PIĄTEK-NIEDZIELA
12-14|05|2023|

GAZETA OLSZTYŃSKA WEEKEND

GAZETA WARMII I MAZUR

cena 4,99 zł (w tym 8% VAT)

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 4 786 NR 91 (21 043)

AGATA MATYS-ŚWIDWA JEST PIELĘGNIARKĄ I KAPRALEM. SWOJE ZAWODOWE UMIEJĘTNOŚCI WYKORZYSTUJE, SŁUŻĄC W SZEREGACH 4 WARMIŃSKO-MAZURSKIEJ BRYGADY OBRONY TERYTORIALNEJ. DLACZEGO ZDECYDOWAŁA SIĘ NAŁOŻYĆ MUNDUR? O TYM OPOWIADA Z OKAZJI PRZYPADAJĄCEGO 12 MAJA MIĘDZYNARODOWEGO DNIA PIELĘGNIAREK I POŁOŻNYCH. \3

POMAGA PO CYWILNEMU I W MUNDURZE

WOT

SPORT CODZIENNIE

OLECKO BĘDZIE MOTOCROSSOWĄ STOLICĄ EUROPY PÓŁNOCNEJ \22

STOMIL JEST NA OSTATNIEJ PROSTEJ \23

ISSN 0137-9127
19
9 770137 912057

TO NIE LITERY WALCZĄ NA TEJ WOJNIE \4

SZLABAN W GÓRĘ, KARETKA JEDZIE! \5

CISZA, SPOKÓJ I JEDEN MIESZKANIEC \6

PIKNIK NA ZAKOŃCZENIE ĆWICZEŃ \7

2023 ROK MIKOŁAJA KOPERNIKA
VII KONGRES PRZYSZŁOŚCI GAZETA OLSZTYŃSKA DZIENNIK ELBLĄSKI
VII KONGRES PRZYSZŁOŚCI 16V 2023
Centrum Konferencyjno-Szkoleniowe UWM w Olsztynie
Zaprojektujmy przyszłość naszego regionu. VII Kongres Przyszłości już wkrótce!
623otbp-E-K

eprasa.pl 50a4d83b86

NAJNIEBEZPIECZNIEJSZY GŁUPIEC NA ŚWIECIE

WŁADIMIR PUTIN JEST NAJNIEBEZPIECZNIEJSZYM GŁUPCEM NA ŚWIECIE, PONIEWAŻ LICZYŁ NA ŁATWY SUKCES W WOJNIE Z UKRAINĄ I DLATEGO NA POCZĄTKU INWAZJI NIE MIAŁ ŻADNEGO PLANU B. ROSYJSKI DYKTATOR POSTAWIŁ SIĘ W SYTUACJI, W KTÓREJ NIE MOŻE ANI WYGRAĆ, ANI PRZEGRAĆ, ANI ZROBIĆ KROKU WSTECZ – CZYTAMY NA ŁAMACH „NEW YORK TIMES".

Kiedy rozpoczyna się wojna na tak dużą skalę, kluczowe pytanie, które zadajesz sobie jako dziennikarz zajmujący się sprawami zagranicznymi, jest bardzo proste: gdzie powinienem się teraz znajdować? W Kijowie, Donbasie, na Krymie, w Moskwie, Warszawie, Berlinie, Brukseli czy Waszyngtonie? Od początku tej wojny jest jednak tylko jedno miejsce, w którym należy być, aby zrozumieć zasady rządzące tym konfliktem – w głowie Władimira Putina. Niestety, Putin nie wydaje wiz do swojego mózgu" – podkreślił Thomas Friedman, autor komentarza opublikowanego na łamach „New York Times".

W ocenie publicysty, trzykrotnego laureata Nagrody Pulitzera, dyktator prawdopodobnie podjął decyzję o najechaniu Ukrainy bez konsultacji z żadnym ze swoich doradców.

„To jest prawdziwy problem, ponieważ ta wojna wyłoniła się tylko z głowy Putina. Teraz już wiemy, że dokonało się to niemal bez udziału jego rządu czy dowódców wojskowych – i z pewnością bez gremialnego nakłaniania (władz do inwazji) przez społeczeństwo. Dlatego Rosja zostanie zatrzymana na Ukrainie – niezależnie od tego, czy wygra, czy przegra – tylko wówczas, gdy zdecyduje się na to Putin" – zauważył Friedman.

Dziennikarz „NYT" postawił tezę, że gospodarz Kremla na własne życzenie znalazł się w impasie. Nie posiadając żadnego planu B, został zaskoczony skalą porażek rosyjskiej armii na Ukrainie. Dlatego „jego planem B stało się ukrycie, że plan A zawiódł". Niezależnie od sytuacji na froncie Putin nie może się już jednak zatrzymać.

„Myślał, że wjedzie do Kijowa, zajmie go w ciągu tygodnia, zainstaluje swoją marionetkę na stanowisku prezydenta, schowa Ukrainę do kieszeni i położy kres wszelkiej dalszej ekspansji Unii Europejskiej, NATO czy kultury zachodniej w kierunku Rosji. Rzuciłby wówczas swój cień na całą Europę. (...) Tymczasem (obecnie) uczciwa nazwa (rosyjskiej) operacji wojskowej powinna brzmieć «Ratowanie twarzy»" – zaznaczył autor artykułu.

olkabay

Putin nie wydaje wiz do swojego mózgu – pisze Thomas Friedman na łamach „New York Times"

Według Friedmana splot tych okoliczności sprawia, że wojna na Ukrainie jest „jednym z najbardziej chorych i bezsensownych konfliktów współczesnych czasów". „Przywódca (Rosji zamierza) niszczyć cywilną infrastrukturę innego kraju dopóty, dopóki – dzięki temu – nie będzie w stanie w przekonujący sposób ukryć, że był arcygłupcem" – czytamy w komentarzu „NYT".

W ocenie Friedmana Putin jest obecnie przerażony „matematyką i historią Rosji". Matematyka dotyczy w tym ujęciu ogromnych strat osobowych na froncie, trudnych do ukrycia nawet w zastraszonym rosyjskim społeczeństwie. Historia – faktu, że porażki militarne właściwie zawsze kosztowały rosyjskich przywódców utratę władzy, a najczęściej również życia.

Putin ma teraz dwa wyjścia, aby zakończyć wojnę, której nie może wygrać i od której nie może odstąpić. Pierwsza opcja to oczekiwanie, aż Ukraina się wykrwawi lub dojdzie do zmęczenia tym konfliktem na Zachodzie. Druga – wymuszenie bezpośredniej konfrontacji z USA, co doprowadziłoby świat na skraj konfliktu nuklearnego. Wówczas Putin zrobiłby krok wstecz i zaproponował przerażonemu Zachodowi porozumienie przewidujące zachowanie neutralnej, rozbrojonej Ukrainy oraz utrzymanie Krymu i Donbasu przez Rosję – prognozuje amerykański dziennik.

STORM SHADOW ROZSTRZYGNĄ LOSY WOJNY?

Wielka Brytania przekazała Ukrainie duże zasoby pocisków manewrujących powietrze-ziemia Storm Shadow o zasięgu do 300 km - poinformowała stacja CNN, potwierdzając wcześniejsze zapowiedzi amerykańskiego dziennika „Washington Post", że rząd w Londynie dostarczy tę broń władzom w Kijowie.

Storm Shadow to prawdziwy „game changer", który znacząco zmieni sytuację na froncie, jeśli chodzi o możliwość dosięgnięcia bardziej oddalonych celów. Właśnie o takie pociski Kijów prosił swoich sojuszników od samego początku wojny. Co ważne, to uzbrojenie zostało dostarczone Ukrainie przed zapowiadaną kontrofensywą przeciwko rosyjskim wojskom - podkreślił CNN, powołując się na swoich informatorów w amerykańskiej armii.

W poniedziałek „Washington Post" ujawnił, że brytyjskie władze są gotowe ofiarować Ukrainie rakiety o zasięgu dalszym, niż wszystkie inne rodzaje broni przekazane dotychczas temu państwu. Jak wówczas przypuszczano, prawdopodobnie byłyby to pociski manewrujące powietrze-ziemia typu Storm Shadow, którymi można uzbroić ukraińskie samoloty produkcji sowieckiej.

Pocisk manewrujący powietrze-ziemia Storm Shadow

Portal Politico powiadomił, że warunkiem dostarczenia Kijowowi rakiet Storm Shadow było zobowiązanie władz Ukrainy do ostrzeliwania wyłącznie obiektów na okupowanych obszarach, a nie na terytorium Rosji.

Z tego samego powodu, czyli obaw, że zaatakowanie przez ukraińską armię obiektów poza granicami kraju może doprowadzić do bezpośredniej konfrontacji Zachodu z Moskwą, USA konsekwentnie odmawiają przekazania Kijowowi pocisków ATACMS - broni o zasięgu podobnym do Storm Shadow. We wtorek Waszyngton potwierdził, że jego stanowisko w sprawie ATACMS nie uległo zmianie.

Na początku lutego Biały Dom ogłosił, że przekaże Ukrainie pociski Ground Launched Small Diameter Bomb (GLSDB) o zasięgu 150 km. Jak wówczas informowano, otrzymanie tego uzbrojenia podwoi możliwości rażenia ukraińskiego wojska na lądzie i pozwoli mu atakować rosyjskie cele daleko za linią frontu.

ŹRÓDŁO: PAP

WAŻNA DATA

97 lat temu (12 maja 1926 roku) rozpoczął się przewrót majowy, dokonany w Warszawie przez marszałka Józefa Piłsudskiego. Powodem zamachu była pogarszająca się sytuacja polityczna i gospodarcza kraju, bezpośrednią przyczyną zaś – seria kryzysów gabinetowych w latach 1925–1926.

Wikipedia

Marszałek Józef Piłsudski przed spotkaniem z prezydentem RP Stanisławem Wojciechowskim na moście Poniatowskiego

WYDAWCA
GRUPA WM Sp. z o.o.
ul. Tracka 5,
10-364 Olsztyn

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

ZASTĘPCA REDAKTORA NACZELNEGO
Igor Hrywna

REDAKTORZY WYDANIA
Barbara Barczuk wydawca@gazetaolsztynska.pl
Igor Hrywna
Michał Podolak
Artur Dryhynycz sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE internet@gazetaolsztynska.pl
89 539 74 83

GAZETAOLSZTYNSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 89 539 74 83

PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@gazetaolsztynska.pl
89 539 76 63

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 5
tel. 89 539 74 53, 89 539 77 77
reklama@gazetaolsztynska.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 89 539 74 80, 81, 82

REDAKCJA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 611 46 00
gazeta@dziennikelblaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 236 18 02, 55 611 46 01
reklamy@dziennikelblaski.pl

DRUK
Drukarnia Prasowa
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7
tel. 89 539 74 21

NAKŁAD KONTROLOWANY
ZWIĄZEK KONTROLI DYSTRYBUCJI PRASY

Redakcja nie zwraca niezamówionych tekstów oraz zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów w publikowanych listach i nadesłanych materiałach. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń. Wydawca zastrzega sobie prawo odmowy przyjęcia ogłoszenia sprzecznego z zasadami moralnymi lub prawem.

eprasa.pl 50a4d83b86

POMAGA PO CYWILNEMU I W MUNDURZE

KAPRAL AGATA MATYS-ŚWIDWA JEST PIELĘGNIARKĄ. SWOJE UMIEJĘTNOŚCI WYKORZYSTUJE, SŁUŻĄC W SZEREGACH 4 WARMIŃSKO-MAZURSKIEJ BRYGADY OBRONY TERYTORIALNEJ. O JEJ DRODZE DO ZAWODU I DECYZJI O WSTĄPIENIU DO WOT OPOWIADA Z OKAZJI PRZYPADAJĄCEGO 12 MAJA MIĘDZYNARODOWEGO DNIA PIELĘGNIAREK I POŁOŻNYCH.

Co szósty żołnierz terytorialnej służby wojskowej ma specjalność związaną z medycyną. Pielęgniarki i pielęgniarze dysponujący kwalifikacjami medycznymi zajmują stanowiska związane z ratownictwem medycznym, pomocą i opieką medyczną.

Jak mówią, ich służba wynika nie tylko poczucie obowiązku, ale przede wszystkim chęci pomocy innym. Wymaga talentu, ale także zaangażowania i rozsądnego planowania. Przekonała się o tym kpr. Agata Matys-Świdwa, która poszła wślady mamy i została pielęgniarką. — Medycyna była moim drugim kierunkiem. Kiedy skończyłam studia, podjęłam pracę w przychodni. Łatwo nie było. Trzy lata wyjęte z życia, miałam wówczas roczne dziecko, mąż pracował w wojsku, ale dałam radę. Jestem tu, gdzie jestem, cały czas się rozwijam. Myślę, że to jest moja droga, to co chcę i lubię robić.

Do służby w Wojskach Obrony Terytorialnej (WOT) namówił ją kolega. — Znajomy podpowiedział mi, że wojsko potrzebuje pielęgniarek, i tak się zaczęła moja przygoda. Idąc do wojska, wiedziałam, że chcę robić to, co robię w życiu prywatnym, czyli być pielęgniarką. Na „szesnastkę" (szkolenie podstawowe – red.) trafiłam w styczniu. Mogłam sobie pozwolić na to szkolenie, bo był to czas, kiedy nie było dużo chorób, a mój pracodawca umożliwił mi udział w szkoleniu.

Służba w WOT pozwala w odpowiedni sposób wykorzystać i rozwijać umiejętności personelu medycznego. Z jednej strony terytorials-pielęgniarka wnosi do służby cenne doświadczenie, z drugiej może się rozwijać zawodowo. — Mam to szczęście, że pracuję w przychodni, która jest czynna od poniedziałku do piątku. Dzięki temu mogłam się zdecydować na kurs podoficerski SONDA, który był kursem weekendowym. Nie kolidował z moją pracą. Mam super zespół i nie mam problemów, by uczestniczyć w dodatkowych zajęciach czy szkoleniach. Sama często prowadzę szkolenia z pierwszej pomocy — opowiada.

Ta forma służby daje możliwość spełnienia marzeń o byciu żołnierzem, bez konieczności rezygnowania ze swojej dotychczasowej aktywności. — Pracodawca podziwia mnie, że potrafię połączyć medyczną ścieżkę ze ścieżką wojskową. Mam koleżanki, które pracują w szpitalach, mają dyżury i też udaje im się połączyć służbę z pracą.

Wiedza, umiejętności i doświadczenie, a zarazem współczucie, empatia, z jakimi wykonują swoją pracę, mają ogromne znaczenie i są doceniane. Pielęgniarki zawsze stoją na pierwszej linii frontu w zmaganiach z chorobami. Podobnie jest na polu walki. — Działanie na polu walki to większa adrenalina niż działanie w warunkach cywilnych. Na polu walki musimy ratować innych, ale też uważać na siebie. W obecnej sytuacji na Ukrainie każdy powinien znać zasady działania i potrafić udzielać pierwszej pomocy. Ludzie w życiu prywatnym bardzo chcą uczyć się pierwszej pomocy, chcą wiedzieć coraz więcej. Nowe opatrunki, nowe techniki – medycyna cały czas się rozwija. Często musimy improwizować i potrafić działać w różnych warunkach — ocenia.

Doskonałe przygotowanie zawodowe, profesjonalizm i oddanie swojej pracy pielęgniarek i położnych przyczyniły się do uratowania zdrowia i życia wielu tysięcy pacjentów. W najtrudniejszym czasie pandemii mogły liczyć na wsparcie żołnierzy WOT. Wojska Obrony Terytorialnej dały szansę udziału w kursach z zakresu medycznego, m.in. kurs podstawowej pomocy przedmedycznej i kurs pobierania wymazów. Te umiejętności żołnierze mogli wykorzystać podczas pandemii, odciążając ochronę zdrowia.

Fot. WOT

Pielęgniarka bądź pielęgniarz wstępujący w szeregi WOT odbywają szkolenie podstawowe (jeśli wcześniej nie mieli do czynienia z wojskiem) bądź wyrównawcze (jeśli odbyli już szkolenie wojskowe). Po ukończeniu szkolenia podstawowego lub wyrównawczego żołnierze realizują zaplanowany 3-letni program szkolenia.

— W realnych warunkach, kiedy dochodzi stres, często zapominamy o podstawowych czynnościach. Dlatego tak ważne jest, by cały czas się szkolić, doskonalić, poszerzać wiedzę. Wtedy dochodzimy do takiego opanowania, by później efektywnie pomagać — mówi kpr. Agata Matys-Świdwa.

Agata jest także strażakiem w Ochotniczej Straży Pożarnej. Będąc terytorialsem, pielęgniarką i strażakiem jest zawsze przygotowana do udzielania pierwszej pomocy. Często to właśnie strażacy z OSP lub terytorialsi są pierwsi na miejscu zdarzenia i muszą opanować podstawowe umiejętności. — Zawsze wożę ze sobą wszystko, bo nigdy nie wiem, co może mi się przydać. Nawet dziś mam w plecaku ciśnieniomierz, glukometr, opatrunki, które zawsze mogą się przydać. W czynnościach medycznych my jako pielęgniarki, z całym naszym wyposażeniem, jesteśmy bardzo potrzebne — podkreśla.

> — ZACHĘCAM DO WSTĄPIENIA W SZEREGI WOT I POSZERZENIA SWOJEJ WIEDZY, NIE TYLKO MEDYCZNEJ — MÓWI KPR. AGATA MATYS-ŚWIDWA

— Zachęcam do wstąpienia w szeregi WOT i poszerzenia swojej wiedzy, nie tylko medycznej — kończy nasza rozmówczyni.

Każdy, kto chciałby zostać żołnierzem 4 Warmińsko-Mazurskiej Brygady Obrony Terytorialnej, może zgłosić się do brygadowego rekrutera. Kontakt znajduje się na stronie brygady: https://www.wojsko-polskie.pl/4bot/Rekruterzy/. Chęć udziału w szkoleniu można również zgłaszać bezpośrednio w Wojskowych Centrach Rekrutacji.

ŁUKASZ CZARNECKI-PACYŃSKI

MOBILNY PRZYSTANEK HISTORIA PRZYSZŁOŚCI

Virtual Reality, projekty gamingowe, technologia digital human czyli rzeczywiste osoby przeniesione do świata wirtualnego to założenia najnowszego projektu IPN Mobilny Przystanek Historia Przyszłości, którego premiera odbędzie się w piątek w Olsztynie.
To najnowszy projekt Biura Nowych Technologii Instytutu Pamięci Narodowej.
— Mobilny Przystanek Historia Przyszłości to wyjątkowe wydarzenie, które łączy w sobie przeszłość, historię Polski oraz nowe technologie, przyszłość. Jednym z zadań, jakie stawia sobie Instytut Pamięci Narodowej, jest przekazywanie historii Polski i zainteresowanie nią młodych ludzi – to do nich przede wszystkim skierowana jest ta inicjatywa — mówi naczelnik delegatury Instytutu Pamięci Narodowej w Olsztynie dr hab. Karol Sacewicz.
Wskazał, że właśnie taka forma połączenia historii z nowymi technologiami - Virtual Reality, projekty gamingowe, technologia digital human czyli rzeczywiste osoby przeniesione do świata wirtualnego - będzie atrakcyjna dla młodych odbiorców.
Mobilny Przystanek Historia Przyszłości zlokalizowany będzie na parkingu Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego znajdującym się przy ul. K. Obitza 1 (obok Wydziału Humanistycznego).
Odwiedzający będą mogli zapoznać się nie tylko z „Grą Szyfrów" - innowacyjnym projektem gamingowym stworzonym przez Instytut Pamięci Narodowej, ale również z „Szybowcową '87" przybliżającą dzieje tajnej wrocławskiej drukarni Solidarności Walczącej oraz podcastami edukacyjnymi skierowanymi przede wszystkim do nauczycieli.
Ponadto odwiedzający Mobilny Przystanek Historia Przyszłości będą mogli posłuchać wspomnień Andrzeja Gwiazdy oraz Krzysztofa Wyszkowskiego zebranych w ramach realizacji nowatorskiego projektu „Cyfrowi Bohaterowie".
Inauguracja Mobilnego Przystanku Historia Przyszłości odbędzie się w piątek, 12 maja, o godz. 18.00. Wydarzenie wpisuje się w Noc Muzeów, dlatego stanowisko czynne będzie w godzinach 18.00-1.00.
Mobilny Przystanek Historia Przyszłości pozostanie w Olsztynie do 22 maja – będzie czynny w godzinach 10-18. Kolejnymi przystankami na trasie będą Poznań oraz Gdańsk.

AGNIESZKA LIBUDZKA/PAP

eprasa.pl 50a4d83b86

TO NIE LITERY WALCZĄ NA TEJ WOJNIE

CORAZ CZĘŚCIEJ W POLSCE SŁYSZYMY HASŁO: „TO NIE NASZA WOJNA". ENTUZJAZM I CHĘĆ BEZINTERESOWNEJ POMOCY UCHODŹCOM Z UKRAINY WYGASA. WIELU Z NAS NIE CHCE UKRAIŃCÓW W POLSCE, NIE CHCE SŁYSZEĆ O WOJNIE, O MORDOWANYCH I TORTUROWANYCH.

Obojętniejemy na tragedię, która dzieje się każdego dnia za naszą wschodnią granicą. Nie chcemy pomagać już Ukraińcom? Nie wszyscy. Kolejny transport z pomocą humanitarną zorganizował Zbigniew Homza z Kętrzyna i Stefan Melnyk z Tuławek. 8 ton żywności, środków medycznych i innych potrzebnych żołnierzom i cywilom artykułów trafiło do Ukrainy. W misji uczestniczyli również Jarosław Słoma, Zbigniew Jankowski, Sylwester Ruszczak, Bogdan Luchowski oraz Amerykanin Michael Hammond, który w latach 80. XX wieku skutecznie lobbował w Kongresie USA za pomocą finansową dla „Solidarności".

Łesyk Panasiuk, ukraiński poeta, napisał wiersz „Litery idą na wojnę". Ale przecież to nie litery, to prawdziwi ludzie z krwi i kości, zabijani codziennie po obu stronach frontu.

LITERY IDĄ NA WOJNĘ, UKŁADAJĄ SIĘ W SŁOWA, KTÓRYCH NIKT NIE CHCE WYPOWIADAĆ, ZDANIA ROZRYWAJĄ SIĘ NA MINACH, HISTORIE OSTRZELIWUJE SIĘ Z WYRZUTNI RAKIETOWYCH...

D jak Dzembronia

Wioska w Karpatach, prawie tysiąc metrów nad poziomem morza. Mieszka w niej może dwustu mieszkańców. Jeszcze kilometr ostro pod górę i jesteśmy w greckokatolickim monastyrze ojców bazylianów. Bliżej nieba i daleko od wojny. Wokół widać szczyty pasma Czarnohory i słychać ciszę. Ale nie zawsze. Ojciec Sławomir Fesz, gospodarz i budowniczy klasztoru, mówi, że najgorsze są ranki, gdy słychać świst pędzących od strony Morza Czarnego rosyjskich rakiet.

— Budzą nas jeszcze przed świtem i wtedy możemy się tylko modlić, by zostały zestrzelone przez ukraińską obronę przeciwlotniczą — mówi zakonnik.

