY WYBURZENIOWE
CYKLINIARKI I INNE**

05-120 Legionowo, ul. Bolesława Chrobrego 49c
tel. (022) 784 50 88

fax: 22 774 18 92



Zlecający
(Tylko do wiadomości redakcji)

.....
imie

nazwisk

ulica

numer domu

kod. miejscowość

.....
podpis



GOŚCINNOŚĆ OD POKOLEŃ —
www.hotelstbruno.pl



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

JUŻ JESTEM NA ŚWIECIE...



29.02.2020 r. na świat przyszedł Wojciech, syn Katarzyny i Michała Przybysz. W chwili urodzenia ważył 3450 g i mierzył 57 cm.



3.03.2020 r. na świat przyszedł Bartosz, syn Sylwii i Damiana Traczyków. W chwili urodzenia ważył 2900 g i mierzył 52 cm.

fotozaneta.pl



4.03.2020 r. na świat przyszedł Patryk, syn Aleksandry Sinko i Pawła Iwanickiego. W chwili urodzenia ważył 4500 g i mierzył 56 cm.

fotozaneta.pl



4.03.2020 r. na świat przyszedł Patryk, syn Eweliny i Sebastiana Jabłońskich. W chwili urodzenia ważył 3750 g i mierzył 55 cm.

fotozaneta.pl



4.03.2020 r. na świat przyszedł syn Agnieszki i Marcina Michalczyków. W chwili urodzenia ważył 3650 g i mierzył 53 cm.

fotozaneta.pl

Zamek Gniew

HOTEL RESTAURACJA KONFERENCJE

www.zamek-gniew.pl • sprzedaz@zamek-gniew.pl • tel. 58 535 25 37

NA BIEŻĄCO. Komendant Główny Policji apeluje o rozsądek

Oszuści sieją panikę niepotwierdzonymi informacjami!

W związku z nieuzasadnioną paniką wywołaną w trakcie pandemii koronawirusa, apelujemy o rozsądek, odpowiedzialność i nie powielanie kłamstw - #FakeNews!

Kilka dni temu pojawili się oszuści próbujący wykorzystać obecną sytuację. Obecnie dostrzegamy kolejne „haniebne zachowania” - głównie w mediach społecznościowych oraz za pomocą komunikatorów przekazywane są **nieprawdziwe informacje** dotyczące rzekomych zagrożeń, działań służb państwowych, które nie mają miejsca czy nawołujące wprost do paniki - są to niedopuszczalne i nieodpowiedzialne zachowania, nie mające żadnego oparcia w prawdzie.

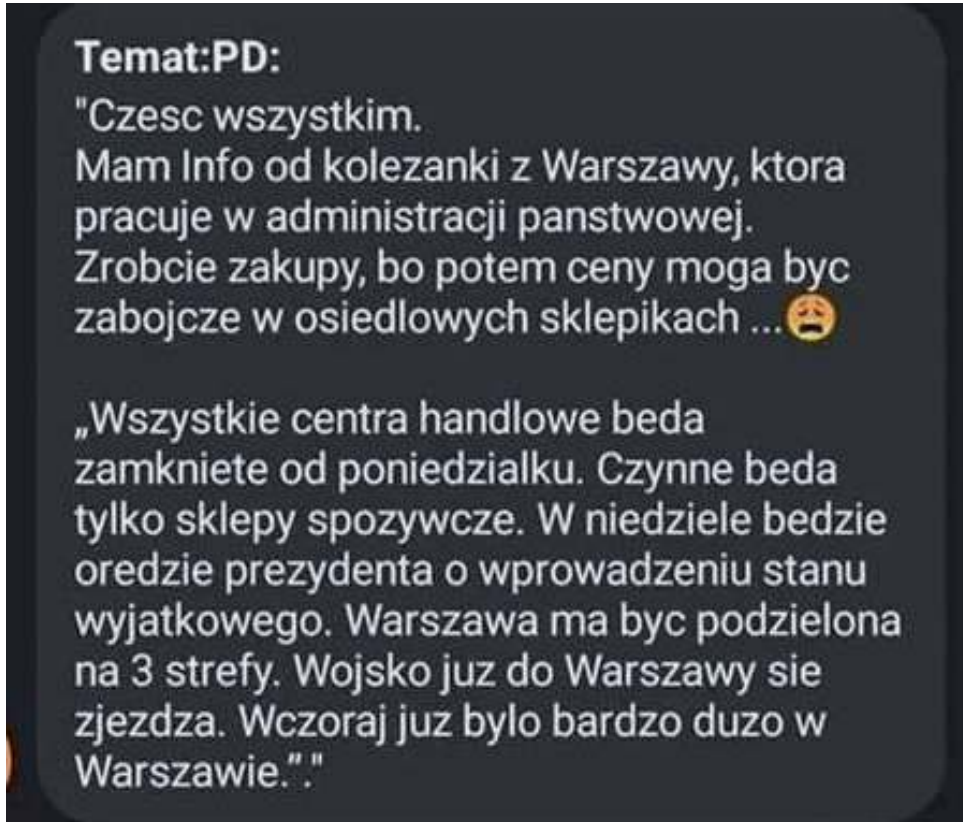
Przypominamy, że jedynymi i prawdziwymi źródłami informacji są komunikaty przekazywane przez służby lub/i zamieszczane na oficjalnych stronach internetowych.

W związku z koniecznością ograniczenia rozprzestrzeniania się choroby zakaźnej COVID-19, wywołanej przez koronawirusa, dbając o zdrowie i bezpieczeństwo wszystkich Polaków, na bieżąco komunikaty przekazują również przedstawiciele najwyższych władz Państwa.

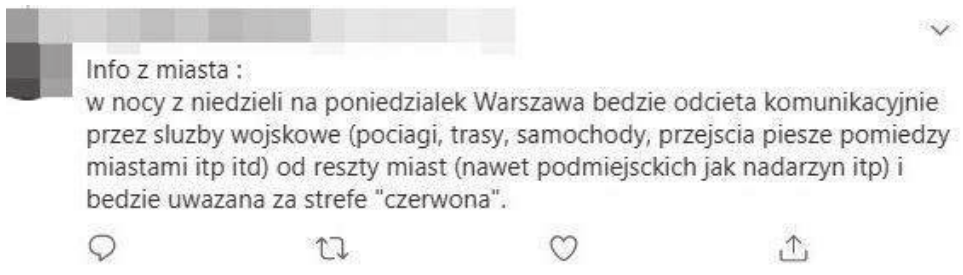
Należy pamiętać, że każda decyzja czy wprowadzane jakiegokolwiek ograniczenia muszą mieć swoje oparcie w przepisach prawa, a następnie ogłoszone do wiadomości publicznej!

Apelujemy o rozsądek, odpowiedzialność i unikanie paniki!

Rzecznik Prasowy
Komendanta
Głównego Policji
insp. Mariusz Ciarka



Przykład fałszywej informacji



Niepotwierdzona informacja

POWIAT

Jak będą pracować przychodnie lekarskie?

Poniżej przedstawiamy informacje z niektórych przychodni lekarskich znajdujących się na terenie powiatu nowodworskiego

LEONCIN

Od dnia 16 marca do odwołania zostają wprowadzone ograniczenia w funkcjonowaniu przychodni w Leoncinie m.in. odwołane zostają szczepienia i bilanse zdrowia dzieci i młodzieży. Wizyty patrolowe nowo narodzonych dzieci uzgadniać telefonicznie z położną – tel. 22 785 65 12 – wizyty odbywać będą się we wtorki i w czwartki. Ponadto, uprasza się o nie przychodzenie do Ośrodka Zdrowia w celach administracyjnych – zaświadczenia do ZUS/KRUS/PFRON/SANATORIA. Do ośrodka zdrowia przyjmowani będą wyłącznie pacjenci chorzy. Wprowadza się rotacyjny system przyjmowania pacjentów do ośrodka – jednocześnie po 10 osób. Zapotrzebowanie na recepty prosimy zgłaszać telefonicznie – będą one wysyłane na telefony komórkowe po weryfikacji tożsamości osoby zgłaszającej się lub do odbioru w przeciagu dwóch dni roboczych, w godzinach od 14:00 do 15:30, w rejestracji ośrodka.

Pobrania materiałów do badań odbywać się będą we wtorki – tylko w uzasadnionych i koniecznych przypadkach.

NOWY DWÓR MAZ. - „Nasza Przychodnia”

Przychodnia wprowadza następujące procedury: ograniczenie możliwości powstawania dużych zbiorowisk ludzi, w związku z tym w „Naszej Przychodni” od 16 marca wizyty chorych umawiane są co 30 minut. Wszyscy pacjenci, a w szczególności osoby z grup podwyższonego ryzyka, proszeni są o ograniczenie osobistych wizyt w przychodni. Przychodnia udostępnia możliwość odbycia konsultacji telefonicznej. Leki dla pacjentów będą wystawiane w postaci E-RECEPTY. Pacjenci którzy nie posiadają elektronicznego konta pacjenta otrzymają za pośrednictwem komunikacji telefonicznej, po uwierzytelnieniu danych osobowych (nr pesel, kod dostępu do recepty). Wizyty pacjentów obcokrajowych są wstrzymane do odwołania. Zgodnie z zaleceniami GIS - Pacjenci z podejrzeniem koronawirusa, którzy w okresie ostatnich 14 dni przebywali w rejonach transmisji SARS CoV-2, bądź mieli kontakt z osobą, u której potwierdzono zakażenie

i mają objawy chorobowe takie jak: gorączka pow. 38°C, kaszel oraz uczucie duszności, są zobowiązani do: TELEFONICZNEGO ZGŁOSZENIA SWOJEGO PRZYPADKU DO SANEPIDU: PSSE Nowy Dwór Mazowiecki ul. Chemiczów 6.