W jednej z drewnianych chatek niedaleko monastyru odbywa się spotkanie terapeutyczne. 12 kroków do lepszego życia. To warsztaty realizowane przez Jarosława i ojca Sławomira. W pomieszczeniu same kobiety. Część z nich przyjechała z oddalonego od Dżembroni o 260 kilometrów Lwowa. Nie tylko pomagają radzić sobie z alkoholizmem i depresją. Zapewniają także rozwój duchowy i osobowościowy, bo bazują na chrześcijańskiej wizji człowieka i świata.

— Pomagamy w rozwiązywaniu życiowych problemów i pokazujemy jak lepiej żyć – mówi ojciec Sławomir.

Kobiety opowiadają o swoich mężach alkoholikach. Jedna z nich ma niepełnosprawną córkę i nie radziła sobie z opieką nad nią. Dopadła ją depresja, przestała wychodzić z domu. Czuła się gorsza niż inni. W Dzembroni wszystkie odzyskują radość życia i wiedzą, jak sobie radzić lepiej. Chwalą terapię ojca Sławomira. Pomaga. Uśmiechają się do mnie, wymieniają spojrzenia z ojcem Sławomirem. Pytam o wojnę i jak sobie z nią radzą. Przez chwilę cisza atakuje bębenki. Olena, blondynka w średnim wieku, mówi, że pracuje w szpitalu we Lwowie. Codziennie widzi żołnierzy bez rąk i nóg.

— Nie wiem, co im mówić, jak im pomóc — głos jej się łamie, łzy ciekną po policzkach.

Fot. archiwum autora tekstu

Truskawiec. Przed szpitalem spotykamy żołnierza na wózku inwalidzkim. Lewa ręka na temblaku. Nie pytamy, jak to się stało, a on mówi tylko, że chce protezę i wraca walczyć

Jeszcze chwila i wszystkie kobiety łkają. Na twarzach widać olbrzymie emocje. Wszystkie mają kogoś z rodziny na froncie. Oksana, ładna szatynka, patrzy na mnie swoimi załzawionymi dużymi oczami. Opowiada historię, która przydarzyła jej się w Polsce. Jechała pociągiem i słyszała dyskusję trzech kobiet. Jedna z nich pomstowała na Ukrainę, wojnę i Ukraińców. Oksana spuszcza głowę i milczy przez chwilę.

— Pomyślałam wtedy: „a żeby to twój syn musiał walczyć na tej wojnie" — mówi i podnosi głowę. — Ale nie powiedziałam tego, bo wiem, jak wy, Polacy, dużo dla nas robicie. Dziękujemy wam za wszystko, jesteście naszymi braćmi i nigdy wam tego nie zapomnimy...

LITERY IDĄ NA WOJNĘ, W SŁOWO „DOM" TRAFIA POCISK, PRZEZ ROZBITE OKNO LITERY Д MOŻNA ZOBACZYĆ, JAK LITERA TRACI GŁOWĘ I JAK ZAPADA SIĘ DACH LITERY M...

L jak Lwów

260 kilometrów na północny wschód od Dzembroni. Greckokatolicki kościół św. Piotra i Pawła jest niedaleko rynku. Przed głównym wejściem szpaler żołnierzy z ukraińskimi flagami, niebiesko-żółtymi i czerwono-czarnymi. Wokół zbiera się spory tłum. Niemal wszyscy ubrani na czarno, większość cicho łka. Załzawione oczy zwrócone są w kierunku szpaleru żołnierzy. Za chwilę przyjedzie karawan. A w nim dwie trumny z ciałami. Nasz ukraiński przyjaciel Wołodia mówi, że codziennie we Lwowie jest żołnierski pogrzeb, czasami dwa lub nawet trzy. Wchodzimy do kościoła. Przed ołtarzem dwa katafalki okryte żałobnym bordowym płótnem. Odbieramy od księdza podziękowania za przywiezioną pomoc humanitarną. Ksiądz się spieszy, bo za chwilę będzie celebrował mszę pogrzebową. Zostajemy w środku. Wchodzi pierwsza trumna. Niesie ją sześciu żołnierzy w polowych mundurach. Za trumną ubrane na czarno, płaczące głośno kobiety. Podtrzymują się nawzajem. Nie ma wśród nich żadnego mężczyzny. Same muszą żegnać swojego syna, brata, szwagra. Wśród żałobników głównie kobiety, młodzież i starsi mężczyźni. Mają ze sobą wiązanki kwiatów. Są pojedyncze krwistoczerwone róże, ale także wiązanki niebiesko-żółtych goździków...

Kamieniec Podolski. Takich dowodów wdzięczności w Ukrainie jest bardzo dużo

LITERY IDĄ NA WOJNĘ, MOWA PODCZAS WOJNY JEST NIE DO POZNANIA, ZDANIA SĄ TAKIE NIEPORADNE, NIKT NIE CHCE UMIERAĆ, NIKT NIE CHCE MÓWIĆ...

P jak Pole Marsowe

Dwa kilometry od katedry. Cmentarz wojskowy przy Cmentarzu Łyczakowskim. Chowani tam byli najpierw żołnierze polegli podczas I wojny światowej, potem żołnierze Armii Czerwonej, a jeszcze później ukraińscy obrońcy Lwowa i ofiary więzienia NKWD z 1941 roku. Obecnie jest tam 500 świeżych mogił żołnierzy – mieszkańców Lwowa, którzy polegli podczas trwającej wojny. Przy grobach mnóstwo ludzi, rodziny, przyjaciele i znajomi poległych. Opłakują zmarłych i opowiadają historie ich życia. Jeden z nich to 27-letni Aleksiej. Cztery języki obce, praktyka w Anglii. Szkolił ukraińskich żołnierzy. Dostał się pod ostrzał artyleryjski. Nie przeżył. Jego krewna zalewa się łzami. – Tyle planów, tyle marzeń i już nic nie będzie – ociera łzy i patrzy w zdjęcie na grobie Aleksieja.

LITERY IDĄ NA WOJNĘ, PRZY SZPITALNYM ŁÓŻKU LITERY Й LEŻY PROTEZA ZNAKU DIAKRYTYCZNEGO, KTÓREGO SIĘ WSTYDZI, JUŻ PO RAZ KOLEJNY ROZCHODZĄ SIĘ SZWY PO PRZEŚWITACH LITERY Ф, OD RAN POSTRZAŁOWYCH NA FRONCIE ETYMOLOGICZNYM, ZNAK MIĘKKI STRACIŁ JĘZYK PODCZAS TORTUR...

T jak Truskawiec

85 kilometrów na południe od Lwowa jest szpital rehabilitacyjny. Trafiają tam żołnierze po amputacjach rąk i nóg. Rozpakowujemy środki medyczne przed wejściem do szpitala. Potem trafiają na wózki i znikają w szpitalnych korytarzach. Dziękuje nam Paweł, ordynator placówki. Oprowadza nas po salach. Idziemy

eprasa.pl 50a4d83b86

wzdłuż niemalowanych od dawna ścian. Pierwsze drzwi do sali. Stare. Mogą pamiętać jeszcze ubiegły wiek. Klamki zawinięte bandażami, żeby nie trzaskały. Rozeschnięty drewniany parkiet – trzeba uważać, żeby się nie potknąć. Trzy łóżka. Kiedy widzieliśmy takie łóżka w szpitalu? Nikt nie pamięta. Ten żołnierz nie ma nogi, ale ciągle ma bóle fantomowe. Wita się z nami, nie patrząc w oczy. Bachmut. Tylko jedno słowo. Wszedł na minę. Potem już nic nie pamięta. Pokazuje zdjęcia swojej amputowanej nogi. Trudno na nie patrzeć bez emocji. Przed szpitalem spotykamy żołnierza na wózku inwalidzkim. Pomagają mu dwaj koledzy w polowych mundurach. Lewa ręka na temblaku. Widać, że cierpi. Nie pytamy, jak to się stało, a on mówi tylko, że chce protezę i wraca walczyć. Gestykuluje prawą, zdrową ręką. Mówi, że jego matka i dziadek to Polacy. Mieszka pod Tarnopolem. Dziękuję Polsce za pomoc. Jest twardy, nie płacze, ale każdy z nas czuje słoną, bezbarwną ciecz na policzkach.

LITERY IDĄ NA WOJNĘ, ODDZIAŁY ZAPEŁNIONE SĄ LITERAMI, ŻE NAWET APOSTROFU SIĘ NIE WCIŚNIE, ODPADA FARBA ZE ŚCIAN, OSYPUJĄ SIĘ SŁOWA W NIEZROZUMIAŁYCH KALKACH I KTO NIMI BĘDZIE MÓWIĆ...

M jak marzenia

Tych pięciuset na Polu Marsowym we Lwowie nie ma już żadnych. Zginęli. Czy pociesza ich fakt, że żaden z nich nie będzie już nigdy zaginiony, torturowany ani dręczony? Chyba woleliby żyć. Większość Lwowian mówi ciągle o kontrofensywie. Z nadzieją, że będzie lada dzień i że przyniesie zwycięstwo. Oni tam wszyscy nie czekają na koniec wojny, oni czekają na zwycięstwo. Żołnierz bez nogi chce dalej walczyć. Pewnie na front już nie pojedzie, bo jak walczyć bez nogi? Być może trafi do komisji wojskowej, takiej jak nasze WKU. Ostatnio zdecydowano, by wszyscy pracujący w komisjach trafili do regularnych oddziałów wojskowych, bo potrzebni są zdrowi wojskowi na froncie. A ich miejsce zajmą weterani, którzy na front nie mogą wrócić. Ojciec Sławomir Fesz marzy o rozszerzeniu pomocy, której udziela potrzebującym. Chce objąć terapią jeszcze większą liczbę ludzi. Trauma wojenna dotyka wielu, a będzie ich jeszcze więcej. Bazylianin mógłby pomóc wielu, ale brakuje mu miejsca na sale terapeutyczne. Ma ziemię obok monastyru, ale nie ma pieniędzy. Może ktoś pomoże we wskazaniu jakiegoś europejskiego projektu, który dofinansuje budowę centrum terapeutycznego? M jak może. Bo tych, którzy uważają, że to nie nasza wojna, wciąż przybywa. Tych, którzy uważają, że na wojnie walczą litery – też.

JAROSŁAW ŻUKOWSKI, KTÓRY RÓWNIEŻ UCZESTNICZYŁ W MISJI

DZIĘKUJEMY

Misja humanitarna przebywała na Ukrainie od 27 kwietnia do 3 maja. Potrzebne rzeczy trafiły do potrzebujących: armii ukraińskiej za pośrednictwem centrum dyspozycyjnego cerkwi greckokatolickiej we Lwowie, parafii prawosławnej w Bystrcu, parafii greckokatolickiej w Dzembroni, „Zielonej Rodziny" we Lwowie, sierocińca w Żurawnie, szpitala rehabilitacyjnego w Truskawcu. DZIĘKUJEMY serdecznie wszystkim za pomoc w organizacji konwoju: Bankowi Żywności w Olsztynie, Firmie MLEKPOL, Prezydentowi Olsztyna, Staroście Kętrzyńskiemu, dyrektorowi szpitala SPZ PO w Reszlu, konsulowi Ukrainy, Straży Granicznej.

ŁESYK PANASIUK

W tekście wykorzystałem jego wiersz. To ukraiński poeta, tłumacz, projektant i performer. Rocznik 1991. Urodził się w Żytomierzu. Autor trzech tomików poetyckich: „Kamiń doszczu" (2013), „Sprawżnie jabłuko" (2014) oraz „Kryky ruk" (2018). Jego wiersze przekładano na 19 języków, publikowano w ukraińskich i zagranicznych czasopismach oraz antologiach, a oddzielne tomiki wierszy ukazały się w tłumaczeniu na rosyjski oraz rumuński. Zajmuje się przekładem współczesnych autorów z różnych języków na ukraiński.

SZLABAN W GÓRĘ, KARETKA JEDZIE!

SZLABAN BYŁ ZAMKNIĘTY. NIE ŻYJE PACJENT. POGOTOWIE Z OLSZTYNA NIE ZDĄŻYŁO Z POMOCĄ, BO RATOWNICY MUSIELI WYŁAMAĆ BARIERY. COŚ, CO MA NAM GWARANTOWAĆ BEZPIECZEŃSTWO, CZASAMI NAM JE ZABIERA.

Fot. Zbigniew Woźniak

ADA ROMANOWSKA
a.romanowska@gazetaolsztynska.pl

Pod koniec kwietnia w Olsztynie karetka jadąca z pomocą do pacjenta musiała wyłamać szlaban. Czas grał rolę, chory pilnie potrzebował pomocy.

— Jechaliśmy do nieprzytomnego człowieka. Sam dzwonił z prośbą o pomoc, ale urwała się z nim łączność. Znaliśmy adres, ale nie spodziewaliśmy się, że szlaban się nie podniesie. Załoga karetki się zdecydowała, żeby go wyłamać. Niestety skończyło się tragicznie. Nie zdążyliśmy z pomocą. Było za późno. Pacjent zmarł — mówi Krzysztof Jurołajć, rzecznik prasowy Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Olsztynie. — Ambulans musiał podjechać pod sam blok. Gdy mamy poważne zdarzenie, musimy wejść do mieszkania ze sprzętem, który waży ok. 100 kg. Złodziej może skoczyć przez płot, ale my z ciężarami nie jesteśmy w stanie tego zrobić. Musimy zostawić karetkę, wziąć sprzęt na plecy i biec do budynku, a szlabany znajdują się często w sporej odległości od bloku, co znacznie wydłuża czas dotarcia do chorego. Zakładamy też, że pacjent ma trafić do karetki, więc nie może być później do niej niesiony przez pół osiedla. A co, gdy pada? Co, gdy jest zimno? To totalne utrudnienie.

Złudny komfort

Coraz więcej wspólnot mieszkaniowych dla poprawy komfortu i bezpieczeństwa lokatorów decyduje się na montaż szlabanów strzegących dojazdu do ich posesji. Urządzenia mogą być czasami równie niebezpieczne — zwłaszcza gdy na teren osiedla musi dojechać właśnie pogotowie ratunkowe lub straż pożarna.

— Szlabany bardzo często są dla nas barierą nie do pokonania. Najtrudniej mamy, gdy wyjeżdżamy do osób starszych, które nie zawsze posiadają piloty do szlabanów. A jeśli mają, nie wiedzą, jak go obsługiwać. Ale zdarza się też, że pilot po prostu nie działa. Bywa również, że ludzie, wzywając nas, zapominają powiedzieć, że na osiedlu jest brama — podkreśla Krzysztof Jurołajć. — Nowoczesne szlabany reagują na sygnały dźwiękowe służb. Ten mechanizm jednak nie jest doskonały. Pod koniec kwietnia, gdy jechaliśmy do nieprzytomnego człowieka, szlabany miały tę funkcję. Ale ona nie zadziałała. W Olsztynie, łącznie z Barczewem, mamy osiem karetek. Najlepszy rozwiązaniem byłby montaż takich szlabanów, które dzięki specjalnym kamerom odczytują numery rejestracyjne karetek. Wtedy moglibyśmy szybko wjeżdżać. Weźmy też pod uwagę, że sygnał, który otwiera szlabany – a trwa to nawet pół minuty – w nocy budzi cały blok. W skali miasta zdarza się to często.

Za zastawienie drogi pożarowej, ale także uniemożliwienie wjazdu na posesję grozi mandat w wysokości od

20

do

500

złotych.

— Gdy straż natrafia na szlabany, albo musi rozwijać się dużo dalej, albo czekać, aż ktoś otworzy. Albo musi mieć odwagę, żeby ten szlaban po prostu otworzyć. Gdy mamy stan wyższej konieczności, ratujemy życie i mienie ludzkie, po prostu przejeżdżamy przez szlaban — dodaje st. kpt. Kamil Kulas, oficer prasowy Komendy Miejskiej Straży Pożarnej w Olsztynie. — Ludzie, stawiając szlabany, chcą czuć się bezpiecznie. Ale gdy dojdzie do tragedii, trudno to bezpieczeństwo szybko zapewnić. Gdy napotykamy utrudnienia, po zdarzeniu, do którego przyjeżdżamy, możemy podjąć czynności kontrolno-rozpoznawcze. I jeśli szlaban zastawia drogę pożarową, możemy domagać się ułatwienia dostępu. Ale to trwa i nie zawsze kończy się sukcesem. A gdy jest pożar, liczy się każda sekunda. I wtedy musimy działać.

Czasami możemy nie zdążyć

Wielkim utrudnieniem dla pojazdów uprzywilejowanych są także źle zaparkowane samochody, zwłaszcza te blokujące drogi pożarowe, które pożarowymi są tylko z nazwy. Pomoc blokują stalowe słupki, szlabany i ludzka głupota.

— Ludzie parkują swoje samochody wszędzie, gdzie jest jakieś miejsce. Byleby mieć blisko. Ale utrudnieniem są również zastawione klatki schodowe. Ludzie stawiają rowery i wózki, a gdy my musimy ewakuować pacjenta, walczymy z tym, że jest ciasno. Gdy chory ma na przykład problemy kardiologiczne i musi być zniesiony na specjalnym wózku, staje się to niemożliwe. Trzeba wtedy wzywać straż i „wycinać" rowery, które są poprzypinane do poręczy. Często ludzie nie zdają sprawy, że to utrudnia nam pracę. Nie pomyślą, że w razie czego nie mamy zapewnionej drogi dotarcia — zauważa rzecznik pogotowia. — Tylko że gdy w jednym z mieszkań dochodzi do tragedii, sąsiedzi tego nie odczuwają. Oglądają telewizję i nawet do głowy im nie przyjdzie, że gdzieś toczy się walka o życie. Że niosąc pomoc, możemy mieć problemy... Chwalimy korytarze życia na autostradach. Niestety na osiedlu karetka może nie dojechać z pomocą.

eprasa.pl 50a4d83b86

CISZA, SPOKÓJ I JEDEN MIESZKANIEC

„TYLKO MY, STARZY, PAMIĘTAMY, ŻE COŚ TAM BYŁO..." WSIE SIĘ WYLUDNIAJĄ. MIĘDZY INNYMI Z TEGO POWODU ZNAJDUJĄ SIĘ NA WARMII I MAZURACH MIEJSCOWOŚCI, W KTÓRYCH MIESZKA... TYLKO JEDNA OSOBA. NAJWIĘCEJ MAŁYCH WSI JEST W OKOLICACH BRANIEWA.

Fot. Andrzej Sprzączak

W Orzechowie zachował się kościół i cmentarz. Dziś w budynku, którym kiedyś była szkoła, mieszka tylko leśniczy z rodziną. Wieś powstała około 1575 roku w dobrach kapituły warmińskiej

ADA ROMANOWSKA
a.romanowska@gazetaolsztynska.pl

Na Warmii i Mazurach są wsie, o których dawno już zapomniano. W tych opuszczonych nie mieszka już nikt albo liczą od 1 do 2 mieszkańców. W całej Polsce takich „miniatur" są setki. O tym, że są opuszczone, decydowały różne okoliczności. W ostatnich latach taki los spotyka te, które są położone daleko od miast i te, w których za PRL był tylko PGR. Z kolei inne, szczególnie te położone nad jeziorami, zamieniły się we wsie-widma, gdzie nie ma stałych mieszkańców, a tylko latem w swoich domach mieszkają tam mieszkańcy Warszawy.

Ciągnie ich za pracą, za chlebem

Według najnowszych danych Głównego Urzędu Statystycznego w naszym regionie jest ponad 2 tysiące wsi. Najwięcej położonych jest w gminie Ełk — ponad 50, a najmniej w gminie Frombork — mniej niż 10. Największa wieś w województwie warmińsko-mazurskim pod względem liczby mieszkańców to Piecki w powiecie mrągowskim, w której mieszka 3 341 osób. Najmniejszą wsią na Warmii i Mazurach są Wilki w powiecie braniewskim. Mieszka tu tylko jedna osoba.

— Mieszka tu jedna pani, ale bywa tu też jej brat i jego syn. Brat ma przejąć tę posiadłość, a może już ja przejął? Zameldowana jest tu jednak tylko jedna osoba. Brat ma mieszkanie w Braniewie, ale tu przyjeżdża latem. Hoduje pszczółki i krówki. Ma też ciszę i spokój, bo nie ma sąsiadów, a wkoło są pola i lasy. Jest piękna przestrzeń — zauważa Piotr Huk, sołtys pobliskiego Pęciszewa. — Ta rodzina przyjechała tu tuż po wojnie. Od razu przydzielono im działkę. Nawet ja w tej wiosce kiedyś mieszkałem. Ale budynki się zawaliły i przeniesiono nas do Pęciszewa, półtora kilometra dalej. Mieszkam tu do dziś. A Wilki popadały w ruinę. Po wielu domach zostały tylko gruzy. Mieszkańcy powyjeżdżali. Takie mamy społeczeństwo, takie życie. Ciągnie ich za pracą, za chlebem. Gdy z roli nie dają rady wyżyć, to co mają robić? Każdy poszukuje lepszego życia — mówi.

I dodaje: — Ale Wilki nie są jedyne. Dużo jest takich wiosek na naszej Warmii. Na Mazurach wcale nie jest lepiej. Wilki to mała wioseczka. Blisko były Brzeziny, z których tylko gruzy zostały. Wszyscy mieszkańcy są już cmentarzu. Tam, gdzie była wieś, już las rośnie. Tylko my, starzy, pamiętamy, że coś tam było... Po Brzezinach zostały więc tylko wspomnienia. Nie ma śladu po wiosce. Kto wie, może z Wilkami za jakiś będzie podobnie?

Po prostu ludzie poumierali

Drugą niewielką wsią, w której zameldowany jest jeden mieszkaniec, są Talpity w powiecie elbląskim, lokalnie nazywane Tolpitami.

— Mieszka tu tylko jeden mężczyzna. On częściej jednak bywa w niedalekim Pasłęku. Do siebie przyjeżdża raz na jakiś czas — mówi Cezary Eichler, sołtys pobliskiej Rydzówki. — Wszyscy poumierali i tak wyszło, że we wsi nie ma już właściwie nikogo. Zostały tylko dwa budynki i stoi jeszcze pałacyk. Ale popada w ruinę. Sam dawno tam nie byłem. Pamiętam, jak kiedyś mieszkało tam pięć osób. Jedna z nich mieszkała w pałacu, ale przeprowadziła się do Rydzówki. Ludzie chętnie wyjeżdżają do większych miejscowości, ale i miastowi ściągają na wieś. Do nas, do Rydzówki, przeprowadzają się z Pasłęka, a nawet z Elbląga. Każdy ma inną sytuację i pomysł na życie. Nie można mówić, że ludzie uciekają ze wsi. Z Tolpit nikt nie uciekł. Po prostu ludzie poumierali — wyjaśnia Cezary Eichler.

Siedlisko i granica

W powiecie lidzbarskim jest wieś Ostry Kamień. Mieszka tu dwóch mężczyzn i jedna kobieta. W powiecie ełckim, w Rydzewie żyją również trzy osoby — dwie kobiety i mężczyzna. To malownicza miejscowość — leży między jeziorem Przytuły a Krzywym, około 12 km na północ od Ełku. Jeszcze w 1988 roku żyło tu 31 osób. Najwięcej było ich przed wojną. W 1933 roku Rydzewo liczyło 123 osoby.