NASIELSK

Pacjenci SPZOZ w Nasielsku, Przychodni w Starych Pieścirogach, Filii w Cieksynie, w związku z wprowadzonym przez Ministra Zdrowia stanem wyjątkowego zagrożenia epidemicznego w Polsce od 16 marca na okres 14 dni wprowadzona zostaje zamiana organizacji przyjęć pacjentów SPZOZ w Nasielsku.

Pacjenci zgłaszający się osobiście do Przychodni z uwagi na konieczność zachowania bezpiecznej odległości będą wpuszczani do rejestracji pojedynczo. Przed wejściem do Przychodni należy zdezynfekować dłonie przy pomocy środków umieszczonych w dozownikach przy wejściu. Wprowadzona zostaje możliwość skorzystania z PORADY TELEFONICZNEJ zarówno Lekarza Rodzinnego jak i lekarzy z Poradni Specjalistycznych – ocena wyników badań, konsultacje chorób przewlekłych, konsultacje pacjentów z objawami infekcji,

kontynuacja recept na leki stałe. Na Poradę Telefoniczną pacjent zapisuje się dzwoniąc do rejestracji wszystkich naszych przychodni. Pracownicy Rejestracji poinformują o terminie, w jakim oddzwoni do pacjenta lekarz (data i godzina). Lekarz w trakcie rozmowy telefonicznej oceni na podstawie wywiadu stan chorego oraz ewentualną konieczność zgłoszenia się chorego osobiście do Przychodni.

Laboratorium w SPZOZ w Nasielsku będzie wykonywać oznaczenia wskaźnika INR (pacjenci na leczeniu przeciwkrzepliwym) zgodnie z planem, pozostałe badania jedynie w trybie CITO – tryb ustalony przez lekarza.

Pracownia USG będzie wykonywać badania w trybie CITO – tryb ustalony przez lekarza.

Profilaktyka (szczepienia oraz bilanse dzieci i młodzieży) zostają zawieszane.

Pielęgniarki Środowiskowe będą pobierać krew do badania INR zgodnie z planem, pozostałe badania laboratoryjne pobierane będą jedynie w trybie CITO. W domu pacjenta będą realizowane jedynie niezbędne zabiegi pielęgniarstwa. Dyżury Infekcyjne zostają zawieszane.

EG



NOWY DWÓR MAZ.

Negatywny wynik badania na koronawirusa u pracownika SOR-u

W środę, 11 marca pojawiły się pierwsze informacje o przypadku zarażenia koronawirusem w Nowym Dworze Maz.

Dyrektor SOR w nowodworskim szpitalu z podejrzeniem zarażenia się koronawirusem został natychmiast przetransportowany do szpitala zakaźnego w Warszawie.

SOR został poddany dezynfekcji oraz dekontaminacji (usunięcie i unieszkodliwienie substancji toksycznych i niebezpiecznych dla zdrowia).

Następnego dnia Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Nowym Dworze Mazowieckim poinformował, że u pacjenta, który przebywał w Szpitalu Zakaźnym w Warszawie w związku z podejrzeniem na zachorowanie COVID-19 wynik badania laboratoryjnego okazał się na szczęście **negatywny**. Obecnie mężczyzna został wypisany ze szpitala, przebywa już w domu a jego stan zdrowia ulega poprawie.

Straż pożarna jest w gotowości, by rozstawić nawet specjalne namioty pod szpitalem, dla osób z podejrzeniem zarażenia.

Red.

NASIELSK

Pomoc nadeszła w ostatniej chwili

Od piątkowego poranka (13 marca) trwały poszukiwania mężczyzny, który zagrażał swojemu życiu i zdrowiu. Podjęta przez policjantów wydziału kryminalnego w Nowym Dworze Mazowieckim oraz komisariatu policji w Nasielsku akcja poszukiwawcza zakończyła się sukcesem. 50-latek został odnaleziony

W piątek ok. godz. 9:30 na Policję wpłynęło zawiadomienie o zaginięciu 50-latka z gminy Nasielsk, który miał myśli samobójcze i oddalił się z miejsca zamieszkania. Kontakt telefoniczny z zaginionym urwał się. Policjanci wydziału kryminalnego nowodworskiej komendy oraz komisariatu w Nasielsku natychmiast pośpieszyli na ratunek. Potrzebne było wsparcie. W komendzie powiatowej policji w Nowym Dworze Maz. ogłoszono alarm. Wszyscy funkcjonariusze włączyli się do zakrojonych na szeroką skalę poszukiwań, w tym m.in. przewodnik wraz z psem służbowym, policjanci oddziałów prewencji w Piaszynie, a także strażacy. Działania poszukiwawcze nabrały wówczas jeszcze większej dynamiki. Czas mijał, ale zaangażowanie osób biorących udział w działaniach nie malało. Teren poszukiwań zawężał się.