Największa wieś w województwie warmińsko-mazurskim pod względem liczby mieszkańców to Piecki w powiecie mrągowskim, w której mieszka

3 341

osób

Kolejną niewielką wsią na Warmii i Mazurach są Kiersiny położone w powiecie braniewskim. Mieszkają tu cztery osoby — dwóch mężczyzn i dwie kobiety. W Łomnie, w powiecie nidzickim, również żyje tylko czterech mężczyzn. Z kolei we wsi Bitkowo, położonej w powiecie gołdapskim, mieszka pięć osób. Znajduje się tu siedlisko z widokiem na jezioro. Jeśli ktoś jest chętny spędzić noc w tej wsi, może wynająć cały dom za 800 zł za dobę. Ale może też pojechać do Jarocina. To jednak nie jest wieś znana z festiwali muzyki młodzieżowej, szczególnie kultowego Festiwalu Muzyków Rockowych. Znajduje się w powiecie braniewskim. Stąd natomiast piechotą można dojść do granicy z Federacją Rosyjską. Mieszka tu pięć osób. Tyle samo żyje we wsi Powiersze, położonej w powiecie bartoszyckim. Natomiast sześć osób zameldowanych jest Starym Mieście w powiecie ostródzkim. W Trosinach, w powiecie bartoszyckim, mieszka również sześć osób.

Został tylko dąb

Na Warmii i Mazurach mamy dziesiątki wsi, które istniały przez kilkaset i stanowiły stały element tutejszej historii. Dziś w wielu przypadkach pozostały po nich jedynie opuszczone cmentarze. Najbardziej znaną zagubioną wioską jest Sowiróg, która leżał nad Jeziorem Nidzkim. Została opisana przez Ernsta Wiecherta w powieści „Dzieci Jerominów". Obecnie pozostały po niej tylko zdziczałe krzewy, drzewa owocowe i potężny dąb, który dawniej stał w środku wsi, zapewne przy gospodzie. Nie ma też Wądołka niedaleko Pisza, gdzie istniała największa w Prusach Wschodnich huta żelazna. Nie ma również Piskorzewa, które powstało w 1758 roku, również niedaleko Pisza. Obecnie są tam dwa domy, w tym jeden wybudowany w 2000 roku. Od Piskorzewa na wschód znajdowała się wieś Paski, po której pozostały też tylko fundament i cmentarz.

Takie nieistniejące wsie znajdują się też w okolicy Olsztyna. Najbardziej chyba znaną jest Orzechowo, której mieszkańców komuniści wysiedlili, aby ci nie przeszkadzali gościom „imperium łańskiego". Ostatnia warmińska rodzina wyjechała do Niemiec w 1977 roku. Dziś w budynku, którym kiedyś była szkoła, mieszka tylko leśniczy z rodziną. Z 14 domów, które stały we wsi jeszcze po wojnie, nie ma już żadnego. Stoi za to kościół, zachował się też cmentarz...

eprasa.pl 50a4d83b86

PIKNIK NA ZAKOŃCZENIE ĆWICZEŃ

PIKNIK WOJSKOWY W 15 GIŻYCKIEJ BRYGADZIE ZMECHANIZOWANEJ ZAKOŃCZYŁ CYWILNE ĆWICZENIA WOJEWÓDZKIE „MIERZEJA 23", PROWADZONE WE WSPÓŁPRACY Z WOJSKIEM I INNYMI SŁUŻBAMI. NA TERENIE JEDNOSTKI NAD JEZIOREM KISAJNO SWOJE UMIEJĘTNOŚCI MOGŁA SZKOLIĆ GŁÓWNIE MŁODZIEŻ Z KLAS MUNDUROWYCH.

KATARZYNA TOMASZEWICZ
k.tomaszewicz@gazetaolsztynska.pl

Fot. Katarzyna Tomaszewicz

Pamiątkowe zdjęcie uczestników z wojewodami: warmińsko-mazurskim i podlaskim

W Giżycku mieliśmy finał cywilnych ćwiczeń wojewódzkich, powiązanych również ze szczeblem wojskowym. W ćwiczeniach uczestniczyły samorządy gminne i powiatowe. W sumie zaangażowanych było sześć powiatów — mówi Krzysztof Kuriata, dyrektor Wydziału Bezpieczeństwa i Zarządzania Kryzysowego Warmińsko-Mazurskiego Urzędu Wojewódzkiego w Olsztynie. — Przez ostatnie trzy dni ćwiczyliśmy bardzo intensywnie, m.in. powiat działdowski, elbląski, Braniewo, Pasłęk, Elbląg, Giżycko. Punktem kulminacyjnym, angażującym najwięcej sił i środków, była ewakuacja ludności cywilnej z sąsiedniego województwa podlaskiego na teren warmińsko-mazurskiego. Przyjechało do nas około 300 osób, zadania związane z ewakuacją odgrywali uczniowie klas mundurowych z województwa podlaskiego: Łomży i Ciechanowca. Zadaniem strony cywilnej było znalezienie dla nich bezpiecznego schronienia, zakwaterowania, wyżywienia. Zakończyliśmy to wszystko pikniknikiem, na którym młodzież mogła jeszcze dodatkowo doskonalić swoje umiejętności. Wszystko robimy we współpracy ze służbami: wojskiem, policją, strażą graniczną, ratownictwem medycznym.

Jak wyjaśnia dyrektor Kuriata, cywilne ćwiczenia „Mierzeja 23" oraz „Podlasie 23" prowadzone są równolegle przy wojskowych manewrach Anakonda 23. W tegorocznej Anakondzie bierze udział ponad 12 tysięcy polskich żołnierzy oraz kilkuset z państw NATO i krajów partnerskich. Głównym celem ćwiczenia jest doskonalenie umiejętności związanych z planowaniem, organizowaniem i prowadzeniem działań bojowych na arenie międzynarodowej. Scenariusz ćwiczeń przygotowany jest w taki sposób, aby jak najbardziej przypominał rzeczywistą sytuację. Całość ćwiczeń wpisuje się w profil i dynamikę obecnych zagrożeń i problemów strategiczno-operacyjnych, które występują wzdłuż wschodniej flanki NATO, w tym w szczególności w rejonie Morza Bałtyckiego.

Anakonda 23 to już 9. edycja ćwiczeń z udziałem wojsk sojuszniczych i partnerskich. Część aktywna tych zadań trwa od 17 kwietnia do 16 maja tego roku.

W pikniku na zakończenie „Mierzei 23" wzięli udział: dowódca 15 GBZ gen. Piotr Fajkowski, dowódca 4 WMBOT płk Jarosław Kowalski, wojewoda warmińsko-mazurski Artur Chojecki oraz wojewoda podlaski Bohdan Paszkowski.

— Dziękuję wam za udział w ćwiczeniach dotyczących ewakuacji z naszego województwa na teren sąsiedniego warmińsko-mazurskiego — mówił do młodzieży wojewoda podlaski. — Ćwiczenia odbywały się we współpracy urzędników z wydziałów zarządzania kryzysowego obu województw. Dziękuję wojewodzie warmińsko-mazurskiemu Arturowi Chojeckiemu i jego pracownikom, dziękuję również generałowi Piotrowi Fajkowskiemu, dowódcy 15 Giżyckiej Brygady Zmechanizowanej, że na terenie jego jednostki mogliśmy te ćwiczenia przeprowadzić, a także dowódcy 4 Warmińsko-Mazurskiej Brygady Wojsk Obrony Terytorialnej płk. Jarosławowi Kowalskiemu i pozostałym oficerom zaangażowanym w działania. To szkolenie realizujemy w ramach ćwiczeń ogólnowojskowych Anakonda 23, ale w ich ramach mamy też elementy współdziałania władz cywilnych z wojskiem i z innymi służbami. Chcemy, aby nasz kraj był bezpieczny i w razie zagrożeń zewnętrznych czy wewnętrznych trzeba mieć pewne elementy przećwiczone.

Podczas pikniku młodzież chętnie brała udział w szkoleniach m.in. ze strzelania czy udzielania pierwszej pomocy. W specjalnym pomieszczeniu przeznaczonym do ćwiczeń w strzelaniu zdecydował się sprawdzić także wojewoda Artur Chojecki.

Uczniowie z zainteresowaniem oglądali sprzęt zaprezentowany przez 15 Giżycką Brygadę Zmechanizowaną. Z rozmów młodych ludzi z żołnierzami wynikało, że sporo osób myśli o dalszej karierze zawodowej właśnie w służbach mundurowych.

— Myślę, że to dobry pomysł zostać żołnierzem. Pewna praca, możliwości rozwoju, prestiż. Uważam, że jestem zdyscyplinowany, dobrze zorganizowany, a to cechy, które dobremu żołnierzowi się przydadzą. Poważnie myślę o wojsku po zakończeniu liceum — powiedział nam jeden z uczniów klasy mundurowej liceum w Ciechanowcu.

Fot. W-MUW Olsztyn

eprasa.pl 50a4d83b86

VII KONGRES PRZYSZŁOŚCI, CZYLI PRZYSZŁOŚĆ W KONTEKŚCIE DYNAMICZNEGO ROZWOJU

JUŻ NIEDŁUGO ODBĘDZIE SIĘ VII EDYCJA KONGRESU PRZYSZŁOŚCI — NAJBARDZIEJ OPINIOTWÓRCZEGO WYDARZENIA NA WARMII I MAZURACH, KTÓRE GROMADZI W OLSZTYŃSKIM KORTOWIE EKSPERTÓW I AUTORYTETY Z RÓŻNORODNYCH DZIEDZIN.

Odbywająca się w tym roku VII edycja Kongresu Przyszłości odbędzie się 16 maja w kortowskim Centrum Konferencyjno-Szkoleniowym UWM w Olsztynie. W poprzednich latach spotkania, debaty i rozmowy podczas Kongresu skutkowały nie raz podejmowaniem strategicznych inicjatyw, pomysłów i decyzji, a finalnie nierzadko stawały się impulsem do działań i finalizacji projektów.

Podczas tegorocznej edycji zaprezentowane zostaną m.in. koncepcje przyszłości dla Warmii i Mazur, konspekty dynamicznego rozwoju technologii i jej wpływu na jakość życia i zdrowia mieszkańców regionu. Uczestnicy będą mogli być świadkami prelekcji, debat i paneli dyskusyjnych, w których eksperci z szerokiej gamy środowisk będą dzielić się swoją wiedzą i przemyśleniami. Kongres będzie odbywał się w trzech salach, na których będą podejmowane różnorodne tematy.

W Sali Kongresowej odbędą się panele:

— Twój Partner w biznesie – funkcjonowanie stref i Polskiej Strefy Inwestycji

— Bezpieczeństwo narodowe i aktualna sytuacja geopolityczna w kontekście wojny na Ukrainie

— Samorząd Przyszłości – jak się zmierzyć z nadchodzącymi wyzwaniami

— Gospodarka i ekonomia światowa – ich wpływ na obecną sytuację w Polsce

— Infrastrukturalne inwestycje w regionie

— Inteligentne specjalizacje woj. warmińsko-mazurskiego szansą dla rozwoju regionu

— Synergia nauki i biznesu

W Sali Błękitnej zostaną zaprezentowane panele:

— Gospodarka odpadami – problemy i wyzwania

— Fundusze europejskie dla przedsiębiorstw na lata 2021-2027

gotv

— Komunikacja strategiczna w dobie kryzysu(ów)

— Tradycją w nowoczesność

— Zielona Automatyzacja i Cyfryzacja nową Regionalną Inteligentną Specjalizacją Regionu

— Co się dzieje na Ukrainie, a o czym nie wiedzą media?

A panele Sali Karmazynowej to:

— Medycyna przyszłości – nowoczesne zarządzanie szpitalem

— Profilaktyka – lepiej zapobiegać niż leczyć

— Dobrostan pracowniczy i nowe spojrzenie na kulturę organizacyjną

— Pomysł na biznes – inwestycje w niszowe obszary

— Zmiana trendów na rynku pracy w Polsce. Idzie nowe?

— Covid, covid... i co dalej?

— Czego seniorzy oczekują od państwa, samorządów i społeczeństwa

Kongres Przyszłości, jako ogólnopolskie wydarzenie przyciągające gości zarówno z kraju, jak i zagranicznych, jest też unikalną okazją dla przedsiębiorców na pozyskanie nowych kontaktów biznesowych. Nierzadko poprzednie edycje Kongresu Przyszłości skutkowały powstaniem nowych konspektów planów biznesowych i szansą na rozwój prywatnych przedsiębiorstw.

Organizowany Kongres Przyszłości przez „Gazetę Olsztyńską" i Grupę WM jest stworzony z myślą o wartości merytorycznej wydarzenia, ale także w kierunku korzyści jego uczestników. W trakcie Kongresu organizatorzy przygotowali dla gości liczne atrakcje towarzyszące: degustacje regionalnych produktów, strefę networkingową, strefy wystawiennicze i pokazy technologiczne.

Zakończenie wydarzenia zostanie okraszone występem artystycznym znakomitego satyryka i artysty kabaretowego — Marcina Dańca.

Uczestnictwo w wydarzeniu jest bezpłatne. Przebieg tegorocznej edycji Kongresu Przyszłości zostanie transmitowany żywo online przez „Gazetę Olsztyńską". Wszystkie panele i debaty będą nagrywane oraz będzie można je obejrzeć na stronie gazetaolsztynska.pl, na Facebooku „Gazety Olsztyńskiej" i na stronie Kongresu Przyszłości.

Fot. Zbyszek Woźniak

eprasa.pl 50a4d83b86

VII KONGRES PRZYSZŁOŚCI 16V 2023

2023 ROK MIKOŁAJA KOPERNIKA

ORGANIZATORZY

KONGRES PRZYSZŁOŚCI
GAZETA OLSZTYŃSKA
DZIENNIK ELBLĄSKI
GRUPA WM

FLOTA KONGRESU

VOLVO
NORD AUTO

PARTNERZY STRATEGICZNI

PGZ
Bank Polski
LASY PAŃSTWOWE
WARMIA MAZURY

PARTNERZY

Polska Strefa Inwestycji
Warmińsko-Mazurska Specjalna Strefa Ekonomiczna
BGK Bank Gospodarstwa Krajowego
Polcar
automotto
Warmińsko-Mazurska Agencja Rozwoju Regionalnego S.A. w Olsztynie
enterprise europe network
EUROPE DIRECT Warmia i Mazury
TOTAL-EKO Organizacja Odzysku Opakowań S.A.
ZIEMAR Szwarcenowo
POLMLEK Grupa Polmlek
arp Agencja Rozwoju Przemysłu S.A.
FUNDACJA WSPARCIA NAUKI I BIZNESU
NFZ Narodowy Fundusz Zdrowia
PGK Komunalnik Sp. z o.o.
LEROY MERLIN
Zespół Opieki Zdrowotnej w Nidzicy
PTG Polskie Towarzystwo Gospodarcze
Atlantic Swiss made watches since 1888
Projekt ARCHÉ Fundacja
1987 SZABELSKI Piekarnia • Cukiernia
KOMEC
Międzynarodowe Forum Kobiet
Powiat Kętrzyński
KLER Estd 1973
POLKA
Olsztyn O!Gród z natury
Powiat Olsztyński
Miasto Ełk
STAROSTA DZIAŁDOWSKI Paweł Cieśliński
POWIAT NIDZICKI
KĘTRZYN
GMINA MIEJSKA LIDZBARK WARMIŃSKI
GMINA BARCIANY
GMINA ORZYSZ
Wojewoda Warmińsko-Mazurski Artur Chojecki
Ministerstwo Edukacji i Nauki
MEiN TECH
gt
IBE Instytut Badań Edukacyjnych
ORE Ośrodek Rozwoju Edukacji
weagree

PATRONI HONOROWI

Mariusz Błaszczak Wicepremier Minister Obrony Narodowej
Ministerstwo Aktywów Państwowych
Minister Spraw Zagranicznych
Minister Infrastruktury
Ministerstwo Finansów
Wojewoda Warmińsko-Mazurski Artur Chojecki
Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego Gustaw Marek Brzezin
Starosta Olsztyński Andrzej Abako
Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi
Minister Edukacji i Nauki
Ministerstwo Klimatu i Środowiska
Ministerstwo Rozwoju i Technologii
Patronat honorowy Prezydent Olsztyna Piotr Grzymowicz
Patronat Honorowy Witold Wróblewski Prezydent Elbląga
Prezydent Miasta Ełku Tomasz Andrukiewicz
Patronat honorowy JM Rektor Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie Jerzy A. Przyborowski

PATRONI MEDIALNI

GAZETA OLSZTYŃSKA
DZIENNIK ELBLĄSKI
GO TV
BIZNES Warmii i Mazur
iWiM Inwestycje Warmii i Mazur

623otbp-O-K

eprasa.pl 50a4d83b86

PRACOWITY JAK TEOFIL RUCZYŃSKI

W DZIECIŃSTWIE PASŁ GĘSI, W DOROSŁOŚCI NAPISAŁ NIEMAL TYLE WIERSZY CO MARIA ZIENTARA-MALEWSKA, MICHAŁ LENGOWSKI I ALOJZY ŚLIWA RAZEM WZIĘCI — DR JAN CHŁOSTA MÓWI O BOHATERZE SWOJEJ NAJNOWSZEJ KSIĄŻKI. TO PISARZ, POETA, NAUCZYCIEL TEOFIL RUCZYŃSKI (1896-1979).

— Kolejna książka pana autorstwa, tym razem o zapomnianym pisarzu, poecie, dziennikarzu, folkloryście Teofilu Ruczyńskim. Czym pana ujął?

— Wielką pracowitością, ambitnym podejściem do życia, wszechstronnymi zainteresowaniami. Był związany z Olsztynem, ale jego biografia to również historia ziemi lubawskiej, ważnej dla naszego regionu. Uznałem, że wśród napisanych przeze mnie biografii powinien zaistnieć także Teofil Ruczyński. Książka została nadzwyczaj starannie wydana przez wydawnictwo WIT Witolda Mierzejewskiego. Ma oryginalną szatę graficzną, dobre zdjęcia i jakość papieru.

— Ruczyński był bardziej związany z Lubawą, niż z Olsztynem.

— Ziemia lubawska była jego miejscem rodzinnym. Tam spędził najwięcej lat swego długiego, 83-letniego, życia. Z tego powodu uchodził za kronikarza tego zakątka województwa o nieco odmiennych dziejach niż większość ziem regionu. W Olsztynie spędził niecałe dziesięć lat, był nauczycielem historii. Musiał jednak zrezygnować z pracy z powodu wady słuchu.

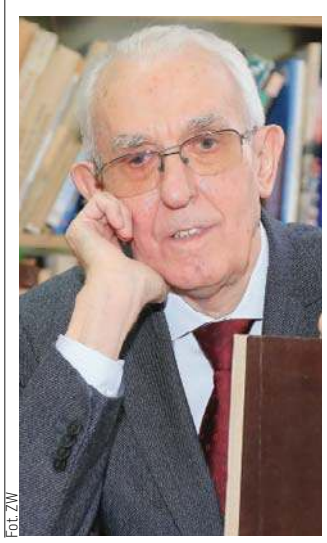
— Jak wyglądało jego życie w Olsztynie?

— Już na początku dostał niełatwe zadanie. W maju 1945 roku, trzy tygodnie po przybyciu do miasta, miał zorganizować kurs pedagogiczny dla młodzieży warmińskiej — głównie dla dziewcząt. I to mu się udało, choć szkoły w ostatniej fazie wojny zostały zamienione przez Niemców w szpitale, brakowało zeszytów i książek. Absolwenci kursu, pracując następnie jako nauczyciele, wciąż uzupełniali swoje kwalifikacje. W Olsztynie był też radnym Miejskiej Rady Narodowej, członkiem Klubu Literackiego, zbierał pieśni i gadki ludowe Warmii, Mazur oraz pogranicza ostródzko-lubawskiego.

— Jaka była droga syna niezamożnych gospodarzy do posady nauczyciela i kariery pisarza?

— Był bardzo ambitny i chłonął wiedzę. Przytoczę jeden fakt z jego życia. Gdy skończył szkołę podstawową, rodziców nie było stać, by kształcić syna w gimnazjum, pomagał więc w gospodarstwie. Potem odbywał służbę wojskową. W jednostce były wygłaszane pogadanki, głównie z historii wojskowości pruskiej. Kiedyś prowadzący wykład porucznik, zadał rekrutom kilka pytań i tylko Ruczyński znał odpowiedzi. Porucznik, zaskoczony jego wiedzą, zapytał, dlaczego zaprzestał nauki. Odpowiedź była jedna — stan majątkowy rodziców.

— Uczył się pruskiej historii, ale szczególnie pokochał Grunwald?



Fot. ZW

Fot. Materiały Agencji WIT

Teofil Ruczyński z uczniami I Liceum Ogólnokształcącego w Olsztynie w 1948 roku

— Już jako dwunastolatek, w 1908 roku, wybrał się z kolegą piechotą do Stębarka, czyli w miejsce bitwy z 1410 roku. Świadczy to o jego fantazji i patriotyzmie. Stąd narodził się jego wiersz „Na szlaku Jagiełłowym". Przed 500. rocznicą bitwy zarówno „Gazeta Olsztyńska", jak i „Pielgrzym" zamieszczały wiele artykułów o zwycięstwie Polaków nad Krzyżakami.

— Legendarna była jego pracowitość.

— Rzeczywiście. Teofil Ruczyński wyróżniał się nadzwyczajną pracowitością. Liczbą napisanych wierszy niemal przewyższał troje „poetów ludowych", tak w 1952 roku określono Marię Zientarę-Malewską, Michała Lengowskiego i Alojzego Śliwę, którzy zostali przyjęci do Związku Literatów Polskich. Wówczas też Ruczyński znalazł się wśród nich. Większość swoich wierszy poświęcił ziemi lubawskiej. Do tego trzeba dodać blisko 400 artykułów, drukowanych w „Życiu Olsztyńskim", „Głosie Olsztyńskim", miesięczniku „Warmia i Mazury" oraz w regionalnym dodatku do „Słowa Powszechnego", czyli w „Słowie na Warmii i Mazurach", którego był współzałożycielem. Pisał także rozprawy o historii swej rodzinnej Lubawszczyzny, jednak wiele tekstów pozostało w maszynopisach: „Historia Warmii i Mazur," dzieje samej Lubawy i, niemal stustronicowy, tekst o wpływie wydarzeń powstania styczniowego na losy mieszkańców ziemi lubawskiej.

— Był samoukiem?

— Tak, bardzo dużo czytał. Z powodów finansowych dopiero w wieku 23 lat rozpoczął naukę w seminarium nauczycielskim w Lubawie. Był bardzo pilnym słuchaczem, skończył kurs w skróconym czasie. Jednak nie miał przygotowania do pisania rozpraw historycznych oraz dostępu do materiałów dokumentacyjnych w Lubawie, gdzie mieszkał od 1956 roku, natomiast miał duże ambicje, by je pisać. Wcześniej, w Olsztynie, korzystał ze zbiorów miejscowej Stacji Naukowej Polskiego Towarzystwa Historycznego, kierowanej przez Emilię Sukertową-Biedrawinę.

DR JAN CHŁOSTA: TEOFIL RUCZYŃSKI BYŁ KRONIKARZEM RODZINNYCH STRON

— W Tuczkach, Lubawie i Olsztynie, gdzie mieszkał, czytał różne gazety.

— Na pewno pelplińskiego „Pielgrzyma" i „Gazetę Grudziądzką". Miał w rękach „Gazetę Olsztyńską", bo w sposób szczególny eksponowała zawsze w lipcu każdego roku zwycięstwo króla Władysława Jagiełły nad krzyżakami pod Grunwaldem. Debiutował w 1920 roku wierszem „Trzeci Maj" w „Głosie Lubawskim".

— Czy Lubawa pamięta o Ruczyńskim?

— Tak. Pisarz patronuje jednej z ulic miasta oraz Bibliotece Miejskiej w Lubawie. W lubawskiej bibliotece zostały zgromadzone pamiątki po nim, w tym także niedrukowane teksty w maszynopisie. Znalazły się tam również nieopublikowane wiersze ze zbiorku „W kręgu przyjaźni". Warto się zastanowić nad ich wydaniem. Bardzo mu na tym zależało. Jest też patronem Szkoły Podstawowej w Prątnicy w powiecie iławskim.

— Jego córka Zofia Dudzińska była znaną dziennikarką na Warmii i Mazurach.

— Pracowała w „Głosie Olsztyńskim", „Gazecie Olsztyńskiej", „Słowie na Warmii i Mazurach", „Dzienniku Pojezierza". Wspomagała swego ojca podczas organizacji zjazdu absolwentów lubawskiego seminarium nauczycielskiego jeszcze w 1973 roku. Pisała o tym na łamach „Gazety Olsztyńskiej".

TEOFIL RUCZYŃSKI, PISARZ, POETA, FOLKLORYSTA URODZIŁ SIĘ W 1896 R. W ZWINIARZU, ZMARŁ W 1979 R. W LUBAWIE.

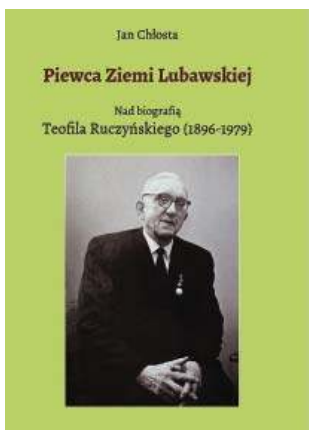
— Ruczyński miał aż trzy żony?

— Dwie zmarły wcześniej. Trzecia, Anna Maria Drozdowska, przeżyła pana Teofila o pięć lat, zmarła w 1984 roku. Jak mówił, wszystkie żony były wyrozumiałe i odnosiły się z szacunkiem do jego pracy literackiej. Panią Annę Marię nazywano nawet w Lubawie Panią Poetową.

— „Pan Teofil" — pisze pan o Ruczyńskim. Znał go pan?

— Tak. Podziwiałem jego wytrwałość, szacunek do rodzinnych stron i zacięcie kronikarskie. Zmagał się z narastającą głuchotą, źle widział, ale znosił ten stan ze spokojem. Pisał „chociaż w życiu trosk jest wiele, chociaż nieraz spada cios, gdy są z nami przyjaciele, znośny życia los".

BEATA BROKOWSKA
b.brokowska@gazetaolsztynska.pl



Okładka książki Jan Chłosty o Teofilu Ruczyńskim „Piewca Ziemi Lubawskiej"

eprasa.pl 50a4d83b86

12 maja – 18 maja 2023

dodatek
TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

Treść programu i foto dzięki uprzejmości: Prasowej Agencji Telewizyjnej, Polsatu, TVP1, TVP2, TVN, TV4, TVN7, TV Puls, TV Trwam, TVP Kultura
INFORMUJEMY, ŻE REDAKCJA NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA ZMIANY W PROGRAMACH TV
Wydawca: Dodatek sp. z o.o., ul. Wiatrakowa 11/3, 85-115 Bydgoszcz, tel. 516-018-821, e-mail: iwona@magraf.pl. Redaktor naczelny: Sławomir Grzmiel
ISSN 1643-2460. Skład komputerowy: Magraf, sp.j.

Piątek

22:10 TVN
Saga Zmierzch: Przed świtem
film horror, USA, 2011

Pierwszy film finałowej opowieści z cyklu Saga zmierzch. Bella i Edward wyjeżdżają w podróż poślubną. Wkrótce Bella odkrywa, że jest w ciąży. To szczęśliwe zdarzenie wprowadza w życie młodych małżonków wiele zamieszania. Tym bardziej, że przebiegowi ciąży daleko do normy i najbliżsi Belli zaczynają się zastanawiać, czy poczęcie jest dla niej najlepszym wyjściem.

Sobota

22:40 TVP2
Patryk
film obyczajowy, prod. Wielka Brytania, 2018

Sara Francis dostaje w spadku po babci psa, który sprawia jej tylko same kłopoty. Właściciel mieszkania, od którego wynajmuje lokum, nie toleruje żadnych zwierząt. W dodatku ona sama jest w nienajlepszej formie, bo jej chłopak odszedł do innej. Tymczasem podopieczny rasy mops przysparza jej zmartwień, jest nieposłuszny, ucieka albo wyjada najsmaczniejsze kąski, jakie znajdzie w mieszkaniu, a poza tym jest bardzo rozpieszczony i ma humory. Sara rozpoczyna pracę w szkole jako nauczycielka i właściwie całymi dniami będzie nieobecna.

Niedziela

21:20 TVP 1
Żeby nie było śladów
dramat, Polska, 2022

Polska, 1983 roku. W kraju wciąż obowiązuje, mimo zawieszenia, wprowadzony przez komunistyczne władze stan wojenny, mający na celu zduszenie solidarnościowej opozycji. 12 maja Grzegorz Przemyk, syn opozycyjnej poetki Barbary Sadowskiej, zostaje zatrzymany i ciężko pobity przez patrol milicyjny. Przemyk umiera po dwóch dniach agonii. Jedynym świadkiem śmiertelnego pobicia jest jeden z kolegów Grzegorza, Jurek Popiel, który decyduje się walczyć o sprawiedliwość i złożyć obciążające milicjantów zeznania.

Poniedziałek

23:00 POLSAT
Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa
film gangsterski, Polska, 2019

Film gangsterski. „Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa" to opowieść o przyjaźni i miłości w czasach, w których pozwolenie sobie na emocje mogło okazać się tragiczne w skutkach.
W życiu głównego bohatera liczą się tylko dwie osoby – najbliższy przyjaciel i ukochana kobieta, a światem jego interesów rządzi przemoc.

Wtorek

23:35 TVP 2
Żelazny most
dramat, Polska, 2019

Sztygar Kacper, rozdzielając zadania pracującym pod ziemią górnikom, wysyła swojego przyjaciela, Oskara, na najdalsze odcinki, by mieć więcej czasu na spotkania z jego żoną, Magdą. Jedno ze spotkań kochankom przerywa telefon z kopalni - miał miejsce wstrząs o niespotykanej sile, nie ma kontaktu z załogami pracującymi pod ziemią. Wkrótce okazuje się, że niewiadomy jest los Oskara. Uwalniający się metan uniemożliwia bezpieczne dotarcie do zasypanego, dlatego za namową Kacpra, kierownik akcji ratunkowej zarządza przedostanie się do niego za pomocą otworu drążonego z powierzchni, podobnie jak to zrobiono podczas słynnej akcji w Chile.

Środa

22:40 TVN
Wyścig śmierci
film sensacyjny, USA/Niemcy/Wielka Brytania, 2008

Wielokrotny zwycięzca wyścigów samochodowych, Jansen Ames, zostaje oskarżony o brutalne morderstwo żony i skazany na więzienie. Za murami okazuje się, że będzie mógł on znacznie poprawić swoją sytuację biorąc udział w morderczych wyścigach samochodowych. Ames powoli zaczyna wyjaśniać tajemnicę morderstwa żony i dochodzić sprawiedliwości na jego sprawcach.

Czwartek

22:40 TVN
Last Minute
film komedia, Polska, 2013

Pełne słońce, wypoczynek, palmy, piramidy, opaska all inclusive. I do tego wszystko za darmo! Wygrana wycieczka do Egiptu miała być dla Tomka, jego pełnej energii matki, nastoletniej córki i sprytnego syna przygodą życia. Tymczasem na lotnisku gubią ich bagaże, w hotelu dają zły pokój, w kuchni nie dają jedzenia, na domiar złego Tomek w hotelowym lobby przypadkowo spotyka licealną miłość z przyrośniętym do jej boku ideałem mężczyzny. Gorzej być nie może? Może! Organizator wycieczki plajtuje, konsulat uparcie milczy, a zawartość portfela topnieje w błyskawicznym tempie. A święta za pasem...

PIĄTEK • 12 maja

TVP 1

04:45 Klan - telenowela
05:15 Dziedzictwo - serial
06:05 Wspaniałe stulecie
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Agape Blisko Ciebie
08:00 Wiadomości
08:10 Kwadrans polityczny
08:25 Informacje kulturalne
08:30 Pogoda poranna
08:40 Ranczo - serial
09:40 Komisarz Alex - serial
10:40 Ojciec Mateusz - serial
11:30 Leśniczówka - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:35 Agropogoda - magazyn
12:40 Magazyn Rolniczy
13:00 Natura w Jedynce - Tajemnice zwierząt
14:00 Wspaniałe stulecie
15:00 Wiadomości
15:20 ALARM! - magazyn

15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:05 Dziedzictwo - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:20 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela
18:25 Leśniczówka - serial
19:00 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:15 ALARM! - magazyn
20:35 Krucjata. Prawo serii - serial kryminalny
21:30 U Pana Boga za piecem - komedia, reż. Jacek Bromski
23:20 Kres niewinności - serial obyczajowy
00:15 Killerman - film fabularny
02:15 Conan Barbarzyńca - film fantasy, prod. USA, 2011
04:15 S. W. A. T. - Jednostka specjalna - serial

TVP 2

05:00 Na sygnale - serial
05:30 M jak miłość - serial
06:20 Anna Dymna - spotkajmy się
06:55 Rodzinka.pl - serial
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:40 Pytanie na śniadanie
11:10 Smaki świata - po iberyjsku - magazyn
11:45 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Akacjowa 38 - serial
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial
15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial
15:50 Przepis dnia
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - serial
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

18:45 Akacjowa 38 - serial
19:30 Barwy szczęścia
20:00 Przepis dnia
20:10 Barwy szczęścia
20:50 Postaw na milion - teleturniej
21:50 Tak to leciało! - teleturniej
22:55 Kino relaks - Tak to się teraz robi - komedia, prod. USA, 2010, reż. Josh Gordon, Will Peck, wyk. Jennifer Aniston, Jason Bateman, Patrick Wilson, Jeff Goldblum
00:45 Zainwestuj w miłość - komedia
02:20 Adrenalina 2 - Pod napięciem - film akcji, prod. USA, 2008, reż. Mark Neveldine, Brian Taylor, wyk. Jason Statham, Amy Smart, Efren Ramirez

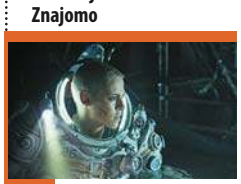
TVN

05:50 Uwaga! - program interwencyjny
06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy
07:00 Doradca smaku - program kulinarny
07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:30 Ukryta prawda - program
12:35 Kuchenne rewolucje
13:40 Szpital - program obyczajowy
14:45 Ukryta prawda
15:50 Kuchenne rewolucje
16:55 Sekrety życia - program
17:55 Ukryta prawda - program
19:00 Fakty - informacje
19:30 Sport - informacje
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga! - program interwencyjny

20:00 Shrek 2 - film komedia, USA, 2004, reż. Andrew Adamson, Kelly Asbury, Conrad Vernon, wyk. Mike Myers, Eddie Murphy, Cameron Diaz, Julie Andrews, Antonio Banderas, John Cleese, Rupert Everett
22:10 Saga Zmierzch: Przed świtem Część I - film horror, USA, 2011, reż. Bill Condon, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner
00:30 Kuba Wojewódzki - program
01:35 Na granicy światów - serial
02:35 Szpital
03:35 Uwaga!
03:55 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny
04:25 Recepta na stary dom - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy - telenowela dokumentalna
09:40 Sekrety rodziny - serial obyczajowy
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia - serwis informacyjny
13:20 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112
17:00 Gliniarze
18:00 Pierwsza miłość
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:05 Twoja Twarz Brzmi Znajomo



22:10 Głębia strachu
Norah Price jest częścią załogi badawczej obsługującej wiertło na głębokości 11 000 metrów pod powierzchnią morza, w mrocznych głębinach Rowu Mariańskiego. Pewnego dnia dochodzi do trzęsienia ziemi, które uszkadza strukturalną integralność cienkich metalowych ścian oddzielających laboratorium od słonej wody pod ciśnieniem ponad 10 tys. atmosfer. Załoga musi zadbać o swoje bezpieczeństwo i przetrwanie
00:15 Wschodzące słońce
03:05 Zjedz Kambodżę
03:35 Nasz Nowy Dom
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Muzyczne poranki
07:35 Informacje kulturalne
08:05 Co dalej? - program publicystyczny
08:40 Mazurki nad Wisłą - Maria Bienias - cykl reportaży
09:20 Dzień świąteczny - komedia, prod. Francja, 1949, reż. Jacques Tati, wyk. Jacques Tati, Guy Decomble, Santa Relli, Paul Frankeur
11:00 Dom - serial, reż. Jan Łomnicki, wyk. Jolanta Żółkowska, Tomasz Borkowy, Bożena Dykiel, Stefania Iwińska, Barbara Soltysik, Joanna Szczepkowska, Anna Ciepielewska, Jan Englert, Wirgiliusz Gryń, Tadeusz Janczar
12:50 Legendy Rocka - Jazz Rock - cykl dokumentalny
13:15 Legendy Rocka - Croonerzy soulowi - cykl dokumentalny
13:55 Informacje kulturalne

14:25 Złoto dezerterów - komedia, reż. Janusz Majewski
16:40 Mistrzowie pędzla
17:45 Res Poloniae
18:20 Dziecko szczęścia czyli Jeremi Przybora
18:50 Piosenki Jeremiego Przybory i Jerzego Wasowskiego - koncert
20:05 Wieczór kinomana - Trzeci człowiek
21:55 Informacje kulturalne
22:20 Eureka biblioteka!
22:45 Women make film
24:00 Upadłe anioły - film fabularny
01:50 Teraz animacje! - Igraszki - film animowany
01:55 Teraz animacje! - Samotność - film animowany
02:20 Kino nocne - Mahler - film fabularny

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
09:00 Kurierzy - serial fabularno-dokumentalny
10:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
11:00 Zaklinaczka duchów
13:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
14:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
16:00 Kurierzy - serial fabularno-dokumentalny
17:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
18:00 Kurierzy - serial fabularno-dokumentalny
19:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy

20:00 Momentum
Alexis za sprawą swojego partnera bierze udział w wielkiej kradzieży. Obiecuje sobie, że to już ostatni skok w jej życiu. Planowana kradzież drogocennych diamentów ma ich ustawić na resztę życia. Okazuje się jednak, że szlachetne kamienie były jedynie przynętą. Teraz, zamieszana w morderstwo i ścigana przez zawodowego zabójcę Alexis musi odkryć tajemnice skrywane przez tych, którzy wzięli ją na cel.
21:55 Snake eyes: Geneza G.I. Joe
00:35 13 Dzielnica
02:05 Menu na miarę
02:45 Z archiwum policji - serial dokumentalny

TVN 7

05:00 Szkoła - program obyczajowy
06:55 Szpital - program obyczajowy
07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:00 Idealna niania - program obyczajowy
11:45 Zagadki losu - program obyczajowy
12:45 Szpital - program obyczajowy
13:45 Sąd rodzinny - program sądowy
14:45 Tajemnice miłości - program
15:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Zagadki losu - program obyczajowy
17:55 Magia kina - program
18:25 Matki, córki, przyjaciółki - program lifestylowy
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 Wytańczyć marzenia - film obyczajowy
Oparta na faktach historia uznanego na arenie międzynarodowej tancerza baletowego Pierra Dulane. Po zakończeniu kariery Dulane jest instruktorem tańca w szkole publicznej w Nowym Yorku. W momencie, kiedy jego metody nauki ścierają się z hip hopowymi instynktami jego uczniów, tworzy zespół, który kreuje nowy styl tańca i staje się jego mentorem.
22:35 Ciekawy przypadek Benjamina Buttona - film obyczajowy
01:55 Mój sąsiad morderca - program
03:55 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Łowcy Skarbów. Kto da więcej **10:50** Hardkorowy lombard **11:50** Policjantki i Policjanci **12:55** Detektywi w Akcji **13:55** STOP Drogówka **15:55** Policjantki i Policjanci **17:00** Łowcy Skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Gwiazdy Kabaretu **21:00** Farma **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:00** Efekt motyla 3. Sam Reide ma niezwykłą zdolność podróżowania w czasie. Cofając się w przeszłość pomaga policji identyfikować morderców. **01:55** Śmierć na 1000 sposobów **02:25** Disco Polo Life **03:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

12:00 Regina Coeli **12:03** Informacje dnia **12:20** Żołnierz Niezłomny Kościoła **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** Muzyczne chwile **14:30** Zrozumieć Antycywilizacje **14:55** Słowo życia **15:00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia Koronką do Bożego Miłosierdzia **15:20** Mocni w Wierze **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Siódmy Sakrament **16:35** Święty na każdy dzień **16:40** Prosto o gospodarce **17:00** 10 obrazów z życia Prymasa **17:30** Geopolityka **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Regina Coeli **18:05** Informacje dnia **18:15** Westerplatte Młodych **19:00** Warto zauważyć. . . w mijającym tygodniu **19:30** Brat Franciszek **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski

eprasa.pl 50a4d83b86

SOBOTA • 13 maja

TVP 1

05:30 Hotel pod żyrafą i nosorożcem - serial
06:20 Balans bieli - magazyn
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:40 Rok w ogrodzie
08:05 Rok w ogrodzie Extra
08:20 wojsko - polskie.pl
08:45 Pełnosprawni
09:15 Sprawa dla reportera
10:15 Fascynujący świat - Futbol, książę William i nasze zdrowie psychiczne
11:15 Fascynujące miejsca - Fascynujące Wogezy - dzikość w środku Europy
11:35 Wiesz czy nie wiesz?
12:35 Gwiazdy w południe - Kapitan Apacz - western
14:10 Z pamięci - Stanisław Ignacy Witkiewicz
14:25 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny

14:55 Korona królów. Jagiellonowie - telenowela historyczna
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
18:25 Kulisy serialu Ojciec Mateusz - felieton
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
19:30 Wiadomości
20:15 ALARM! - magazyn
20:30 Program rozrywkowy
21:00 Konkurs Piosenki Eurowizji - Liverpool 2023 - finał - koncert
00:55 Conan Barbarzyńca - film fantasy, prod. USA, 2011
02:55 Jaka to melodia?
03:50 Z pamięci - Stanisław Ignacy Witkiewicz

TVP 2

05:20 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
06:55 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial
07:55 Pytanie na śniadanie
11:20 Rodzinny ekspres
11:55 Tak to leciało!
12:50 Ameryka da się lubić
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2023 - widowisko muzyczne
16:20 Na dobre i na złe - serial
17:15 Tacy byliśmy - Pefrect
17:50 Dla niesłyszących - Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 O mnie się nie martw - serial
19:35 Reportaż kulturalny
20:00 60 lat minęło. Największe hity opolskich festiwali - widowisko

20:55 Królowe życia - komedia, prod. Wielka Brytania, USA, 2019, reż. Shane Atkinson, wyk. Diane Keaton, Jacki Weaver, Pam Grier
22:40 Patryk - film obyczajowy, prod. Wielka Brytania, 2018, reż. Mandie Fletcher, wyk. Beattie Edmondson, Ed Skrein, Tom Bennett
00:30 Pustynne piekło - film akcji, prod. USA, 2013, reż. Evelyn Purcell
02:15 Tak to się teraz robi - komedia, prod. USA, 2010, reż. Josh Gordon, Will Peck
04:05 Drive Hard - ostra jazda - film fabularny, prod. Kanada, 2014, reż. Brian Trenchard-Smith, wyk. John Cusack, Thomas Jane
05:45 Zakończenie dnia

TVN

05:50 Uwaga!
06:05 Ukryta prawda
07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 Dzień Dobry TVN
11:30 Na Wspólnej Omnibus - serial, Polska
13:35 Polowanie na ogród
14:15 MasterChef Junior
16:00 Johnny English - film komedia
17:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
18:55 Raport Speedway Grand Prix - extra
19:00 Fakty - informacje
19:30 Raport Speedway Grand Prix
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga!
20:00 Azja Express - program
21:35 Elita złodziei - film, USA/Finlandia 2021, reż. Renny Harlin

23:45 Nienarodzony - film horror, USA, 2009, reż. David S. Goyer, wyk. Odette Yustman, Gary Oldman, Cam Gigandet, Meagan Good, Jane Alexander, Idris Elba, Carla Gugino
01:40 Największe polskie katastrofy - program dokumentalny
02:40 Szpital
03:40 Uwaga! - program interwencyjny
04:00 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny
04:30 Recepta na stary dom - program edukacyjny
05:00 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy, Kanada

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:25 Przygody Rudego - film fabularny obyczajowy
10:10 Ewa gotuje
10:40 Nasz Nowy Dom
11:40 Kryptonim Szef Polska
12:40 Bogaty Dom - Biedny Dom
13:40 Polacy za granicą
14:40 Rolnicy. Podlasie - serial dokumentalny
15:45 Więzienie kobiet - serial dokumentalny
17:45 Chłopaki do wzięcia
18:50 Wydarzenia - serwis informacyjny
19:15 Prezydenci i Premierzy
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:00 Sługa Narodu - serial komediowy
21:05 Rodzina na Maxa

22:10 Nowożeńcy
Młody prezenter radiowy, Tom Leezak, który doszedł do wszystkiego dzięki ciężkiej pracy, poznaje Sarah McNerney, dziewczynę pochodzącą ze snobistycznej i niezwykle bogatej rodziny. Młodzi zakochują się w sobie bez pamięci i po bardzo krótkim czasie znajomości postanawiają się pobrać. Sara, ignoruje ostrzeżenia ojca i siostry, którzy robią wszystko co w ich mocy, by wybić jej z głowy małżeństwo, i poślubia Toma.
00:15 Szybcy i wściekli 6
03:05 Zjedz Alaskę
03:35 Świat według Kiepskich
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Warszawa da się lubić - program rozrywkowy
07:50 Informacje kulturalne
08:15 Wydarzenie aktualne
08:40 Tamte lata, tamte dni - Marta Lipińska - magazyn
09:20 Galeria sztuki na ekranie - cykl dokumentalny
10:20 Serialowa nostalgia - Rodzina Leśniewskich - serial przygodowy
11:40 Mazurki nad Wisłą
12:20 Obraz - film animowany
13:50 Znachor - dramat, reż. Jerzy Hoffman
16:20 Eureka biblioteka!
16:45 Teatr Telewizji - Love, reż. Andrzej Strzelecki
17:40 Do dzieła - magazyn
18:10 Retro kino - Pan Hulot wśród samochodów - komedia, prod. Francja, 1971, reż. Jacques Tati, wyk. Jacques Tati, Marcel Fraval, Honore Bostel, Francois Maisongrosse