Miejsce gdzie znajdować się miał 50-latek było błotniste, zakrzewione, trudnodostępne.

O godz. 14:10 naczelnik wydziału kryminalnego nowodworskiej policji przekazał informację o odnalezieniu mężczyzny. Pomoc przybyła w ostatniej chwili. Na miejscu 50-latkowi została udzielona pomoc medyczna. Determinacja, zaangażowanie oraz samodyscyplina wielu funkcjonariuszy i strażaków została nagrodzona. Mężczyzna jest bezpieczny.

st. asp. Joanna Wielocha



PO SĄSIEDZKU/SAMO ŻYCIE

Wyjątkowe urodziny

Tymek urodził się w ostatnią sobotę lutego. Dzień jak co dzień, na urodziny idealny... a jednak niecodzienny, bo 29 luty wypada w kalendarzu raz na cztery lata

W Nowodworskim Centrum Medycznym codziennie rodzi się kilkoro nowych obywateli, jednak w tym wyjątkowym dniu, 29-go lutego na świat przyszedł tylko Tymoteusz. Syn Natalii Biniusiewicz i Krzysztofa Śmietańskiego z Góry (gmina Wieliszew) w chwili urodzenia ważył 2900 g i mierzył 51 cm. Co ciekawe, urodził się jako wcześniak, prawie miesiąc przed terminem.

- *Synek wyjątkowo spieszył się na świat – mówi mama Tymka. – Urodził się naturalnie, bez żadnych komplikacji, chociaż kilka tygodni za wcześnie. Wybrał sobie taki niezwykły dzień.*

W sytuacji takiej jak ta, kiedy dziecko samo przychodzi na świat, nie da się przesunąć daty porodu. Jednak, gdyby planowane było cięcie cesarskie na 29 lutego, na życzenie rodziców można przesunąć zabieg na kolejny lub wcześniejszy dzień, o ile ciąża jest prawidłowa i matce ani dziecku nic nie zagraża.

Rodzice jeszcze nie zdecydowali, kiedy będą obchodzić kolejne urodziny synka, czy ostatniego dnia miesiąca czy 1 marca. Co ciekawe, w rodzinie taty chłopca jeden z wujków również urodził się ostatniego



Tymoteusz Śmietański z Góry (gm. Wieliszew) urodził się 29.02.2020 r.

dnia lutego w roku przestępnym, więc to swego rodzaju tradycja.

- *Wujek zawsze obchodził urodziny na koniec lutego, więc i my pewnie przy tym zostaniemy.* – mówi tata Tymka.

Pewne jest jednak, że chłopiec pełnoletność osiągnie

w roku nieprzestępnym, czyli 18. urodziny będzie świętować w dniu umownym. Jednak zupełnie nie ma to znaczenia w przypadku wyrabiania dowodu osobistego. W Urzędzie Stanu Cywilnego zapewnią nas, że dokument będzie gotowy już następnego

dnia, o ile wcześniej zostanie złożone podanie.

Kolejnymi prawdziwymi urodzinami, będą 20-ste, wtedy huczna zabawa gwarantowana!

Żaneta Żmuda-Kozina



SP w Emolinku

ZAKROCHY/POMIECHÓWEK

Uczniowie na giełdzie

4 marca uczniowie ostatniej klasy ze Szkoły Podstawowej w Emolinku udali się do Pomiechówka na Powiatową Giełdę Szkół

Podczas spotkania uczniowie zapoznali się z bogatą ofertą edukacyjną, bazą dydaktyczną i aktualnymi kierunkami kształcenia wszystkich szkół średnich z powiatu nowodworskiego. Wybór odpowiedniej szkoły to bardzo ważna decyzja.

Poprzez indywidualny kontakt z reprezentantami różnych placówek oświatowych, uczniowie szkoły mogli zgłębić wiedzę na temat interesujących ich szkół, co niewątpliwie pomoże im w podjęciu trudnych decyzji edukacyjnych i zawodowych.

pk

NOWODWORSKI OŚRODEK KULTURY

„Od Nocy do Nocy”

To tytuł niezwykłego koncertu, który odbył się w Nowodworskim Ośrodku Kultury 6 marca br. Na scenie naszego ośrodka gościliśmy bardzo zdolną, niezwykle ambitną artystkę młodego pokolenia Joannę Aleksandrowicz

Artystka wraz z zespołem muzycznym zaprezentowała nowodworskiej publiczności autorski program artystyczny, na który złożyły się kompozycje znakomitych twórców m.in. Janusza Stokłosa, Seweryna Krajewskiego, Jerzego Abratowskiego, Bogusława

Madeya, Janusza Korczaka, Henryka Kuźniaka, Waldemara Kazaneckiego. Kompozycje znane szerokiej publiczności z koncertów estradowych, przedstawień musicalowych, ale przede wszystkim ekranów kinowych. W programie usłyszeliśmy więc m.in. takie

szlagiery muzyki filmowej i musicalowej jak: *Szyba* z musicalu Metro, walc *Noce i Dnie* z filmu pod tym samym tytułem, tytułową piosenkę z filmu Vabank, *On tak ładnie kradnie* z filmu Halo Szpicbródka.