20:00 Bilet do kina - Nasz najlepszy rok - film obyczajowy, prod. Francja, 2017 Po 10 latach nieobecności w domu do rodzinnej winnicy w Burgundii wraca Jean, by odwiedzić ciężko chorego ojca, który przebywa w szpitalu. Spotyka się ze swoją siostrą Juliette i bratem Jeremie. Rodzeństwo od dawna nie utrzymywało bliskich kontaktów.
22:00 Informacje kulturalne
22:25 Scena muzyczna - Dance of Fire - koncert
23:25 Seans kultowy - Dobry, zły i brzydki - film fabularny
02:30 Wieczór kinomana - Trzeci człowiek
04:15 Teledyski
04:45 Informacje kulturalne

TV Puls

05:55 Kobra - oddział specjalny - serial
Kontynuacja losów niemieckich policjantów pilnujących porządku na autostradzie. Funkcjonariusze ryzykując życie, biorą udział w pościgach zapierających dech w piersiach i próbują rozwiązać nawet najbardziej skomplikowane sprawy.
07:00 Taki jest świat - program informacyjny
07:55 Rodzinny interes - serial obyczajowy
Poznamy zwariowane perypetie klientów i właścicieli warsztatu samochodowego oraz salonu fryzjerskiego, m.in. historię o nawiedzonym kamperze, wiecznych dziewicach, czy o męskim… Baby Blues!
10:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy

20:00 Mocne sobotnie kino - G.I. Joe: Czas Kobry
Elitarna jednostka wojskowa znana jako G.I. JOE przemierza góry Azji Środkowej, pustynie Egiptu, zatłoczone ulice Paryża, a nawet lodową pokrywę Bieguna Północnego, aby unieszkodliwić podstępnego handlarza bronią DESTRO, stawić czoła rosnącemu zagrożeniu ze strony tajemniczej organizacji KOBRA i powstrzymać ją od pogrążenia świata w chaosie.
22:20 Sabotaż
00:25 Nieuchronna sprawiedliwość
02:25 Zobacz to! Blok powtórkowy - Biesiada na cztery pory roku
03:05 Taki jest świat - program informacyjny

TVN 7

05:05 Szkoła - program obyczajowy
06:05 Wiza na miłość - program
07:00 Tom i Jerry Show - animacja animowany
07:30 Lego przygoda - film komedia
09:35 Matki, córki, przyjaciółki - program lifestylowy
10:10 Ten moment - program obyczajowy
10:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
15:40 Skok przez płot - film komedia, USA 2006, reż. Tim Johnson, Karey Kirkpatrick, wyk. Bruce Willis, Garry Shandling, Steve Carell, Wanda Sykes, William Shatner, Nick Nolte, Thomas Haden Church
17:20 Jupiter: Intronizacja - film S-F, USA/Australia 2015, reż. Lana Wachowski, Lilly Wachowski

20:00 King Kong - film przygodowy, Nowa Zelandia/USA/Niemcy 2005, reż. Peter Jackson, wyk. Naomi Watts, Adrien Brody, Jack Black, Thomas Kretschmann, Colin Hanks, Andy Serkis, Jamie Bell
23:55 365 dni - film erotyczny, Polska 2020, reż. Barbara Białowąs, Tomasz Mandes, wyk. Anna-Maria Sieklucka, Michele Morrone, Bronisław Wrocławski, Otar Saralidze, Magdalena Lamparska
02:20 Mój sąsiad morderca - program
04:20 Druga strona medalu - talk show

TV 4

06:00 Galileo **11:00** Gierka. Uzdolniona dziesięciolatka, Max, dostaje się do renomowanej prywatnej szkoły. Dziewczynka musi teraz samodzielnie dojeżdżać z biedniejszej części Manhattanu, czuje się też osamotniona i zagubiona wśród ignorujących ją bogatych dzieciaków. Pewnego dnia, szukając pomocy w nauce gry w szachy, poznaje Normana, byłego mistrza szachowego. Dzięki niemu Max zaczyna lepiej rozumieć nie tylko zasady gry, ale świat, który ją otacza i sytuacje, z jakimi dotąd sobie nie radziła.
12:55 Miłość na talerzu **15:00** STOP Drogówka **17:00** Policjantki i Policjanci
22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:00** Szkoła wyrzutków **02:25** Disco Polo Life **03:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

12:50 Siódmy Sakrament **13:15** Święty na każdy dzień **13:20** Ocalić od zapomnienia **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** Muzyczne chwile **14:30** Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela" **14:35** Zagłada redemptorystów Woli
15:00 Historia krzyża na Tarnicy **15:25** Wierzę w Boga **16:00** Informacje dnia **16:10** Historia PL **16:30** Fatima - orędzie na dziś **17:00** Z Parlamentu Europejskiego **17:25** Święty na każdy dzień **17:30** Nowa Ewangelizacja **17:55** Poczet Wielkich Polaków
18:00 Regina Coeli **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Manna z Nieba **19:45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski

NIEDZIELA • 14 maja

TVP 1

05:05 Sprawa dla reportera
06:00 Słownik polsko@polski - talk-show prof. Jana Miodka
06:25 wojsko - polskie.pl
06:55 Słowo na niedzielę
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach
08:00 Tydzień
08:30 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
09:05 Agencja detektywistyczna TKKG - film fabularny
10:50 Maria z Nazaretu - serial
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Regina Coeli (Anioł Pański) - transmisja
12:15 Między ziemią a niebem
12:50 Wspólny dom - Ogrody biblijne - serial

13:15 BBC w Jedynce - Jak powstała seria Zielona Planeta - film dokumentalny
14:05 Z pamięci - Stanisław Ignacy Witkiewicz
14:15 Komisarz Alex
15:10 U Pana Boga za piecem - komedia
17:00 Teleexpress
17:40 Wiesz czy nie wiesz?
18:40 Jaka to melodia?
19:30 Wiadomości
20:20 Kres niewinności
21:20 Żeby nie było śladów - dramat, reż. Jan P. Matuszyński, wyk. Tomasz Ziętek, Jacek Braciak, Sandra Korzeniak
00:05 Krew za krew - film fabularny
02:05 Zadanie specjalne - film akcji

TVP 2

05:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial
07:55 Pytanie na śniadanie
12:00 60 lat minęło. Największe hity opolskich festiwali - widowisko
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2023
16:15 Tak to leciało!
17:15 Na sygnale - serial
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:55 Na sygnale - serial
20:00 Postaw na milion - teleturniej
21:05 Madame - komediodramat, prod. Francja, 2017, reż. Amanda Sthers, wyk. Toni Colette, Hervey Keitel

22:50 Kino bez granic - Nie ma nas w domu - film fabularny, prod. Wielka Brytania, Francja, Belgia, 2019, reż. Ken Loach, wyk. Kris Hitchen, Dobbie Honeywood, Rhys Stone
00:40 Trzeci - film obyczajowy, reż. Jan Hryniak, wyk. Marek Kondrat, Jacek Poniedziałek, Magdalena Cielecka, Edyta Olszówka, Rafał Królikowski, Jacek Braciak, Paweł Królikowski, Redbad Klynstra, Grażyna Suchocka
02:35 Królowe życia - komedia, prod. Wielka Brytania, USA, 2019, reż. Shane Atkinson, wyk. Diane Keaton, Jacki Weaver, Pam Grier
04:15 Rodzinka.pl - serial komediowy
04:45 Zakończenie dnia

TVN

05:50 Uwaga!
06:05 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA
07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:30 Nastolatki rządzą… kasą - program
12:35 Co za tydzień - magazyn rozrywkowy
13:10 Kuchenne rewolucje
14:10 Azja Express - program
15:50 Shrek 2 - film komedia
17:55 Ugotowani w parach - program
19:00 Fakty - informacje
19:30 Kronika Speedway Grand Prix - program
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! - program interwencyjny
20:00 MasterChef - Wielkie Grillowanie - program
21:00 Mój agent - serial

22:05 Batman: Początek - film przygodowy, USA, 2005, reż. Christopher Nolan, wyk. Michael Caine, Liam Neeson, Katie Holmes, Christian Bale, Gary Oldman, Cillian Murphy, Tom Wilkinson, Morgan Freeman, Ken Watanabe, Rutger Hauer, Linus Roache
01:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy, język migowy
02:00 Uprowadzona - serial
03:00 Szpital
04:00 Uwaga! - program interwencyjny
04:20 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny
04:50 Recepta na stary dom - program edukacyjny
05:20 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:45 Hotel Transylwania
10:45 Mary Poppins powraca
Czasy kryzysu w Londynie, dorosła Jane i Michael Banks wraz z trójką dzieci Michaela cierpią po osobistej stracie, na ratunek rodzinie Banksów rusza ponownie Mary Poppins! Dzięki swoim wyjątkowym umiejętnościom magicznym oraz przy pomocy swojego przyjaciela Jacka, pomaga rodzinie odnaleźć na nowo radość i cuda, których brakuje w ich codziennym życiu.
13:35 Shrek Trzeci
15:40 Twoja Twarz Brzmi Znajomo
17:40 Nasz Nowy Dom
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Państwo w Państwie
20:00 Kabaret na żywo.

22:10 Oficer Blart w Las Vegas
Niezdarny sklepowy ochroniarz Paul Blart, który w pierwszej części wykazał się sprytem i odwagą równą bohaterom filmów sensacyjnych, zostaje wysłany do Las Vegas na kongres strażników. Towarzyszy mu znana z pierwszej części córka Maya. Podczas kongresu Blart staje się świadkiem napadu z bronią w ręku. Tylko on może powstrzymać przestępców. Niezdarność jest jego sprzymierzeńcem.
00:15 Elizjum
02:45 Ksiądz
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Młoda Kultura
08:00 Msza Święta Kościoła Starokatolickiego Mariawitów w Lipce
09:05 Od ucha do ucha
09:45 Czeskie śniadanie - Szpital na peryferiach - serial
10:50 Trzeci punkt widzenia
11:30 Bilet do kina - Nasz najlepszy rok - film obyczajowy
13:35 Wędrowiec Polski
14:10 Orchestre National du Capitol. Dutilleux/Holst
16:00 Serialowa nostalgia - Rodzina Leśniewskich
17:15 Niedziela z… twórczością Marka Nowakowskiego
18:10 Niedziela z… twórczością Marka Nowakowskiego - Siedem czerwonych róż, czyli Benek Kwiaciarz o sobie i o innych; film TVP
19:25 Errata do biografii - Marek Nowakowski - film dokumentalny

20:00 Trzech ludzi do zabicia - prod. Francja, 1980, reż. Jacques Deray Michel Gerfaut jest zwykłym, szarym człowiekiem. Pewnego dnia mężczyzna jest świadkiem groźnego wypadku samochodowego. Biegnie na pomoc poszkodowanemu. Nie wie, że akt bezinteresownej pomocy skończy się dla niego wplątaniem z polityczną intrygę.
21:50 Informacje kulturalne
22:15 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
22:50 Koncert Finałowy I Symfonicznej Trasy Koncertowej Narodowa Orkiestra Dęta Symfonicznie - koncert
00:40 Smak życia - komedia

TV Puls

05:30 Kobra - oddział specjalny
07:30 D'Artagnan - film przygodowy, 2001, reż. Peter Hyams, wyk. Catherine Deneuve, Justin Chambers, Mena Suvari, Stephen Rea, Tim Roth
09:35 Człowiek z tatuażem - komedia, 1968, reż. de La Denys Patellière, wyk. Jean Gabin, Louis de Funes, Paul Mercey, Yves Barsacq
11:30 Żandarm z Saint-Tropez - komedia, Francja 1964, reż. Jean Girault, wys. Daniel Cauchy, Geneviève Grad, Louis de Funes, Michel Galabru
13:35 Dwa miliony dolarów napiwku - komedia, USA 1994, reż. Andrew Bergman, wyk. Bridget Fonda, Isaac Hayes, Nicolas Cage, Rosie Perez, Seymour Cassel, Stanley Tucci, Wendell Pierce
15:40 Pokojówka na Manhattanie
17:40 Książę w Nowym Jorku

20:00 Super niedziela z gwiazdami - Mechanik: Konfrontacja - akcja, USA, Tajlandia, 2016, reż. Dennis Gansel, wyk. Jason Statham, Jessica Alba, Michelle Yeoh, Sam Hazeldine, Tommy Lee Jones
21:55 Angielska robota - akcja, USA, Wielka Brytania, Australia, 2008, reż. Roger Donaldson, wyk. Jason Statham, Saffron Burrows, Stephen Campbell Moore, Daniel Mays
00:10 Redbad: Droga wojownika
03:30 Zobacz to! Blok powtórkowy - Dyżur
04:05 Taki jest świat - program informacyjny
05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy

TVN 7

05:05 Szkoła - program obyczajowy
06:05 Wiza na miłość - program
07:00 Tom i Jerry Show - animacja animowany
07:30 Lego przygoda II - film komedia, Dania/Norwegia/Australia/USA 2019, reż. Mike Mitchell, wyk. Chris Pratt, Elizabeth Banks, Will Arnett, Tiffany Haddish, Will Ferrell, Channing Tatum
09:50 Ten moment - program obyczajowy
11:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:00 King Kong - film przygodowy, Nowa Zelandia/USA/Niemcy 2005, reż. Peter Jackson, wyk. Naomi Watts, Adrien Brody, Jack Black, Thomas Kretschmann, Colin Hanks, Andy Serkis, Jamie Bell

20:00 Pacific Rim - film przygodowy, USA 2013, reż. Guillermo Del Toro, wyk. Charlie Hunnam, Idris Elba, Rinko Kikuchi, Charlie Day, Ron Perlman
22:50 Zawód: szpieg - film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2001, reż. Tony Scott, wyk. Robert Redford, Brad Pitt, Catherine McCormack, Stephen Dillane, Larry Bryggman, Marianne Jean-Baptiste
01:30 Godziny szczytu II - film sensacyjny, USA 2001, reż. Brett Ratner, wyk. Jackie Chan, Chris Tucker, John Lone, Zhang Ziyi, Roselyn Sanchez, Harris Yulin
03:30 Mój sąsiad morderca - program
04:30 Druga strona medalu - talk show

TV 4

06:00 102 minuty **08:35** Galileo **10:45** K-911 **12:40** Bibliotekarz: Tajemnica włóczni. Flynn Carsen dzięki swojej niezwykłej wiedzy i sile charakteru spośród setek kandydatów zostaje przyjęty na etat do Biblioteki Metropolitalnej. Biblioteka okazuje się miejscem niezwykłym. Poza niezliczoną ilością książek w jej podziemiach zgromadzone są okazałe i uznane za zaginione „skarby narodów".
14:40 Czasy ostateczne: Pozostawieni **17:00** Gwiazdy Kabaretu **18:00** Łowcy Skarbów. Kto da więcej
20:00 Prometeusz **22:40** Byliśmy żołnierzami **01:30** Konopna rewolucja **03:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

12:00 Regina Coeli z Ojcem Świętym Franciszkiem **12:15** Papież Polak do Rodaków **12:45** Od przebaczenia do zbawienia **14:15** Pod opieką Limanowskiej Pani **14:25** Przerwany posiłek
15:00 Wieś - to też Polska **16:00** Informacje dnia **16:10** Koncert życzeń **16:50** Polscy werbiści w Brazylii Centralnej **17:00** Zostań Żołnierzem RP **17:15** Muzyczne chwile **17:30** Sól Ziemi **17:55** Poczet Wielkich Polaków
18:00 Regina Coeli **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Moja katolicka rodzina **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Informacje dnia **21:40** Retrospekcja **21:45** Stan Bezpieczeństwa Państwa

eprasa.pl 50a4d83b86

PONIEDZIAŁEK • 15 maja

TVP 1

04:45 Klan - telenowela
05:10 Dziedzictwo - serial
06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Studio Raban - magazyn
08:00 Wiadomości
08:10 Kwadrans polityczny
08:25 Informacje kulturalne
08:30 Pogoda poranna
08:40 Ranczo - serial
09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny
10:35 Ojciec Mateusz - serial
11:30 Leśniczówka - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:35 Agropogoda - magazyn
12:40 Magazyn Rolniczy
13:05 BBC w Jedynce - Jak powstała seria Zielona Planeta - film dokumentalny

14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
15:00 Wiadomości
15:20 ALARM! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictwo - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela
18:25 Leśniczówka - serial
19:00 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:15 ALARM! - magazyn
20:30 Korona królów. Jagiellonowie - telenowela
21:05 Teatr Telewizji - **Getsemani** - spektakl teatralny
22:40 Świat bez fikcji - Spacer z Aniołami - film dokumentalny
23:50 Balans bieli - magazyn
00:35 Punkt zapalny - film akcji

TVP 2

05:00 Na sygnale - serial
05:30 M jak miłość - serial
06:25 Klasztorne smaki według Remigiusza Rączki - magazyn kulinarny
06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:40 Pytanie na śniadanie
11:05 Mini audycja - PD
11:15 Dla niesłyszących - Okrasa łamie przepisy
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Akacjowa 38 - serial
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial
15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial
15:50 Przepis dnia
16:00 Koło fortuny - teleturniej

16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - serial
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Akacjowa 38 - serial
19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
20:00 Przepis dnia
20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
20:45 Kulisy serialu "M jak miłość - serial
20:55 M jak miłość - serial
21:55 Na sygnale - serial
22:35 La Bandida - serial obyczajowy
23:35 Córki Abril - dramat
01:30 O mnie się nie martw - serial komediowy
02:30 Madame - komediodramat
04:05 Rodzinka.pl - serial

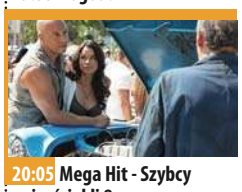
TVN

05:50 Uwaga! - program interwencyjny
06:05 Ukryta prawda
07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 Dzień Dobry TVN
11:30 Ukryta prawda
12:35 Kuchenne rewolucje
13:40 Szpital
14:45 Ukryta prawda
15:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
16:55 Sekrety życia - program
17:55 Ukryta prawda - program
19:00 Fakty - informacje
19:55 Uwaga! - program interwencyjny
20:10 Doradca smaku
20:15 Na Wspólnej - serial, Polska
20:55 Milionerzy - program rozrywkowy
21:35 Skazana - serial, Polska

22:40 Mroczny zakątek - film sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Francja 2015, reż. Gilles Paquet-Brenner, wyk. Charlize Theron, Chloe Grace Moretz, Nicholas Hoult, Drea de Matteo, Christina Hendricks
01:00 Co za tydzień - magazyn rozrywkowy
01:35 Na granicy światów - serial, USA/Wielka Brytania
02:35 Szpital
03:35 Uwaga! - program interwencyjny
03:55 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny
04:25 Recepta na stary dom - program edukacyjny
04:55 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy
05:25 Kto was tak urządził - inne poradnikowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy - telenowela dokumentalna
09:40 Sekrety rodziny - serial obyczajowy
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze - telenowela dokumentalna
12:50 Wydarzenia - serwis informacyjny
13:20 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112 - telenowela dokumentalna
17:00 Gliniarze
18:00 Pierwsza miłość
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda



20:05 Mega Hit - Szybcy i wściekli 8
23:00 Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa. To nieprawda, że gangsterzy pochodzą tylko z patologicznych rodzin. To nie tak, że koniecznie trzeba być synem alkoholiczki bitym przez ojca. Można wychować się w pełnej rodzinie, mając wystarczająco opieki i miłości bliźnich. Wystarczy po prostu lubić adrenalinę, ponieważ to ona podkreśla w życiu jego wyjątkowy smak.
02:00 S.W.A.T.: Miasto w ogniu
04:00 Zjedz Alaskę
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

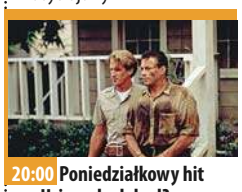
TVP Kultura

07:00 Muzyczne poranki
07:25 Informacje kulturalne
07:50 Co dalej? - program publicystyczny
08:35 Wędrowiec Polski - cykl reportaży
09:15 Pan Hulot wśród samochodów - komedia
11:00 Dom - serial
12:55 Reżyserzy - **Robert Altman** - cykl dokumentalny
13:55 Osobliwa zbrodnia pana Jacinto - film animowany
14:20 Informacje kulturalne
14:45 Obraz - film animowany
16:15 Czeskie śniadanie - **Nemocnice na kraji mesta. Szpital na peryferiach** - serial
17:20 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
18:00 Kobusz - film dokumentalny
19:00 Mistrzowie polskiej estrady - Jan Kobuszewski

20:00 Kino Mocnych Wrażeń - **Mój piękny syn** - dramat, prod. USA, 2018, reż. Felix von Groeningen, wyk. Steve Carell, Timothee Chalamet, Maura Tierney
22:10 Informacje kulturalne
22:35 Panorama kina polskiego - **Lincz** - dramat
00:10 Scena muzyczna - Dance of Fire Quartet - koncert
01:10 Trzech ludzi do zabicia - prod. Francja, 1980, reż. Jacques Deray
02:55 Co dalej? - program publicystyczny
03:40 Informacje kulturalne
04:10 Sergio Leone - portret buntownika - film dokumentalny
05:35 Afisz kulturalny ekstra

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
09:00 Kurierzy - serial fabularno-dokumentalny
10:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
11:00 Zaklinaczka duchów
13:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
14:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
16:00 Kurierzy - serial fabularno-dokumentalny
17:00 Lekarze na start - serial fanularny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy



20:00 Poniedziałkowy hit - Uciec, ale dokąd? - akcja, USA 1993, reż. Robert Harmon, wyk. Jean-Claude Van Damme, Kieran Culkin, Rosanna Arquette, Ted Levine
22:00 Momentum
00:00 Dzielnica strachu
01:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
02:00 Zobacz to! Blok powtórkowy - Taki jest świat - program informacyjny
02:50 Biesiada na cztery pory roku
03:30 Menu na miarę
05:00 Szalone fabryki polskiej muzyki!

TVN 7

05:00 Szkoła - program obyczajowy
06:55 Papiery na szczęście - serial
07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:00 Idealna niania - program obyczajowy
11:45 Zagadki losu - program obyczajowy
12:45 Szpital - program obyczajowy
13:45 Sąd rodzinny - program sądowy
14:45 Tajemnice miłości - program
15:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Zagadki losu - program obyczajowy
17:55 Ten moment - program obyczajowy
18:30 Papiery na szczęście - serial
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 Szefowie - wrogowie - film komedia, USA 2011, reż. Seth Gordon, wyk. Jason Bateman, Charlie Day, Jason Sudeikis, Jennifer Aniston, Colin Farrell, Kevin Spacey, Donald Sutherland, Jamie Foxx, Julie Bowen
22:10 Gotowi na wszystko. Exterminator - film komedia
00:35 Morderstwo doskonałe - film sensacyjny, USA 1998, reż. Andrew Davis, wyk. Michael Douglas, Gwyneth Paltrow, Viggo Mortensen, David Suchet, Sarita Choudhury
02:50 Mój sąsiad morderca - program
04:25 Druga strona medalu - talk show

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Łowcy Skarbów. Kto da więcej **10:50** Hardkorowy lombard **11:50** Policjantki i Policjanci **12:55** Detektywi w Akcji **13:55** STOP Drogówka **15:55** Policjantki i Policjanci **17:00** Łowcy Skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Farma **22:00** Bez litości: Mroczna zemsta. W nocnych klubach ze striptizem w Seattle grasuje seryjny morderca. Zabójca atakuje pod osłoną nocy, posługując się specyficznymi metodami oraz technikami okultystycznymi. **23:55** Prawdziwa jazda **02:00** Śmierć na 1000 sposobów **02:30** Interwencja **02:50** SuperLudzie

TV Trwam

12:00 Regina Coeli **12:03** Informacje dnia **12:20** Zofia Czeska - błogosławiona na nasze czasy **12:40** Dziewica Orleańska wg. Jana Matejki **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** Muzyczne chwile **14:30** Rodzina Połanieckich **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Sanktuaria polskie **16:30** Porady Medyczne Bonifratrów **16:55** Święty na każdy dzień **17:00** Świadkowie **17:30** Spotkanie Rodziny Radia Maryja w Narodowym Sanktuarium MB Fatimskiej **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Informacje dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Z wędką nad wodę w Polskę i Świat **22:30** Rotmistrz Pilecki - przywrócenie pamięci

WTOREK • 16 maja

TVP 1

04:45 Klan - telenowela
05:10 Dziedzictwo - serial
06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Kościół z bliska
08:00 Wiadomości
08:10 Kwadrans polityczny
08:25 Informacje kulturalne
08:30 Pogoda poranna
08:40 Ranczo - serial obyczajowy
09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny
10:40 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:35 Agropogoda - magazyn
12:40 Magazyn Rolniczy

13:00 Natura w Jedynce - **Tajemnice zwierząt** - cykl dokumentalny
14:00 Wspaniałe stulecie
15:00 Wiadomości
15:20 ALARM! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictwo - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela
18:25 Leśniczówka - serial
19:00 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:15 ALARM! - magazyn
20:30 Korona królów. Jagiellonowie - telenowela
21:05 Film dokumentalny
22:15 Gry uliczne - film sensacyjny
00:05 Resortowe Dzieci - cykl reportaży

TVP 2

05:05 Na sygnale - serial
05:35 M jak miłość - serial
06:25 Modlitwa o pokój - reportaż
06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:40 Pytanie na śniadanie
11:10 Mini audycja - PD
11:15 Weterynarze z sercem
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Akacjowa 38 - serial
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial
15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial
15:50 Przepis dnia
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - serial
18:00 Panorama

18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Akacjowa 38 - serial
19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
20:00 Przepis dnia
20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
20:45 Kulisy serialu „M jak miłość"
20:55 M jak miłość - serial
21:55 Na sygnale - serial
22:35 La Bandida - serial obyczajowy
23:35 Żelazny most - film fabularny, reż. Monika Jordan-Młodzianowska
01:10 Nie ma nas w domu - film fabularny
03:05 Zabawa w Boga - film dokumentalny
04:15 Rodzinka.pl - serial komediowy

TVN

05:50 Uwaga! - program interwencyjny
06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy
07:00 Doradca smaku - program kulinarny
07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:30 Ukryta prawda - program
12:35 Kuchenne rewolucje
13:40 Szpital - program obyczajowy
14:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
15:50 Kuchenne rewolucje
16:55 Sekrety życia - program
17:55 Ukryta prawda - program
19:00 Fakty - informacje
19:35 Sport - informacje
19:55 Uwaga! - program interwencyjny

20:10 Doradca smaku - program kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial
20:55 Milionerzy - program rozrywkowy
21:35 Nastolatki rządzą… kasą - program
22:40 Kuba Wojewódzki - program
23:40 Superwizjer - wydanie specjalne - program
00:40 Skazana - serial
01:45 Uprowadzona - serial
02:45 Szpital - program obyczajowy
03:45 Uwaga!
04:05 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny
04:35 Recepta na stary dom - program edukacyjny
05:00 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy - telenowela dokumentalna
09:40 Sekrety rodziny - serial obyczajowy
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze - telenowela dokumentalna
12:50 Wydarzenia - serwis informacyjny
13:20 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112 - telenowela dokumentalna
17:00 Gliniarze
18:00 Pierwsza miłość
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:05 Niepamięć

22:45 Pamięć absolutna - thriller sci-fi. Remake kultowego filmu z 1990 roku. Colin Farrell występuje jako Douglas Quaid, zwykły robotnik, który odwiedza Recall, innowacyjną firmę, która zmienia jego marzenia o byciu super-szpiegiem w prawdziwe wspomnienia. Gdy jednak dochodzi do błędu podczas zabiegu, granica pomiędzy fantazją a rzeczywistością zaciera się - Quaid jest ścigany a losy jego świata są zagrożone.
01:15 Droga do prawdy
03:35 Nasz Nowy Dom
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Zaginione - odnalezione - magazyn
07:25 Informacje kulturalne
07:55 Księga Przestrzeni
08:45 Złoto dezerterów - komedia
11:00 Dom - serial
12:40 Marek Edelman… i była miłość w getcie - film dokumentalny
14:10 Ktoś tu kręci - film fabularny
16:20 Galeria sztuki na ekranie - Osobliwy świat Hieronima Boscha - cykl dokumentalny
17:20 Co dalej? - program publicystyczny
17:55 Wielcy, więksi i najwięksi - Historia festiwali opolskich. 1978-1981 - Cztery zamiast pięciu
18:40 17 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '79. Przeboje 35-lecia

20:00 Lekkie obyczaje - **Po tamtej stronie** - film fabularny, prod. Finlandia, Niemcy, 2017, reż. Aki Kaurismäki, wyk. Nuppu Koivu, Sherwan Haji, Sakari Kuosmanen, Simon Al-Bazoon, Kaija Pakarinen, Niroz Haji, Ilkka Koivula, Janne Hyytiäinen
21:50 Informacje kulturalne
22:15 Teatr Telewizji - **Człowiek z budki suflera** - reż. Jan Bratkowsk
23:30 Młoda Polska - Oko Boga - film dokumentalny
24:00 Kino Mocnych Wrażeń - **Mój piękny syn** - dramat
02:10 Niedziela z… twórczością Marka Nowakowskiego
03:05 Co dalej? - program publicystyczny

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
09:00 Kurierzy - serial fabularno-dokumentalny Serial „Kurierzy" będzie przedstawiać losy klientów i pracowników firmy kurierskiej „Twoja Paczka". Każdy odcinek będzie koncentrował się wokół historii klienta i związany będzie z pracą kuriera w terenie. Nie zabraknie wątków humorystycznych, a nawet sensacyjnych.
10:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
11:00 Zaklinaczka duchów
13:00 Lekarze na start
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
17:00 Lekarze na start
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy

20:00 Zabić Salazara Tom Jensen to były żołnierz, który znajduje zatrudnienie w agencji federalnej, odpowiadającej za eskortę więźniów. Pewnego dnia mężczyzna przewozi z Odessy do Stanów Zjednoczonych barona narkotykowego, który ma zeznawać przeciwko swojemu kartelowi. Po drodze zatrzymują się w hotelu w Mamai, gdzie Tom i jego oddział mają oczekiwać na dalsze instrukcje. Ludzie gangstera szybko wpadają na ich trop.
22:00 Sabotaż
00:05 Dzielnica strachu
01:05 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
02:10 Zobacz to! Blok powtórkowy - Biesiada na cztery pory roku

TVN 7

05:00 Szkoła - program obyczajowy
06:55 Szpital - program obyczajowy
07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:00 Idealna niania - program obyczajowy
11:45 Zagadki losu - program obyczajowy
12:45 Szpital - program obyczajowy
13:45 Sąd rodzinny - program sądowy
14:45 Tajemnice miłości - program
15:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Zagadki losu - program obyczajowy
17:55 Ten moment - program obyczajowy
18:30 Papiery na szczęście - serial
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 Podatek od miłości - film komedia, Polska 2017, reż. Bartłomiej Ignaciuk, wyk. Aleksandra Domańska, Grzegorz Damięcki, Roma Gąsiorowska, Michal Czernecki, Anna Smołowik, Ewa Gawryluk, Zbigniew Zamachowski, Magdalena Różczka
22:15 Godziny szczytu II - film sensacyjny, USA 2001, reż. Brett Ratner, wyk. Jackie Chan, Chris Tucker, John Lone, Zhang Ziyi, Roselyn Sanchez, Harris Yulin
00:20 Zawód: szpieg - film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2001, reż. Tony Scott
02:55 Mój sąsiad morderca
03:55 Druga strona medalu - talk show

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Łowcy Skarbów. Kto da więcej **10:50** Hardkorowy lombard **11:50** Policjantki i Policjanci **12:55** Detektywi w Akcji **13:55** STOP Drogówka **15:55** Policjantki i Policjanci **17:00** Łowcy Skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Farma **22:00** Ukryta w ciemności. Niewidoma pianistka Sofia słyszy w mieszkaniu piętro wyżej odgłosy bójki, która doprowadza do śmierci jej sąsiadki, Veronique. **00:10** Predator **02:30** Interwencja **02:50** Trans World Sport 2023 **03:55** SuperLudzie **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

12:20 Filmowe życiorysy. Wielcy i mali - Jolanta i Aleksander Kujawscy **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** Muzyczne chwile **14:30** „Życie jest piękne" **15:00** Jan Ledóchowski. Część pierwsza: moja Austria **15:25** Nadzieja **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Jestem mamą **16:25** Przyroda w Obiektywie **16:40** Z Bożej Apteki **17:00** Polski Chleb **17:10** Prosto o gospodarce **17:30** Zostań Żołnierzem RP **17:45** Muzyczne chwile **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Regina Coeli **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski

eprasa.pl 50a4d83b86

ŚRODA • 17 maja

TVP 1

04:45 Klan - telenowela
05:10 Dziedzictwo - serial
06:05 Wspaniałe stulecie - serial
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Rodzinny ekspres
08:00 Wiadomości
08:10 Kwadrans polityczny
08:25 Informacje kulturalne
08:30 Pogoda poranna
08:40 Ranczo - serial
09:40 Komisarz Alex - serial
10:40 Ojciec Mateusz - serial
11:30 Leśniczówka - serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:35 Rok w ogrodzie Extra
12:50 Natura w Jedynce - Zwierzęta budują
14:00 Wspaniałe stulecie
15:00 Wiadomości
15:20 ALARM! - magazyn

15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:05 Dziedzictwo - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
17:55 Klan - telenowela
18:25 Leśniczówka - serial
19:00 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:15 ALARM! - magazyn
20:25 Korona królów. Jagiellonowie
20:55 Piłka nożna - Liga Mistrzów 2022/23
23:10 Wadowice, miasto mojego dzieciństwa - film dokumentalny
00:15 Strażnik pokoju - film sensacyjny prod. USA, 1997
02:00 Krawcowa z Madrytu
03:00 Ines, pani mej duszy - serial kostiumowy

TVP 2

05:00 Na sygnale - serial
05:30 M jak miłość - serial
06:25 Kirkut w Łodzi - reportaż
06:55 Rodzinka.pl
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:10 Mini audycja - PD
11:15 Zakochaj się w Polsce
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Akacjowa 38 - serial
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial
15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial
15:50 Przepis dnia
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - serial
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Akacjowa 38 - serial

19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
19:55 Przepis dnia
20:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
20:35 Kulisy seriali - Na dobre i na złe i Na sygnale - serial
20:50 Na dobre i na złe - serial
21:55 Na sygnale - serial
22:35 La Bandida - serial obyczajowy
23:35 Przez ciasto do serca - komedia, prod. USA, 2018, reż. Peter DeLuise, wyk. Taylor Cole, Tyler Hynes
01:15 Sanditon - serial
02:15 Mystify: Michael Hutchence - film dokumentalny
04:00 Echo serca - serial
04:50 Zakończenie dnia

TVN

05:50 Uwaga!
06:05 Ukryta prawda
07:00 Doradca smaku - program kulinarny
07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 Dzień Dobry TVN
11:30 Ukryta prawda
12:35 Kuchenne rewolucje
13:40 Szpital
14:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
15:50 Kuchenne rewolucje
16:55 Sekrety życia - program
17:55 Ukryta prawda - program
19:00 Fakty - informacje
19:55 Uwaga!
20:10 Doradca smaku - program kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial
20:55 Milionerzy - program rozrywkowy
21:35 Ugotowani w parach - program

22:40 Wyścig śmierci - film sensacyjny, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2008, reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Jason Statham, Joan Allen, Ian McShane, Tyrese Gibson, Natalie Martinez
00:45 Mój agent - serial
01:45 Największe polskie katastrofy - program dokumentalny
02:45 Szpital - program obyczajowy
03:45 Uwaga! - program interwencyjny
04:05 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny
04:35 Recepta na stary dom - program edukacyjny
05:00 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy, Kanada

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy - telenowela dokumentalna
09:40 Sekrety rodziny - serial obyczajowy
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze - telenowela dokumentalna
12:50 Wydarzenia - serwis informacyjny
13:20 Interwencja
13:40 Trudne sprawy - telenowela dokumentalna
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112 - telenowela dokumentalna
17:00 Gliniarze
18:00 Pierwsza miłość

18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:05 Nie ma mocnych
Kontynuacja przygód dwóch rodzin zabużańskich, osadników na Dolnym Śląsku, którzy po latach szukają męża dla swej wnuczki, by zdobyć następcę do swojego gospodarstwa. Stary Pawlak, ciężko chory, musi przekazać swą ziemię. Ale starszy syn Witia, ożeniony z Jadźką Kargulówną, więcej gruntów uprawiać nie może, młodszy zaś, Paweł, jest pracownikiem naukowym we Wrocławiu. Cała nadzieja we wnuczce, osiemnastoletniej Ani.
22:10 Nagi peryskop
00:10 Supersamiec

TVP Kultura

06:55 Muzyczne poranki
07:10 Informacje kulturalne
07:35 Co dalej
08:05 Res Poloniae - O Polsce z oddali - Ingmara Balode - rozmowa
08:45 Ktoś tu kręci - film fabularny
11:00 Dom - serial
12:50 Zaczarowany Kot. Konstanty Ildefons Gałczyński - film dokumentalny
13:55 Informacje kulturalne
14:25 Koko - komedia
16:05 Mistrzowie kina - Hiszpańskie lata Avy Gardner - film dokumentalny
17:10 Księga Przestrzeni
17:45 Zaginione Skarby - film animowany
18:00 Godzina szczerości - Jerzy Połomski
18:55 Młodym być - koncert jubileuszowy Jerzego Połomskiego - koncert

20:00 Na wschód od Hollywood - Goodbye Berlin - komedia, prod. Niemcy, 2016, reż. Fatih Akin, wyk. Tristan Göbel, Anand Batbileg
21:45 Informacje kulturalne
22:10 Tanie Dranie - Moroz i Kłopotowski komentują świat - talk-show
22:55 Więcej niż fikcja - Fellinopolis - film dokumentalny
00:10 57. KFPP w Opolu - Scena alternatywna - pamięci Marka Nowakowskiego
01:25 Lekkie obyczaje - Po tamtej stronie - film fabularny
03:15 Młoda Polska - Oko Boga - film dokumentalny
03:50 Informacje kulturalne
04:15 Czego się bała Virginia Woolf? - film dokumentalny

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
09:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
10:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
11:00 Zaklinaczka duchów Melinda Gordon ma niezwykły dar, dzięki któremu może nawiązywać kontakt z duszami zmarłych. Jako pośrednik pomiędzy światem żywych i umarłych kobieta pomaga duszom spokojnie przejść na drugą stronę.
13:00 Lekarze na start
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
17:00 Lekarze na start
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy

20:00 Helikopter w ogniu Rok 1993, Afryka. Amerykańskie wojska od kilku tygodni przebywają w Somalii w ramach pokojowej misji z ramienia ONZ. Ich celem jest pojmanie lokalnego przywódcy Mohameda Farraha Aidida, który ponosi odpowiedzialność za wojnę domową i chaos w Somalii. Dowódcy amerykańskich wojsk decydują się na przeprowadzenie kolejnej, rutynowej akcji na terenie Mogadiszu. Sprawy idą jednak nie po ich myśli, a helikoptery transportujące żołnierzy zostają zestrzelone przez somalijskie bojówki.
22:55 Sky Fighters
01:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
02:00 Dzielnica strachu

TVN 7

05:00 Szkoła - program obyczajowy
06:55 Szpital - program obyczajowy
07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:00 Idealna niania - program obyczajowy
11:45 Zagadki losu - program obyczajowy
12:45 Szpital - program obyczajowy
13:45 Sąd rodzinny - program sądowy
14:45 Tajemnice miłości - program
15:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Zagadki losu - program obyczajowy
17:55 Opowieści małżeńskie - program obyczajowy
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Wataha - miniserial, Polska

21:00 Godziny szczytu III - film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, reż. Brett Ratner, wyk. Chris Tucker, Jackie Chan, Max Von Sydow, Hiroyuki Sanada, Yvan Attal, Roman Polański
23:00 Ślepnąc od świateł - miniserial, Polska, reż. Krzysztof Skonieczny
00:25 Dwanaście małp - film S-F, USA 1995, reż. Terry Gilliam, wyk. Bruce Willis, Madeleine Stowe, Brad Pitt, Christopher Plummer, David Morse
03:00 Mój sąsiad morderca - program
04:00 Druga strona medalu - talk show

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Łowcy Skarbów. Kto da więcej **10:50** Hardkorowy lombard **11:50** Policjantki i Policjanci **12:55** Detektywi w Akcji **13:55** STOP Drogówka
15:55 Policjantki i Policjanci **17:00** Łowcy Skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Farma
22:00 Śmierć w Tombstone. Hernandez, przywódca okrutnej bandy, zostaje zabity przez własnych ludzi podczas jednego ze wspólnych napadów. Skazany na wieczne potępienie trafia do piekła.
00:05 Doom
02:25 Disco Polo Life
03:25 Top 10 - Lista Przebojów
05:30 Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

12:00 Regina Coeli **12:03** Informacje dnia **12:20** Tajemnica Enigmy **13:05** Chryste Ratuj **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** Muzyczne chwile **14:30** Uwielbiajmy Najświętsze Serce Jezusa
15:20 Szkaplerz – znak Maryi **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Na zdrowie **16:30** Wieluń był pierwszy **17:00** Po stronie prawdy **17:50** Muzyczne chwile **17:55** Poczet Wielkich Polaków
18:00 Regina Coeli **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Opowieści z Księgi Cnót **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Informacje dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Widowisko artystyczne pt. „Nie zastąpi Ciebie nikt"

CZWARTEK • 18 maja

TVP 1

04:40 Klan - telenowela
05:10 Dziedzictwo - serial
06:00 Wspaniałe stulecie
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Dobre historie - magazyn
08:00 Wiadomości
08:10 Kwadrans polityczny
08:25 Informacje kulturalne
08:30 Pogoda poranna
08:40 Ranczo
09:40 Komisarz Alex
10:40 Ojciec Mateusz
11:30 Leśniczówka
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:35 To się opłaca - magazyn
12:50 Natura w Jedynce - Zwierzęta budują
14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
15:00 Wiadomości

15:20 ALARM! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictwo - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela
19:30 Wiadomości
20:15 ALARM! - magazyn
20:35 Ojciec Mateusz
21:30 Sprawa dla reportera
22:30 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn
23:10 Magazyn kryminalny 997 - magazyn
24:00 Resortowe Dzieci - cykl reportaży
00:30 Tanie Dranie - talk-show
01:10 Krucjata. Prawo serii - serial kryminalny
02:05 Ines, pani mej duszy - serial kostiumowy
03:05 Ocaleni - reality show

TVP 2

04:55 Na sygnale - serial
05:25 M jak miłość - serial
06:20 Smaki świata - po bałkańsku - magazyn
06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy
07:30 Pytanie na śniadanie
07:55 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:40 Pytanie na śniadanie
11:10 Mini audycja - PD
11:15 Magazyn Ekumeniczny - magazyn
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Akacjowa 38 - serial
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial
15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial
15:50 Przepis dnia
16:00 Koło fortuny - teleturniej

16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - serial
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Akacjowa 38 - serial
19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
20:00 Przepis dnia
20:10 Barwy szczęścia
20:50 Postaw na milion
21:50 La Bandida - serial
23:40 Anatomia strachu - film fabularny, prod. USA, 2011, reż. Joel Schumacher, wyk. Nicolas Cage, Nicole Kidman, Ben Mendelsohn, Liana Liberato, Jordana Spiro
01:25 Synowie ,Ndranghety - film fabularny
03:25 Trzy dni Kondora - serial
04:25 Rodzinka.pl - serial komediowy

TVN

05:50 Uwaga! - program interwencyjny
06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy
07:00 Doradca smaku - program kulinarny
07:05 Kuchenne rewolucje
08:00 Dzień Dobry TVN
11:30 Ukryta prawda - program
12:35 Kuchenne rewolucje
13:40 Szpital - program obyczajowy
14:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
15:50 Kuchenne rewolucje
16:55 Sekrety życia - program
17:55 Ukryta prawda - program
19:00 Fakty
19:55 Uwaga!
20:10 Doradca smaku - program kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial
20:55 Milionerzy - program rozrywkowy

21:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
22:40 Last Minute - film komedia, Polska 2013, reż. Patryk Vega
00:25 Elita złodziei - film, USA/Finlandia 2021, reż. Renny Harlin,
02:30 Szpital - program obyczajowy
03:35 Uwaga! - program interwencyjny
03:55 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny
04:25 Recepta na stary dom - program edukacyjny
04:55 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy, Kanada
05:25 Kto was tak urządził - inne poradnikowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy - telenowela dokumentalna
09:40 Sekrety rodziny - serial obyczajowy
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia - serwis informacyjny
13:20 Interwencja
13:40 Trudne sprawy - telenowela dokumentalna
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:30 Na ratunek 112 - telenowela dokumentalna
17:00 Gliniarze - telenowela dokumentalna
18:00 Pierwsza miłość
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda

20:05 Nasz Nowy Dom
21:10 Przyjaciółki
22:10 Ulubieńcy Ameryki Gwen Harrison i Eddie Thomas byli najpopularniejszą aktorską parą w Ameryce. Jako zgodne i kochające się małżeństwo nakręcili kilkanaście filmów, które przyniosły ogromne zyski producentom. Jednak teraz „Ulubieńcy Ameryki" od dwóch lat są w separacji... Gwen mieszka ze swoją nową miłością - Hiszpanem Hectore, a Eddie przebywa na leczeniu w szpitalu psychiatrycznym, w którym usiłuje dojść do siebie po załamaniu nerwowym, jakie przeżył, kiedy porzuciła go żona.
00:25 Kabaretowa Ekstrklasa

TVP Kultura

07:00 Muzyczne poranki
07:30 Informacje kulturalne
08:00 Eureka biblioteka! - cykl reportaży
08:20 Niedziela z…
09:20 Koko - komedia, prod. Francja, 1963, reż. Jean Girault, wyk. Louis de Funes, Mirelle Darc, Roger Dumas, Jacqueline Maillan
11:00 Dom - serial
12:35 Altamira, korzenie sztuki - film dokumentalny
14:20 Akcja pod Arsenałem - dramat, reż. Jan Łomnicki,
16:10 Przeciwieństwa i pary: Legendarne hollywoodzkie pary - Lauren Bacall i Humphrey Bogart - cykl dokumentalny
17:15 Co dalej? - program publicystyczny
17:50 Benefis - Hanny Banaszak