W interpretacji artystki popularne piosenki nabrały

specjalnego charakteru. Joanna Aleksandrowicz przeprowadzając publiczność przez przestrzeń własnej estetyki i wrażliwości, stworzyła bardzo osobisty, intymny spektakl muzyczny, który w kameralnej, klimatycznej sali naszego ośrodka znalazł dla siebie właściwe miejsce

sprawiając, wypełniając ją po brzegi publiczności, ogromną przyjemność dostarczając szeregu emocji i wrażeń estetycznych. Owacją na stojąco żegnała nowodworska publiczność artystów biorących udział w koncercie:

Joannę Aleksandrowicz – słowo i śpiew
Marcina Jagiełło – piano
Tomasza Cyranowicza – gitara basowa
Patryka Sowałę – perkusja

NOK



NOWODWORSKI OŚRODEK KULTURY

„Rosyjskie Ballady i Romanse” Julii Vikman

Rosyjskie Ballady i Romanse rozbrzmiewały w sali Nowodworskiego Ośrodka Kultury w sobotni wieczór 22 lutego, ale nie tylko!

W repertuarze koncertu Julii Vikman z towarzyszeniem Andreja Vasilieva, znalazły się także najbardziej popularne i znane utwory z repertuaru Zanny Biczewskiej, Czesława Niemena, Włodzimierza Wysockiego czy Anny German. Jako, że na program koncertu zostały złożone autentycznie znane publiczności kompozycje, na sali gromko rozbrzmiewały, śpiewane wspólnie z artystką m.in. *Bielyje Rozy*, *Kalakolczik*, *Milenkij ty moj*, *Podmoskownyje wieczera* czy *Nie ujezrazaj ty mój gołubczyk*.

Ballady i Romanse zgromadziły liczną, wypełniającą salę ośrodka kultury publiczność, która spędziła tamże bardzo

sympatyczne chwile; dla większości był to powrót do młodości, dla innych możliwość kontaktu z kulturą wschodniego

sąsiada w oryginalnym wykonaniu, dla wszystkich wspólną zabawą.

NOK



ZAPROSZENIE

Scena Zaulek

MYŚL, CZŁOWIEKU!

PIosenki
WOJCIECHA MŁYNARSKIEGO

WYKONAWCY:

WOJTEK GĘSICKI
CEZARY ILCZYNA
TOMASZ SALEJ
MAREK SALEJ FORTEPIAN

04.04.2020
godz. 17:00

NOWODWORSKI OŚRODEK KULTURY
NOWY DWÓR MAZOWIECKI
UL. I. PADEREWSKIEGO 1A

KARTY WSTĘPU W CENIE 20 ZŁ
DO NABYCIA W KASIE NOK LUB ONLINE PRZEZ WWW.BILETYNA.PL

Imprezy organizowane przez Nowodworski Ośrodek Kultury są nagrywane i fotografowane

organizatorzy: sponsorzy: patronat medialny:

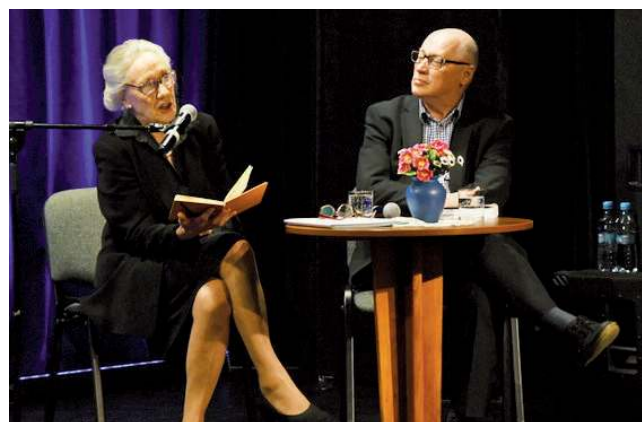
NOWODWORSKI OŚRODEK KULTURY

Maja Komorowska o życiu człowieka

Piątkowy wieczór 21 lutego podczas spotkania w cyklu Więcej niż Kino bywalcy spędzili na wspólnym obejrzeniu tragicznego i krótkiego żywota, znanego na świecie wirtuoza fortepianu, jazzmana Mietka Kosza

Mietek Kosz, przedstawiony w nagrodzonym 5 Złotymi Lwami filmie Macieja Pieprzycy pt: IKAR. Krótkie i tragiczne życie artysty stało się pretekstem do niezwykle interesującej rozmowy red. Stanisława Zawislińskiego z gościem wieczoru wybitną aktorką Mają Komorowską (w filmie profesor Aniela).