20:10 Czwartkowy klub filmowy - Spragnieni miłości - dramat, prod. Hongkong, Francja, 2000, reż. Kar Wai Wong, wyk. Maggie Cheung, Lai Chen, Rebecca Pan, Lei Chan Man
22:00 Informacje kulturalne
22:20 Zawód: basista Stonesów - film dokumentalny
00:10 Na wschód od Hollywood - Goodbye Berlin - komedia
01:55 Kino nocne - Yalda, noc przebaczenia - dramat
03:35 Co dalej? - program publicystyczny
04:10 Informacje kulturalne
04:40 Teledyski
05:30 Afisz kulturalny ekstra

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
09:00 Rodzinny interes
10:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
11:00 Zaklinaczka duchów
13:00 Lekarze na start Serial przedstawia losy absolwentów medycyny (Zuzy, Dagi, Piotra, Marty i Łukasza). Wszyscy w jednym roku trafiają na staż do Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego. To tam cała piątka starać się będzie o rezydenturę na oddziale chirurgii, stawiać swoje pierwsze diagnozy, przeprowadzać poważne zabiegi, ale także ratować i tracić pierwszych pacjentów.
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
16:00 Rodzinny interes
17:00 Lekarze na start
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy

20:00 Wszystko zostanie w rodzinie - komedia, Francja 2015, reż. Nicolas Benamou, Philippe Lacheau, wys. Alice David, Christian Clavier, Philippe Lacheau, Vincent Desagnat
21:50 Ja, Irena i ja
00:05 Dzielnica strachu
01:05 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
02:00 Zobacz to! Blok powtórkowy - Menu na miarę
02:40 Z archiwum policji
03:05 Menu na miarę
03:50 Taki jest świat - program informacyjny
04:25 Z archiwum policji
05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy

TVN 7

05:00 Szkoła - program obyczajowy
06:55 Szpital - program obyczajowy
07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:00 Idealna niania - program obyczajowy
11:45 Zagadki losu - program obyczajowy
12:45 Szpital - program obyczajowy
13:45 Sąd rodzinny - program sądowy
14:45 Tajemnice miłości - program
15:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Zagadki losu - program obyczajowy
17:55 Opowieści małżeńskie - program obyczajowy
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 Zawód: szpieg - film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2001, reż. Tony Scott, wyk. Robert Redford, Brad Pitt, Catherine McCormack, Stephen Dillane, Larry Bryggman, Marianne Jean-Baptiste
22:45 Niepoczytalna - film sensacyjny, USA 2018, reż. Steven Soderbergh, wyk. Claire Foy, Joshua Leonard, Jay Pharoah, Juno Temple, Amy Irving, Matt Damon
00:45 Pacific Rim - film przygodowy, USA 2013, reż. Guillermo Del Toro, wyk. Charlie Hunnam, Idris Elba, Rinko Kikuchi, Charlie Day, Ron Perlman
03:30 Mój sąsiad morderca - program

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Łowcy Skarbów. Kto da więcej **10:50** Hardkorowy lombard **11:50** Policjantki i Policjanci **12:55** Detektywi w Akcji **13:55** STOP Drogówka
15:55 Policjantki i Policjanci **17:00** Łowcy Skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Farma
22:00 Prawdziwa jazda 2. Ice Cube i Kevin Hart powracają w kontynuacji przebojowej komedii akcji o perypetiach zasadniczego gliniarza, Jamesa i jego podatnego na wypadki pomocnika, Bena.
00:05 Wielkie tajemnice historii

TV Trwam

12:00 Rocznica konsekracji **14:00** Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela" **14:05** Prawda znalazła swój dom **14:30** Zuzela - tu wszystko się zaczęło
15:10 Filmowe życiorysy. Naznaczona przez Boga - Myrna Nassur **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Z wędką nad wodę w Polskę i Świat **16:35** Zew natury **17:05** Akademia pro-life **17:15** Muzyczne chwile **17:30** Odpowiedzialni za Kościół **17:55** Poczet Wielkich Polaków
18:00 Regina Coeli **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Przyjaciele i bohaterowie **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Głos Polski **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Informacje dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Telewizyjny Uniwersytet Biblijny

eprasa.pl 50a4d83b86

12 MAJA

Koncert: Teksasy i Wojtek Cugowski

Olsztyn

Teksasy&Wojtek Cugowski. Koncert promujący najnowszą płytę zespołu „Może cofniesz czas". To najnowszy projekt Wojtka Cugowskiego i zespołu Teksasy, który zaowocował nagraniem wspólnej płyty. Materiał zawiera jedenaście utworów w stylistyce rytm&blues i rock&roll. Gitarowe granie i znakomity wokal Wojtka. Dużo dobrej, spontanicznej energii na scenie.

Godz. 20.00, Scena Zgrzyt, ul. Nowowiejskiego 15.

12 MAJA

Burleska Show

Olsztyn

Dwugodzinny spektakl pełen muzyki, kolorów, tańca, śpiewu i teatru. Różnorodność odsłon, różnorodność energii. Solidny zastrzyk dobrej energii i inspiracji.

Wszystko w najnowszej sali widowiskowej w Olsztynie; przestronnej, przyjaznej i komfortowej dla widza.

Godz. 18.00, Aula widowiskowo-konferencyjna im. Anny Wasilewskiej, ul. Kościńskiego 11.

12 MAJA

Muzyka pod gwiazdami na bis

Olsztyn

Regularne spotkania z Muzyką pod Gwiazdami skończyły się co prawda spektakularnym koncertem Józefa Skrzeka i Przemysława Rudzia, ale w okresie wiosenno–letnim Olsztyńskie Planetarium i Obserwatorium Astronomiczne nie chce zostawiać widzów bez porcji doznań muzycznych. Dlatego już w maju zaprasza na spotkanie z Muzyką pod Gwiazdami na bis, zaś od czerwca zaprasza na cykl dodatkowych spotkań pod hasłem Letnia akademia muzyki elektronicznej.

Godz. 19.00, Al. Piłsudskiego 38.

13 MAJA

Baby Filharmonia – dla dzieci w wieku 1,5-3 lat

Olsztyn

Fily Diakite-Mikulska – prowadzenie, altówka | Cykl koncertów skierowany do najmłodszego grona słuchaczy, których celem jest wprowadzenie dzieci w naturalny język muzyczny, poprzez śpiew i ruch – podstawowe środki ekspresji dziecka. Koncerty chociaż przybierają formę interaktywno-warsztatową, prowadzone są bez słów, tak aby dziecko mogło wpełni doświadczyć pięknego języka, jakim jest muzyka.

Godz. 9.30/10.30/11.30, sala kameralna Filharmonii.

13 MAJA

Swing & Love

Olsztyn

Koncert połączy dwie muzyczne osobowości. Kiedyś razem zdobyli Grand Prix na Festiwalu w Sopocie piosenką „Między Nami". Teraz opowiedzą w amerykańskim stylu w rytmie swinga o życiu, pasji i ... miłości. Oryginalne swingowe kompozycje i aranżacje Pawła Steczka w interpretacji i wykonaniu Marcina Jajkiewicza z towarzyszeniem Orkiestry i muzyków jazzowych dostarczą nam niezapomnianych przeżyć. To będzie piękny, muzyczny powrót do czasów Franka Sinatry...

Godz. 18:00 sala koncertowa Filharmonii.

13 MAJA

NOCNY SPACER Z MUZEUM NOWOCZESNOŚCI

Olsztyn

Pierwszy nocny spacer z Muzeum! Rafał Bętkowski poprowadzi uczestników wokół granic terenu, który od czasów średniowiecza do 1919 r. był wyłączony z obszaru miasta.

Godz. 21:00, start: Tartak Raphaelsohnów.

13 MAJA

21. Objazdowy Festiwal Filmowy WATCH DOCS: Ludzie i Ludzie

Olsztyn

21. Objazdowy Festiwal Filmowy WATCH DOCS. Prawa Człowieka w Filmie jest organizowany przez Helsińską Fundację Praw Człowieka we współpracy z wieloma partnerami z całej Polski – organizacjami pozarządowymi, ośrodkami akademickimi, teatrami, kinami i innymi instytucjami kulturalnymi. MOK Olsztyn rokrocznie włącza się w tę inicjatywę, współorganizując festiwal i zapraszając na kolejne poruszające projekcje oraz fascynujące dyskusje.

Godz. 19.00, ul. Dąbrowszczaków 3.

13 MAJA

Noc Muzeów na Polach Grunwaldu

Stębark

W programie:

» Uroczyste otwarcie galerii sztuki grunwaldzkiej (pawilon wystawowy na wzgórzu pomnikowym)

» 18.00-20.00 Bezpłatne zwiedzanie muzeum z przewodnikiem (budynek nowego muzeum)

» 18.00-20:00 Gry i zabawy plebejskie (przy budynku nowego muzeum)

» 20.00 Przemarsz z pochodniami do ruin kaplicy pobitewnej (start spod budynku nowego muzeum)

» 20.30 Plenerowy seans filmowy (wybrane sceny z filmu Aleksandra Forda „Krzyżacy"; przy pawilonie gospodarczym pola namiotowego)

» 21.30 Opowieści przy ognisku „Tajemnice małżeńskiej alkowy Władysława Jagiełły" - opowiada pracownik muzeum Jarosław Malecki (przy pawilonie gospodarczym pola namiotowego).

Godz. 17.00, Muzeum Bitwy pod Grunwaldem, Stębark 70a.

REKLAMA

fot. Zbigniew Chojęta

- **20. Światowy Festiwal Folkloru „Tęcza" (23–25 czerwca)**
  W programie parada zespołów ulicami miasta oraz występy w amfiteatrze
- **Festiwal Ełk Ogień i Woda (30 czerwca)**
  Pokazy teatrów ognia, koncerty: Dziwna Wiosna, Michał Szczygieł, Gromee
- **Aqua Fiesta. Maraton pływacki i kajakowy (2 lipca)**
- **Festiwal Teatrów Plenerowych „Bez Kurtyny" (3–9 lipca)**
- **Ekstremalny bieg z przeszkodami „Hunt Run" (7-9 lipca)**
- **VI Ełk Latin Festival (7-9 lipca)**
  Warsztaty taneczne (instruktorzy z Polski i zagranicy), koncert: Nando Del Rio (8 lipca)
- **28. Mazurskie Lato Kabaretowe „Mulatka" (13-16 lipca)**
  Kabarety z całej Polski walczą w Ełku o miano najlepszych, występy gwiazd
- **XVI Mazurskie Zawody Balonowe (20-22 lipca)**
  Zachwycające loty nad miastem i jeziorem, parada baloniarzy ulicami miasta, pokaz nocny
- **Koncert HIP HOP – SMOLASTY (23 lipca)**
- **VI Ełcki Festiwal Literatury i Muzyki „Będzie czytane, będzie grane" (28-30 lipca)**
  Koncerty: Artur Rojek (28 lipca), T.Love (29 lipca), O.S.T.R. (30 lipca)
  Spotkania autorskie m.in.: Małgorzata Strzałkowska, Max Cegielski, Ewa Winnicka, Artur Górski, Agata Passent

LATO W EŁKU BĘDZIE WYJĄTKOWO GORĄCE

więcej na www.elk.pl

Miasto Ełk – serce i stolica Mazur zachwyca nie tylko malowniczym krajobrazem, ale także bogatą ofertą wydarzeń. Tego lata odbędą się m.in. Mazurskie Zawody Balonowe, Festiwal Ogień i Woda, bieg z przeszkodami Hunt Run, Ełk Latin Festival, Mistrzostwa Polski w narciarstwie za motorówką, Mazurskie Lato Kabaretowe „Mulatka" czy koncerty: T.Love, Cleo, Smolasty, Pezet i O.S.T.R.

fot. Marek Romańczuk

elk tu wracam

fot. Polski Związek PZMWiNW

- **Mistrzostwa Polski w narciarstwie za motorówką (3-6 sierpnia)**
- **Ełk Hip Hop Night – PEZET (5 sierpnia)**
- **Ełk Rock Night (11 sierpnia) Koncert Cheap Tobacco i Harlem**
- **Festiwal Smaków Świata (12-15 sierpnia)**
- **Koncert muzyki POP - CLEO (18 sierpnia)**
- **Stach Bukowski i Meek Oh Why? (19 sierpnia)**
- **Festiwal „Ełk na Trzy Oktawy" (25-26 sierpnia)**

Pobierz aplikację „Mazury, Pojezierze Ełckie"

55923otbr-a-M

eprasa.pl 50a4d83b86

WEEKENDOWY REPERTUAR HELIOS

Centrum Handlowe Aura, Olsztyn, al. Piłsudskiego 16

HELIOS
tel. 89 535 20 30
108422otbr-a-M

PIĄTEK 12 MAJA

BOOK CLUB. Następny rozdział / napisy: 12:20, 15:15, 17:30, 20:30
RYCERZE ZODIAKU / napisy: 12:00, 14:50, 20:00
ERNEST i CELESTYNA: Misja muzyka / familijny / od 4 lat / dubbing: 12:40, 15:00, 17:45
TRZEJ MUSZKIETEROWIE: D'Artagnan / napisy: 12:50, 15:30, 18:15, 21:00
STRAŻNICY GALAKTYKI: Volume 3 / napisy: 15:45, 20:15
STRAŻNICY GALAKTYKI: Volume 3 / dubbing: 12:30, 14:30, 17:00, 19:00
STRAŻNICY GALAKTYKI: Volume 3 / dubbing / 3D: 13:45
JESTEM OTCHŁANIĄ / napisy: 18:45
DUNGEONS & DRAGONS. Złodziejski honor / dubbing: 12:10, 19:45
KICIA KOCIA mówi: Dzień dobry! / dubbing: 12:10, 13:30, 17:15
PIĘKNA KATASTROFA / napisy: 19:15
SKOŁOWANI: 16:45
WRÓŻKA ZĘBUSZKA / familijny / od 6 lat / dubbing: 14:40

SOBOTA 13 MAJA

BOOK CLUB. Następny rozdział / napisy: 12:20, 15:10, 17:30, 20:40
RYCERZE ZODIAKU / napisy: 12:00, 14:50, 20:00
ERNEST i CELESTYNA: Misja muzyka / familijny / od 4 lat / dubbing: 10:20, 15:00, 17:45
TRZEJ MUSZKIETEROWIE: D'Artagnan / napisy: 12:40, 15:20, 18:00, 20:50
STRAŻNICY GALAKTYKI: Volume 3 / napisy: 15:45, 20:30
STRAŻNICY GALAKTYKI: Volume 3 / dubbing: 10:30, 12:30, 14:00, 17:15, 19:00
STRAŻNICY GALAKTYKI: Volume 3 / dubbing / 3D: 10:50
JESTEM OTCHŁANIĄ / napisy: 18:30
DUNGEONS & DRAGONS. Złodziejski honor / dubbing: 12:10, 19:45
KICIA KOCIA mówi: Dzień dobry! / dubbing: 10:30, 11:00, 12:00, 13:30, 17:00
PIĘKNA KATASTROFA / napisy: 19:15
SKOŁOWANI: 16:45
WRÓŻKA ZĘBUSZKA / familijny / od 6 lat / dubbing: 10:40, 14:30
DZIKI ZACHÓD CALAMITY JANE - Seans Przyjazny Sensorycznie / dubbing: 10:00

NIEDZIELA 14 MAJA

BOOK CLUB. Następny rozdział / napisy: 12:20, 15:10, 17:30, 20:40
RYCERZE ZODIAKU / napisy: 11:45, 14:50, 20:00
ERNEST i CELESTYNA: Misja muzyka / familijny / od 4 lat / dubbing: 10:20, 15:00, 17:45
TRZEJ MUSZKIETEROWIE: D'Artagnan / napisy: 12:40, 15:20, 18:00, 20:50
STRAŻNICY GALAKTYKI: Volume 3 / napisy: 15:45, 20:30
STRAŻNICY GALAKTYKI: Volume 3 / dubbing: 10:30, 12:30, 14:00, 17:15, 19:00
STRAŻNICY GALAKTYKI: Volume 3 / dubbing / 3D: 10:50
JESTEM OTCHŁANIĄ / napisy: 18:30
DUNGEONS & DRAGONS. Złodziejski honor / dubbing: 12:10, 19:45
KICIA KOCIA mówi: Dzień dobry! / dubbing: 10:30, 11:00, 12:00, 13:30, 17:00
PIĘKNA KATASTROFA / napisy: 19:15
SKOŁOWANI: 16:45
WRÓŻKA ZĘBUSZKA / familijny / od 6 lat / dubbing: 10:40, 14:30

WEEKENDOWY REPERTUAR KINA AWANGARDA W OLSZTYNIE

PIĄTEK 12 MAJA

„Bezmiar" - prod. Włochy, Francja : godz. 18.00 sala studyjna
„Ryś. Król puszczy" - prod. Francja, Szwajcaria : godz. 18.00 sala klubowa
„Sundown" - prod. Meksyk, Francja, Szwecja : godz. 18.00 sala arte
„24 godziny" - prod. Hiszpania : godz. 19.45 sala klubowa- pokaz przedpremierowy
„Trzej muszkieterowie: D'Artagnan" - prod. Francja : godz. 19.45 sala studyjna
100 lat Warner Bross.: „Sokół maltański" : godz. 20.00 sala arte

SOBOTA 13 MAJA

„Bezmiar" - prod. Włochy, Francja : godz. 16.00 sala studyjna
„Vermeer. Blisko mistrza" - prod. Holandia : godz. 17.00 sala klubowa- pokaz specjalny
„Tonia" - prod. Polska : godz. 17.00 sala arte
„Osiem gór" - prod. Włochy, Belgia, Francja : godz. 17.45 sala studyjna- pokaz przedpremierowy
„Ryś. Król puszczy" - prod. Francja, Szwajcaria : godz. 18.30 sala klubowa
„Sundown" - prod. Meksyk, Francja, Szwecja : godz. 18.30 sala arte
„24 godziny" - prod. Hiszpania : godz. 20.00 sala klubowa- pokaz przedpremierowy
„Trzej muszkieterowie: D'Artagnan" - prod. Francja : godz. 20.00 sala studyjna
„Jestem otchłanią" - prod. Włochy : godz. 20.00 sala arte

NIEDZIELA 14 MAJA

„Bezmiar" - prod. Włochy, Francja : godz. 16.00 sala studyjna
„Vermeer. Blisko mistrza" - prod. Holandia : godz. 17.00 sala klubowa- pokaz specjalny
„Tonia" - prod. Polska : godz. 17.00 sala arte
„Osiem gór" - prod. Włochy, Belgia, Francja : godz. 17.45 sala studyjna- pokaz przedpremierowy
„Ryś. Król puszczy" - prod. Francja, Szwajcaria : godz. 18.30 sala klubowa
„Sundown" - prod. Meksyk, Francja, Szwecja : godz. 18.30 sala arte
„24 godziny" - prod. Hiszpania : godz. 20.00 sala klubowa- pokaz przedpremierowy
„Trzej muszkieterowie: D'Artagnan" - prod. Francja : godz. 20.00 sala studyjna
„Jestem otchłanią" - prod. Włochy : godz. 20.00 sala arte

14 MAJA

Targi Olsztyn w stylu vintage

Olsztyn

Druga edycja targów przeniesiona do przeszłości na Warmii i Mazurach. Czeka nas niesamowita podróż vintage po: ubraniach, biżuterii, akcesoriach, płytach winylowych, starych samochodach i wiele innych. Również jak przy poprzedniej edycji targi połączone będą z rękodziełem! Co więcej, będą to targi #zerowaste, czyli stworzone w duchu niemarnowania i ratowania starych przedmiotów. Przyjdź i przekonaj się, jak powstaje "coś" z "niczego" i jak stare rzeczy mogą odzyskać dawny blask. Daj się porwać przeszłości.

Godz. 10.00, Aeroklub Warmińsk-Mazurski.

15 MAJA

Spektakl „Brzechwa 2020"

Olsztyn

Pełen humoru, edukacyjny i interaktywny spektakl „Brzechwa 2020" o przyjaźni, zwierzętach, zdrowiu, higienie i przywarach ludzkiego charakteru. W spektaklu „Brzechwa 2020" dzieci przeniosą się do bajki i wezmą udział w najbardziej szalonej lekcji na jakiej kiedykolwiek były.

Godz. 10.00, Aula im. A. Wasilewskiej | Olsztyn, ul. Kościńskiego 11.

REKLAMA

Entuzjaści olsztyńskich juwenaliów mogą zacząć przygotowywać się do uczestnictwa w tym studenckim święcie – pierwsze wydarzenia odbędą się już w środę, 24 maja. Organizatorzy, jak każdego roku, przygotowali szereg aktywności i atrakcji skierowanych zarówno do studentów, jak i do pozostałych uczestników.

KOSMICZNA KORTOWIADA ODBĘDZIE SIĘ JUŻ ZA 2 TYGODNIE!

62. edycja Kortowiady potrwa od 24 do 27 maja. Oficjalne rozpoczęcie zabawy nastąpi jednak w czwartek, kiedy to Parada Wydziałów przejdzie przez miasto, obwieszczając początek juwenaliów.

Motywem przewodnim Kortowiady 2023 jest, w nawiązaniu do Roku Mikołaja Kopernika, kosmos. W związku z tym część przygotowanych wydarzeń i atrakcji, a także imponująca oprawa graficzna, nawiązują do tego tematu.

KONCERTY LEGEND POLSKIEJ SCENY I DEBIUTANTÓW

Największą atrakcję olsztyńskich juwenaliów stanowią bez wątpienia koncerty. Na tegoroczną edycję Kortowiady zaplanowano ich aż 16. Znani polscy artyści wystąpią na Scenie Głównej zlokalizowanej w samym sercu Kortowa, czyli na urokliwej plaży kortowskiej.

Przez 3 majowe wieczory będzie można posłuchać muzyki na żywo. Pierwszego koncertowego dnia, w czwartek, zagra Zalia, Bryska, Enej, Mrozu, Białas oraz Molesta Ewenement. W piątek na Scenie Głównej wystąpią Michał Szczygieł, Błażej Król, Ralph Kaminski, White 2115 oraz Oki. Na ostatni dzień juwenaliów, sobotę, zaplanowano natomiast koncert Julii Rockiej, Igo, Kultu, Gibbsa oraz Sariusa. Każdego dnia pierwszy koncert będzie rozpoczynał się o 17:30. Bilety na koncerty są jeszcze dostępne na stronie internetowej organizatora: www.bilety.kortowiada.pl.

DODATKOWE ATRAKCJE NA PLAŻY KORTOWSKIEJ

Poza koncertami w strefie festiwalowej na plaży kortowskiej uczestnicy znajdą wiele atrakcji przygotowanych zarówno przez organizatorów, jak i przez sponsorów i partnerów wydarzenia. Na terenie będzie znajdować się także wiele różnego rodzaju foodtrucków, więc w przerwie od muzycznych wrażeń będzie można posilić się, wybierając ulubione przysmaki.

Jedną ze stref przygotował także Uniwersytet Warmińsko-Mazurski – strefa „SpotkajMY się" będzie znajdować się w pobliżu parku Kortowskiego. Będzie to miejsce, w którym nauka łączy się z pasją. Uczestnicy Kortowiady, poza dobrą dawką muzycznych rytmów, właśnie w strefie zorganizowanej przez Uniwersytet, spotkają się z artystami, znanymi osobowościami internetowymi oraz naukowcami, którzy podejmą dyskusję na tematy rozgrzewające sieć: AI, emocje, nowa żywność.