Publiczność z zapartym tchem słuchała refleksji Mai Komorowskiej dotyczących istoty egzystencji człowieka na ziemi, popartych pięknymi fragmentami z wierszy wybitnych poetów współczesnych, fragmentów esejów filozoficznych, a także własnymi przeżyciami aktorki.



Wzruszający, refleksyjny, poetycko-filozoficzny wieczór z Mają Komorowską wywarł ogromne wrażenie na zebranej

publiczności i na pewno na długo pozostanie w pamięci uczestników, bo na pewno było to Więcej niż Kino. **NOK**



KRONIKA KRYMINALNA**NOWY DWÓR MAZOWIECKI****ul. Thommee**

15 marca policjanci wydziału prewencji, na ul. Thommee, zatrzymali do kontroli kierującego rowerem 26-latkę z gm. Nasielsk, który miał ponad 1,6 promila alkoholu w wydychanym powietrzu oraz sądowy zakaz kierowania. Teraz grozi mu kara do 3 lat pozbawienia wolności.

NASIELSK**Kątne**

Policjanci nowodworskiego wydziału kryminalnego, komisarz policji w Nasielsku, oddziałów prewencji oraz straż pożarna udaremnili na terenie Nasielska próbę samobójczą 50-latkę z miejscowości Kątne.

ul. Warszawska

11 marca funkcjonariusze z Komisarzatu Policji w Nasielsku, na ul. Warszawskiej, zatrzymali 25-latkę z powiatu nowodworskiego, który kierował audi A4, pomimo sądowego zakazu prowadzenia pojazdów. Teraz grozi mu kara do 3 lat pozbawienia wolności.

LEONCIN**Mała Wieś przy Drodze**

9 marca policjanci z Komisarzatu Policji w Czosnowie, w Małej Wsi Przy Drodze, zatrzymali do kontroli 54-latkę z Krubiczewa, który kierował Scanią. Pojazd miał niezgodny ze stanem faktycznym stan drogomierza. Przepięstwo to, jest zagrożone karą do 5 lat pozbawienia wolności.

ZAKROCZYM**Trafił na rok do aresztu**

11 marca policjanci z Posterunku Policji w Zakroczymiu, zatrzymali na terenie miasta 29-letniego mieszkańca, poszukiwanego celem odbycia kary 1 roku pozbawienia wolności. Mężczyzna trafił do aresztu.

ul. Parowa Okólna

11 marca policjanci zespołu ds. przestępstw gospodarczych nowodworskiej komendy, na ul. Parowej Okólnej, ujawnili nielegalny pobór prądu przez 55-latkę z Zakroczymia. Kobiecie grozi do 5 lat pozbawienia wolności.

POMIECHÓWEK**Szczypiorno**

12 marca pomiechowski policjanci, w Szczypiornie, zatrzymali do kontroli kierującego motorowerem 50-letniego mieszkańca tej gminy, który miał blisko 3 promile alkoholu w wydychanym powietrzu. Teraz grozi mu kara do 2 lat pozbawienia wolności.

KPP NDM

PLEBISCYT SPORTOWY**Nadal wybieramy Najlepszych!**

W związku z pandemią koronawirusa oraz wprowadzonym stanem epidemiologicznym na terenie całego kraju, również Gala Sportu, która miała odbyć się 27 marca br. - nie dojdzie do skutku w takiej formie, w jakiej pierwotnie planowano. Plebiscyt zostanie jednak przeprowadzony do końca

Jak informuje organizator - Nowodworski Ośrodek Sportu i Rekreacji: Gala Sportu zaplanowana pierwotnie na piątek 27 marca br. nie odbędzie się ze względów bezpieczeństwa. Nie oznacza to jednak, że został odwołany cały Plebiscyt. Przeciwnie! Głosowanie internetowe przez platformę: <https://nosir.pl/plebiscyt-sportowy-2020-glosowanie-czas-start/> CAŁY CZAS TRWA. Tak jak wcześniej o tym informowaliśmy, głosy na swoich faworytów można oddawać do 22 marca.

Ze względów organizacyjnych zawieszone zostaje jedynie głosowanie za pomocą kuponów.

Wręczenie nagród zwycięzcom w poszczególnych kategoriach odbędzie w innym terminie oraz miejscu podanym przez Organizatora, kiedy sytuacja w związku z panującą pandemią koronawirusa ulegnie poprawie.

EG/NOSiR

NAJDOPULARNIEJSI

GAŁA SPORTU

PLEBISCYT

za 2019 rok

1 ZAWODNIK

Dorota Borowska	(kajakarstwo)
Kacper Zuk	(tenis ziemny)
Filip Gołębiewski	(boks)
Daniel Dołowy	(boks)
Oskar Rybaczuk	(boks)
Karol Drwęcki	(piłka nożna)
Klaudia Grzywaczewska	(piłka siatkowa)
Julia Grzelak	(piłka siatkowa)
Oskar Ślesik	(pływanie)

2 TRENER

Maciej Frackiewicz	(NOSiR - boks)
Damian Wasiak	(KTS NOSiR - tenis stołowy)
Adrian Zaremba	(Świt NOSiR - piłka nożna)
Mariusz Szalkowski	(NOSiR - kajakarstwo)
Waldemar Misiak	(NKS Bastion)
Cezary Tulin	(NOSiR - piłka siatkowa)

3 DRUŻYNA

Brooklyn	(Playarena NDM)
Dream Team (NLF)	
NOSiR - 2. liga seniorek piłki siatkowej (NOSiR)	
NOSiR - 1. liga kadetek piłki siatkowej (NOSiR)	
MKS Świt Nowy Dwór Mazowiecki	
Klub Tenisa Stołowego NOSiR Nowy Dwór Maz.	
RozbiegaMY Nowy Dwór	

4 IMPREZA

Bieg Obrońców Modlina (RozbiegaMY Nowy Dwór)	
Rodzinne Zawody Pływackie (NOSiR)	
Mikolajkowy Turniej Tenisa Stołowego (KTS NOSiR)	
Noworoczny Turniej Piłki Nożnej NLF (NLF)	
Igrzyska Przedszkoli (NOSiR)	
Mistrzostwa Polski w Biegach na Orientację (PUKS Młode Orły)	

GŁOSUJ na:

nosir.pl

POMIECHÓWEK

Spotkanie autorskie ze Zbigniewem Kołbą

W środę, 4 marca w pomiechowskiej Bibliotece odbyło się spotkanie autorskie z panem Zbigniewem Kołbą, autorem książki „Znajdź mnie i kiedyś odwiedź”

W spotkaniu uczestniczyły dzieci z klas I-III ze Szkoły Podstawowej im. Janusza Kusocińskiego w Goławicach Pierwszych.

Autor poruszył wiele ważnych życiowych zagadnień tłumacząc dzieciom jaki wpływ na ich zdrowie może

mieć niedostateczna ilość snu i dlaczego dbanie o higienę osobistą jest tak istotne. Odnosił się również do swojej książki, w której zamieścił różne anegdoty oraz inne ciekawe treści o charakterze edukacyjnym. Ponadto pan Zbigniew zadawał dzieciom

różne zagadki i te, które znały odpowiedź dostały od niego nagrodę w postaci zakładki do książki.

Podsumowując spotkanie, autor nawiązywał do motto książki „Uczymy się dla siebie, a najbliższym sprawiamy radość tym, co umiemy”, podkreślając tym samym znaczenie czytania książek w procesie uczenia się.

Na zakończenie spotkania wszyscy uczniowie mieli możliwość zakupu książki oraz otrzymania autografu ze specjalną dedykacją pisarza.

Bardzo serdecznie dziękujemy Gminnemu Ośrodkowi Kultury „PomPA Pomiechówek”, za udostępnienie przestrzeni niezbędnej do zorganizowania spotkania.

Fot. Ewelina Brakoniecka





PŁYWANIE. VIII Rodzinne Zawody Pływackie o Puchar Burmistrza

III etap Rodzinnych Zawodów Pływackich już za nami

W niedzielę, 8 marca na pływalni Nowodworskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji odbył się III etap VIII Rodzinnych Zawodów Pływackich o Puchar Burmistrza Nowego Dworu Mazowieckiego

okazali się: Zubakhin Jewgenij i Oszczyk Maksym oraz Zając Szymon i Szczepanowski Antoni

IV etap zawodów odbędzie się w czerwcu 2020 r.

EG/fot.NOSiR



Zawody ponownie cieszyły się sporym zainteresowaniem mieszkańców, zarówno tych młodszych, jak i starszych. Biegi były rozgrywane indywidualnie na dystansie 25 i 50 metrów stylem dowolnym, w sztafecie rodzinnej 2x25 metrów stylem dowolnym oraz w sztafecie w kategorii OPEN na tym samym dystansie. W swoich kategoriach wiekowych zwycięstwa w III etapie zanotowali następujący zawodnicy i zawodniczki: Bilińska Joanna, Skoczyła Piotr, Krawczyk Daria, Lazurek Antoni, Pietuch Antonina, Zubakhin Jewgenij, Brańska Agata, Ślesik Oskar, Grzegorzewska Michalina, Szczepanowski Antoni, Górka Greta, Urbanowski Jakub, Bydołek Grażyna, Urbanowski Maciej.

W sztafecie rodzinnej triumfowali: Górka Greta i Górski Edgar oraz Urbanowski Jakub i Urbanowski Maciej.

W sztafecie OPEN najlepszy



Od 12 marca (czwartek) do 29 marca (niedziela)
treningi wszystkich sekcji są odwołane!
Pływalnia Miejska oraz hale sportowe będą
NIECZYNNE



PIŁKA NOŻNA. Piłkarski Turniej Halowy dla Strażaków

Na boisko wybiegli... strażacy!

To była już czwarta edycja turnieju piłki halowej o puchar Komendanta Powiatowego PSP dla strażaków jednostek ochrony przeciwpożarowej z terenu powiatu nowodworskiego, która odbyła się 7 marca br. Zwyciężyła drużyna III zmiany Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej PSP

W odnowionej hali sportowej Nowodworskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji odbyła się czwarta edycja piłkarskiego turnieju halowej piłki nożnej dla strażaków jednostek ochrony przeciwpożarowej z terenu powiatu nowodworskiego w sobotę, 7 marca. W turnieju wzięło udział sześć drużyn, które rozgrywały między sobą mecze w systemie „każdy z każdym”. Turniej odbywał się w bardzo walecznej, ale sportowej atmosferze, między innymi dzięki sprawnemu sędziowaniu pana Macieja Kostyry – licencjonowanego sędziego piłkarskiego.

W turnieju wystąpiły reprezentacje jednostek OSP: Leoncin, Pomiechówek, Psucin,

Třebki Nowe, Zakroczym oraz reprezentacja zmiany III Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej PSP. Końcowa kwalifikacja turnieju była następująca:

I miejsce – zmiana III Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej PSP,
II miejsce – Ochotnicza Straż Pożarna w Pomiechówku,
III miejsce – Ochotnicza Straż Pożarna w Psucinie.

Tytuł króla strzelców w turnieju zdobył Michał Fabisiak z OSP Pomiechówek, który strzelił 16 bramek.

Puchary dla najlepszych drużyn oraz nagrody ufundowane przez Starostę Nowodworskiego wręczał bryg. Radosław Parapura, Komendant Powiatowy PSP w Nowym Dworze Mazowieckim



oraz Paweł Calak, Wicestarosta Nowodworski. Do gratulacji dołączył się także mł. bryg. Mariusz Wyszyński, Zastępca Komendanta Powiatowego PSP oraz dh Andrzej Hiszpański, Prezes Zarządu Powiatowego Związku Ochotniczych Straży Pożarnych RP.

Info: ndm-straz.pl
Fot. Ewa Gruszka



MODLIN TWIERDZA

Amazonki z przedszkola

Marzec każdego roku to w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 4 czas rywalizacji dziewcząt w wieloboju sprawnościowo-zwinnościowym o mitycznej nazwie „Amazonka”

W pierwszych zawodach uczestniczyły dziewczęta z przedszkola. Walka na parkiecie była bardzo zacięta, liczył się każdy metr, każda sekunda. Do zdobycia korony potrzebna była wola walki, spryt oraz intuicja, by w każdej konkurencji zdobyć jak największą ilość punktów. Chęć bycia najlepszą i doping kibiców sprawił, że prowadzenie zmieniało się prawie po każdej konkurencji.

A oto wyniki zawodów:

I miejsce – Nikola Sawicka
II miejsce – Julia Borkowska
III miejsce – Oliwia Siewruk

Na zakończenie zawodów dyrektor przedszkola Irena Wiśniewska wręczyła triumfatorom nagrody ufundowane przez UKS „Reduta”, a pozostałe uczestniczki zawodów zostały obdarowane owocami.

Sławomir Krzeczkowski



BIEGI - JOGGER

Zakończenie City Trial

W niedzielę, 8 marca w Parku Leśnym na warszawskich Młocinach odbyły się ostatnie biegi ogólnopolskiego cyklu biegów CITY TRIAL

Bieg główny na 5 km ukończyło 608 uczestników. Bardzo dobrze wypadli nasi młodzi biegacze w kat. M-16. Michał Rynkun ukończył bieg z rekordem życiowym 19:29, gwarantując sobie zwycięstwo w końcowej klasyfikacji. Bardzo dobrze spisał się jego kolega z drużyny Patryk Szczurowski, który również

ustanowił rekord życiowy wynikiem 20:41 i w całym cyklu zajął 6. miejsce.

W kat. M-50 Ludomir Rynkun dobiegł do mety z najlepszym wynikiem w cyklu 23:12, a Andrzej Piekut w kat. M-60 uzyskał czas 26:33. Obaj w całym cyklu zajęli odpowiednio 10. i 8. miejsce. W biegach młodzieżowych na

2 kilometry Maciej Gromadka osiągnął czas 8:24 dobiegając do mety w czołówce młodych biegaczy. Uroczyste zakończenie i wręczenie wyróżnień odbędzie się na początku kwietnia.

Gratulujemy osiągnięć i czekamy na kolejne wieści z tras biegowych!

emka