Zapowiedziano pojawienie się Radka Kotarskiego, dziennikarza, youtubera, znanego z przekazywania edukacyjnych treści w przystępny sposób. Pojawi się również Karol Wójcicki – twórca kanału „Z głową w gwiazdach" – dziennikarz naukowy, popularyzator astronomii, podróżnik, łowca zórz i zaćmień. Naukowcy z Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie wezmą udział w 3 panelach dyskusyjnych.

Nie zabraknie również akcentów kabaretowych. Każdego dnia na scenie strefy pojawią się komicy w standupach – Cezary Ponttefski, Adam Sobaniec, Damian Skóra czy Bartosz Zalewski.

Strefa „SpotkajMY się" będzie otwarta od czwartku do soboty.

STUDENCKIE ŚWIĘTO PEŁNE ATRAKCYJNYCH WYDARZEŃ

Poza koncertami olsztyńskie juwenalia mają jeszcze do zaoferowania wiele aktywności o różnym charakterze. Fani Silent Party, czyli cichych imprez, gdzie muzyka płynie wyłącznie ze słuchawek, będą mogli uczestniczyć w nich przez wszystkie kortowiadowe wieczory. Silent Party zaplanowano od środy do soboty w namiocie przy Centrum Konferencyjnym. Każdego dnia o oprawę muzyczną dbać będą inni DJ-e. Za konsolą staną: DJ Omen, DJ Killer, DJ Wajs, DJ Adam De Great, DJ Cezar, DJ Adys, DJ C.WHY.C. DJ Jack Grand, DJ Mario, DJ Gie, DJ Danny-D, DJ TONA H, DJ REWILO, DJ SPEED oraz DJ GRZECHU.

Zadowoleni będą również z pewnością fani kina i... planszówek! Kino Plenerowe zaplanowano na 3 festiwalowe wieczory, od czwartku do soboty. Każdego dnia wyświetlone zostaną dwa filmy. W czwartek dawkę śmiechu zapewnią „Shrek" oraz „Straszny film", w piątek będzie można wspólnie z przyjaciółmi obejrzeć filmy „Lara Croft Tomb Raider: Kolebka życia" oraz „Dziennik Bridget Jones". W sobotę wyświetlone zostaną z kolei „Ted" oraz „Kiler". Strefa Kina Plenerowego znajdować się będzie za Biblioteką UWM.

W Festiwalu Gier Planszowych ze względu na spore zeszłoroczne zainteresowanie można wziąć udział w czwartek oraz sobotę. Fani spędzania czasu na poznawaniu nowych gier mogą śmiało udać się namiotu przy Centrum Konferencyjnym i wypożyczyć interesujące planszówki.

Z pewnością kolejna edycja tego studenckiego święta będzie obchodzona hucznie. Warto pamiętać, że wstęp na niemal wszystkie wydarzenia towarzyszące, organizowane w ramach Kortowiady 2023 jest darmowy.

Głównymi sponsorami Kortowiady jest Perła – Browary Lubelskie oraz MAX Premium Burgers. Strategicznym Partnerem jest Samorząd Województwa Warmińsko-Mazurskiego. Jednym z partnerów wydarzenia jest Orbit.

28223otbr-c-M

eprasa.pl 50a4d83b86

WARTOŚĆ EUROPY TO EUROPA WARTOŚCI

PISZĘ TEN ARTYKUŁ W MIEJSCU NIEZWYKŁYM. W KLASZTORZE W SCY-CHAZELLES W POKOJU, Z KTÓREGO OKNA WIDZĘ SKROMNY, ALE PIĘKNY DOM WRAZ Z ZADBANYM OGRODEM, GDZIE CHCIAŁOBY SIĘ PRZEBYWAĆ GODZINAMI. OBOK ZNAJDUJE SIĘ DWUNASTOWIECZNY KOŚCIÓŁEK SAINT-QUENTIN. DATA TEŻ NIE JEST PRZYPADKOWA – 9 MAJA, KTÓRY UWAŻANY JEST ZA DZIEŃ NARODZIN UNII EUROPEJSKIEJ, UPAMIĘTNIANY CO ROKU JAKO DZIEŃ EUROPY.

Mężczyzna, który rozpoczyna dzień od modlitwy na klęczkach, który regularnie uczęszcza na mszę świętą i przyjmuje komunię świętą, modli się na różańcu, praktykuje rozmyślania, systematycznie przystępuje do sakramentu pokuty. O kim piszę? Może o duchownym? Może o bracie zakonnym? A jeśli powiem, że o polityku? Trudno będzie w to uwierzyć. A jeszcze trudniej, gdy dodam, że ów współczesny, ważny polityk to kandydat na ołtarze. A jednak…! O kim mowa?

Apostoł pod krawatem

Piszę o ministrze finansów, dwukrotnym premierze, ministrze spraw zagranicznych i przewodniczącym Parlamentu Europejskiego zwanym Ojcem Europy. Sic! A także o Czcigodnym Słudze Bożym, którego proces beatyfikacyjny jest w toku, czyli o Robercie Schumanie, który mieszkał i zmarł właśnie w Scy-Chazelles. Urodzony 29 czerwca 1886 r. w Clausen w Luksemburgu, wychowany w Lotaryngii. Najpierw obywatel niemiecki, gdyż Lotaryngia należała wówczas do Niemiec, potem, po zakończeniu I wojny światowej, obywatel francuski. Przede wszystkim jednak żarliwy katolik. Rodzina Schumanów, od pokoleń katolicka, była naturalnym środowiskiem wychowania Roberta, który od młodzieńczych lat poznawał dzieła świętego Tomasza z Akwinu i świętego Jana od Krzyża. Jego proboszcz powiedział po śmierci Schumana, że „w spotkaniach z Bogiem znajdował tę nadprzyrodzoną siłę, która uczyniła go nie tylko promotorem wartości humanistycznych, mężem stanu, ale także prawdziwym sługą Kościoła". Dlatego wicepostulator w procesie beatyfikacyjnym Schumana, o. Joseph Jost, powiedział, że „Eucharystia i Słowo Boże ukierunkowały całe jego życie".

Po dość szybkiej stracie rodziców, którą boleśnie przeżył, chciał zostać księdzem, ale przyjaciel napisał mu, że „święci XX wieku noszą świeckie ubrania, a świat potrzebuje zaangażowanych świeckich". Usłyszał też: „Religia, ojczyzna, prawo potrzebują cię jako człowieka odważnego. Bo w naszym społeczeństwie pilną koniecznością staje się apostolat świeckich. Nie potrafię wyobrazić sobie lepszego apostoła od ciebie". Został więc politykiem, bo polityk, podobnie jak apostoł, jest blisko ludzi i ich spraw. Już jako wykształcony młody mężczyzna z doktoratem z prawa, po egzaminie sędziowskim, mając głęboką wiedzę w zakresie ekonomii, gospodarki, filozofii i teologii, stał się autorytetem, przekazując swoje życiowe motto: „In necessaris unitas, in dubio libertas, in omnibus caritas" (Jedność w tym, co konieczne, wolność w sprawach wątpliwych, we wszystkim miłość).

Nie nienawiść, ale pojednanie

Schuman nigdy nie krył się ze swoim katolicyzmem, nie uważał go za sprawę prywatną, żył nim na co dzień. W jego życiu, jak podkreśla o. Bernard Ardura, postulator w procesie beatyfikacyjnym Schumana, „istniała doskonała spójność między jego chrześcijańskimi przekonaniami a życiem". Z tego powodu jednak musiał znosić rozmaite upokorzenia i zniewagi z różnych stron. Od parlamentarzystów francuskich o komunistycznym rodowodzie usłyszał na sali posiedzeń parlamentu, że jest „pruską świnią", gen. Charles de Gaulle nazywał go zdrajcą i Szwabem, co Schuman silnie przeżył, a obywatele Francji mieli go za politycznego heretyka, gdy mówił, że pojednanie francusko-niemieckie jest możliwe. Był też w niektórych kręgach uważany za agenta niemieckiego albo agenta Watykanu, a nawet za człowieka „pozbawionego rozumu", dlatego że ośmielał się mówić o swojej wizji Zjednoczonej Europy opartej na wartościach chrześcijańskich, w której było też miejsce dla Niemiec. Utrzymywał on bowiem, że „nie logika nienawiści, ale pojednania i współpracy jest prawdziwą szansą dla Europy, a politycy powinni dążyć do stworzenia wspólnoty interesów jako zaczynu inicjującego poszerzanie i pogłębianie wspólnoty interesów i państw, które przez długi czas żyły w konflikcie". Takie słowa mógł wypowiedzieć tylko przyszły Sługa Boży, zważywszy na fakt, iż Schuman uwięziony przez hitlerowców w Metz i zachęcany do współpracy, której nigdy nie podjął, szykanowany i prześladowany, był przeznaczony do wywózki do obozu koncentracyjnego. Znamienne są też inne słowa z tego okresu: „chrześcijanin nie może się poddawać dopóty, dopóki cieszy się zdrowiem i ma szanse działania. Ja nie dam się pogrzebać za życia…". W czasie działań wojennych udało mu się schronić w opactwie benedyktyńskim, a więc niejako u samego św. Benedykta, pierwszego Ojca Europy. Czyż to był przypadek, czy znak dla Schumana, że musi podążać drogą świętego Ojca – Patrona Europy – i stać się nowym „europejskim świętym" poprzez działanie na rzecz jedności i pokoju w Europie, we współpracy z Niemcami, swymi prześladowcami? Niemcami, które jako „człowiek pogranicza" – jak o sobie mówił – znał przecież doskonale: „Niemcy są najbardziej niebezpieczne, gdy są pozostawione same sobie i w ten sposób wydane na działanie budzącego grozę, niszczącego fermentu".

Fot. Archiwum prywatne

Grób Roberta Schumana w kościele Saint-Quentin w Scy-Chazelles

Plan Schumana

Już po wojnie w 1950 r. Schuman zdecydował się na ogłoszenie swojego projektu pojednania Niemiec i Francji, gdyż był przekonany, jak czytamy w jego książce „Dla Europy", która ukazała się już po jego śmierci: „Chrześcijaństwo nauczyło nas naturalnej równości pomiędzy wszystkimi ludźmi (…). Ono pozwoliło nam poznać godność pracy i zobowiązanie wszystkich, dopomóc sobie nawzajem. Ono poznało pierwszeństwo wartości duchowych, które jedynie człowieka uszlachetniają". W innym miejscu Schuman zauważył: „mężom stanu z bardzo miernym skutkiem dotychczas udawało się zmieniać świat. (…) Nikt nie czeka na nową moralność. Chrześcijaninowi wystarczy moralność chrześcijańska". Moralność, która promuje jedność, a nie rozłam, i która prowadzi do pojednania. A „pierwszym zaś krokiem do pojednania powinna być wspólna produkcja, a także kontrola węgla i stali". Stworzył więc plan dotyczący propozycji wspólnej koordynacji produkcji stali i wydobycia węgla w RFN i Francji. 9 maja 1950 r. Robert Schuman ogłosił w Sali Zegarów francuskiego Ministerstwa Spraw Zagranicznych zredagowany starannie przy współpracy Jeana Monneta „Plan Schumana", który dziennikarze nazwali „bombą Schumana". Celem planu było ekonomiczne związanie Francji i Niemiec. Dzięki wspólnej koordynacji produkcji stali i wydobycia węgla można byłoby kontrolować przemysł zbrojeniowy Zachodnich Niemiec i zarazem zintegrować go z innymi gospodarkami. Dzięki temu wojna byłaby niemożliwa i niezasadna z powodów ekonomicznych. Plan był zalążkiem europejskiej integracji i przyczynił się do stworzenia Europejskiej Wspólnoty Węgla i Stali. Dzieło Schumana wywarło również pośredni wpływ na podpisanie w Rzymie 25 marca 1957 r. Traktatu o utworzeniu Europejskiej Wspólnoty Gospodarczej i Wspólnoty Euratom.

W oczekiwaniu na beatyfikację

Wkrótce po śmierci Schumana zaczęto gromadzić materiały do procesu beatyfikacyjnego, który na szczeblu diecezjalnym został otwarty w 1985 roku przez biskupa Metz. Do dostrzeżenia w Schumanie świętego przyczyniła się inicjatywa europejskich polityków, intelektualistów i duchownych skupionych wokół Instytutu św. Benedykta, którzy złożyli deklarację na rzecz Schumana: „Wspieramy inicjatywę Instytutu Saint-Benoît à Metz w sprawie beatyfikacji francuskiego męża stanu i Ojca Europy – Roberta Schumana. Jako niemiecka sekcja w ramach europejskiego komitetu przygotowawczego w Metz/Scy-Chazelles, miejscowości, gdzie żył i umarł Robert Schuman, chcemy aktywnie przyczynić się, by proces beatyfikacji oficjalnie się już rozpoczął". Gromadzenie dokumentów beatyfikacyjnych zostało zakończone w 2004 roku. Obecnie przygotowane przez o. Josepha Josta „Positio", którego kopię wczoraj przeglądałam na wykładzie o. Josta, znajduje się w Watykanie w Kongregacji ds. Kultu Świętych.

Schuman jako polityk, premier, minister i katolik – który uważał, że służba wobec ludzkości jest takim samym palącym obowiązkiem jak wierność wobec swojego narodu – jest przykładem, jak z jednej strony nie ulegać pokusom izolacjonizmu, ponieważ nie przystoi to katolikom, a z drugiej, jak nie poddawać się kosmopolitycznym zapędom. Równowaga bowiem, zrodzona z roztropności, męstwa, sprawiedliwości i umiarkowania, a więc cnót kardynalnych, jest tą drogą, którą warto podążać nie tylko w realizacji wizji politycznych, ale i wizji własnego życia, tak jak uczynił to Schuman.

ZDZISŁAWA KOBYLIŃSKA

eprasa.pl 50a4d83b86

GRILLUJEMY ZDROWO!

WRAZ Z SEZONEM GRILLOWYM WRÓCIŁO TEŻ PYTANIE: CZY TO JEST ZDROWE? ZANIM NA NASZYM RUSZCIE WYLĄDUJĄ SMAKOWITE PORCJE MIĘSKA I WARZYWA — TRZEBA GO ROZPALIĆ, NAJLEPIEJ Z UŻYCIEM ODPOWIEDNIEGO MATERIAŁU PALNEGO I... GŁOWY!

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

Już dawno spotkania przy ruszcie stały się jedną z ulubionych form spędzania wolnego czasu całej rzeszy Polaków. Problem jednak w tym, że wielu z nich, z różnych powodów przyrządza i spożywa te grillowane potrawy rzeczywiście kompletnie niezdrowo, także niehigienicznie, a czasem nawet wbrew przepisom o ochronie przeciwpożarowej...!

Owszem, klasyczny grill może i do najzdrowszych sposobów przyrządzania posiłków nie należy — bardzo często opary wydzielające się w czasie grillowania zawierają toksyczne związki chemiczne. Ale zapewniam, że mięsa, ryby i warzywa można też grillować zdrowo i spożywać je potem bez obaw, że akurat taka forma obróbki żywności negatywnie odbije się na naszym zdrowiu i sylwetce. Właśnie, sylwetka... Dla niektórych to nawet ważniejsze niż zdrowie...! I dobrze, bo w zdrowym ciele zdrowy duch, a grillować zdrowo się da. Musimy tylko pamiętać, że tak, jak ważne jest to, co grillujemy — tak równie ważny jest sposób, w jaki posiłki na grillu przygotowujemy. Kto nie wie, jak zdrowo grillować — polecam niniejszy poradnik...!

Zdrowy grill jest dobrze rozpalony

Zanim na naszym ruszcie wylądują smakowite porcje mięska i warzywa — trzeba go rozpalić, najlepiej z użyciem odpowiedniego materiału palnego i... głowy! Najlepszy będzie brykiet lub węgiel pochodzenia liściastego — bo drzewa liściaste nie zawierają szkodliwej po spożyciu żywicy. Ta zawarta w drewnie drzew iglastych podczas spalania wydziela rakotwórcze aromaty. Zdecydowanie zabraniam też używania jako rozpałki zadrukowanego papieru, kartonów, lakierowanego drewna i tym podobnych materiałów! Kiedy rozpalimy brykiet, po jakichś 40 minutach pojawi się na nim warstwa popiołu — i to jest dopiero sygnał, że na grillu możemy zacząć przygotowywać potrawy. Ogólna zasada brzmi: zdrowy grill to nie wyścigi i wymaga cierpliwości!

JEŚLI W CZASIE GRILLOWANIA ŻAR ZACZNIE PRZYGASAĆ, DO PALENISKA NIE POWINNIŚMY DODAWAĆ ŻADNEJ PODPAŁKI — ANI PŁYNNEJ, ANI W KOSTKACH. ICH OPARY SĄ TRUJĄCE I PRZEDOSTAŁYBY SIĘ WPROST DO PIECZONEJ ŻYWNOŚCI, DLATEGO PODPAŁKI SŁUŻĄ JEDYNIE DO PODPALANIA.

Ktokolwiek nie ma głowy do drzew, podpałek i węgla — zawsze może wybrać grill elektryczny. Nawet najbardziej wybredni dietetycy uważają ten typ grilla za najzdrowszy i wskazują, że w czasie jego użytkowania nie powstają żadne związki rakotwórcze.

Tacki rządzą!

Z rzuconego na ruszt mięsa pod wpływem temperatury zaczyna wytapiać się tłuszcz, który następnie ścieka wprost na węgiel i paląc się — natychmiast zaczyna wydzielać toksyczne związki chemiczne. Takie opary następnie unoszą się ku górze i na powrót wnikają do mięsa, warzyw czy ryby, które przecież nadal się pieką...! Zaręczam, że ani te opary, ani ugrillowane na nich mięso — choćby nie wiem jak smakowicie pachniały i nawet smakowały — to nie są zdrowe rzeczy. Dlatego zwłaszcza mięsa bezpośrednio na ruszcie nigdy nie kładziemy — układamy je na jednorazowych tackach aluminiowych. Ponieważ tacki są karbowane i dziurkowane, tłuszcz nie kapie na brykiet, ale jednocześnie gorące powietrze może wokół grillowanych potraw swobodne krążyć. Musimy też dbać o czystość samego rusztu — w czasie użytkowania osadzają się na nim resztki potraw i spalony tłuszcz, a to także źródło szkodliwych substancji.

Pixabay

Mięso wypieczone do końca

Wiem, wiem... Ledwie rzucimy coś na ruszt, a już w powietrzu zaczynają unosić się aromaty, które natychmiast sprawiają, że nasze dania chcemy z tego grilla jak najszybciej zdjąć, obficie potraktować musztardą, ketchupem lub majonezem, dołożyć do tego świeżą, rumianą i chrupiącą bułeczkę — i czym prędzej zjeść ze smakiem...!

Co nagle, to jednak po diable. Zanim przystąpimy do konsumpcji, musimy mieć 100 proc. pewności, że mięso jest gotowe. Zaręczam, że na wpół surowy kawałek karkówki czy piersi z indyka — ani nie wyjdzie nam smacznie, ani na zdrowie. Jeśli ktoś ma rzeczywiście z tą cierpliwością problem — niech kroi mięso na mniejsze kawałki. Wtedy ugrillują się szybciej i nie tylko z zewnątrz będą wyglądać na idealnie wypieczone — takie same będą też w środku. Pomocny będzie na pewno termometr do mięsa z nakłuwaczem.

Ale w drugą stronę też nie wolno przesadzać — pilnujmy tego mięsa i całej reszty, bo chwila nieuwagi i spalą się nam na popiół. A znów: ani to smaczne, ani zdrowe. Te mocno spieczone kawałki mięsa i ryb zawierają najwięcej szkodliwych związków. Dlatego pamiętajmy: grill sam się nie robi. Trzeba go doglądać, pilnować i co jakiś czas przewrócić kawałek mięsa na drugą stronę.

Co NA zdrowego grilla? Naturalne zioła i przyprawy!

Aromatyczne przyprawy nie tylko wzbogacają smak przygotowywanych dań, ale niezwykle wspomagają nas w trawieniu. Majeranek, bazylia, oregano, rozmaryn, zioła prowansalskie, estragon, kurkuma czy imbir — to do grilla doskonałe dodatki...! Do tego naturalne przyprawy neutralizują toksyczne związki, które — mimo największej ostrożności i stosowania się do zdrowych zasad — mogą się niekiedy podczas grillowania uwalniać. Uprzedzam jednak, że gotowych mieszanek ziół i przypraw lepiej unikać — bo mogą zawierać kompletnie niezdrowe składniki: glutaminian sodu oraz wszystkie inne konserwanty i polepszacze. Kto ma chory lub delikatny żołądek, niech unika z kolei przypraw ostrych. Tak samo lepiej darować sobie już przyprawione mięso — przede wszystkim dlatego, że bardzo ciężko ocenić jego świeżość. Poza tym nigdy nie mamy pewności, kto i co konkretnie użył do jego przyprawienia, a wszelkie substancje konserwujące i peklujące pod wpływem wysokiej temperatury rozkładają się do rakotwórczych związków chemicznych — no to sami oceńcie, czy to jest dobre dla zdrowia i sylwetki, czy wręcz przeciwnie...

Co DO zdrowego grilla?

I tu przechodzimy niejako do sedna. Bo taki upieczony, rumiany, skwierczący jeszcze kawałek mięsa — to jedno. Warto jednak przed spożyciem pomyśleć o jakieś dla niego godnej kompozycji. Wiem, że na łatwiznę można pójść zawsze i zwyczajnie polać ten kawałek wspomnianą już musztardą, ketchupem lub majonezem. W smaku wyjdzie mało oryginalnie, a, zwłaszcza z majonezem — nie za bardzo zdrowo... Świetnym dodatkiem do grillowanych potraw są sosy, które doskonale skomponują się zarówno z grillowanym mięsem, jak i warzywami, a w zależności od składników mogą złagodzić lub zaostrzyć smak potrawy. Tyle, że gotowych sosów czy dipów, naszpikowanych substancjami konserwującymi oraz niewyobrażalnymi ilościami cukru i generalnie kalorii — absolutnie nie polecam. Tym bardziej, że kilka łatwych do dostania i niedrogich składników, odrobina energii i szczypta fantazji — a na bazie takiego swojskiego jogurtu naturalnego można stworzyć sos w smaku nie tylko godzien ambrozji, ale i do nieprzyzwoitości zdrowy...! Choćby taki dip czosnkowy. Albo sos tzatziki. Kto nie lubi lub za wszelką cenę chce zrezygnować z tłustego majonezu — niech zastąpi go sosem przygotowanym na bazie twarogowego serka wiejskiego. A jeśli ktoś z kolei uwielbia ketchup, jednocześnie ceniąc własne zdrowie — może go zastąpić pysznym dipem pomidorowym, który przygotujemy ze świeżych pomidorów i aromatycznego rozmarynu. A mówiłam, że możemy dbać o zdrowie i to niewielkim nakładem sił...!

REKLAMA

Roman Łesiów
UROLOG
- leczenie zachowawcze i operacyjne
- USG układu moczowego
- cystoskopia, zabiegi operacyjne
- uroflometria

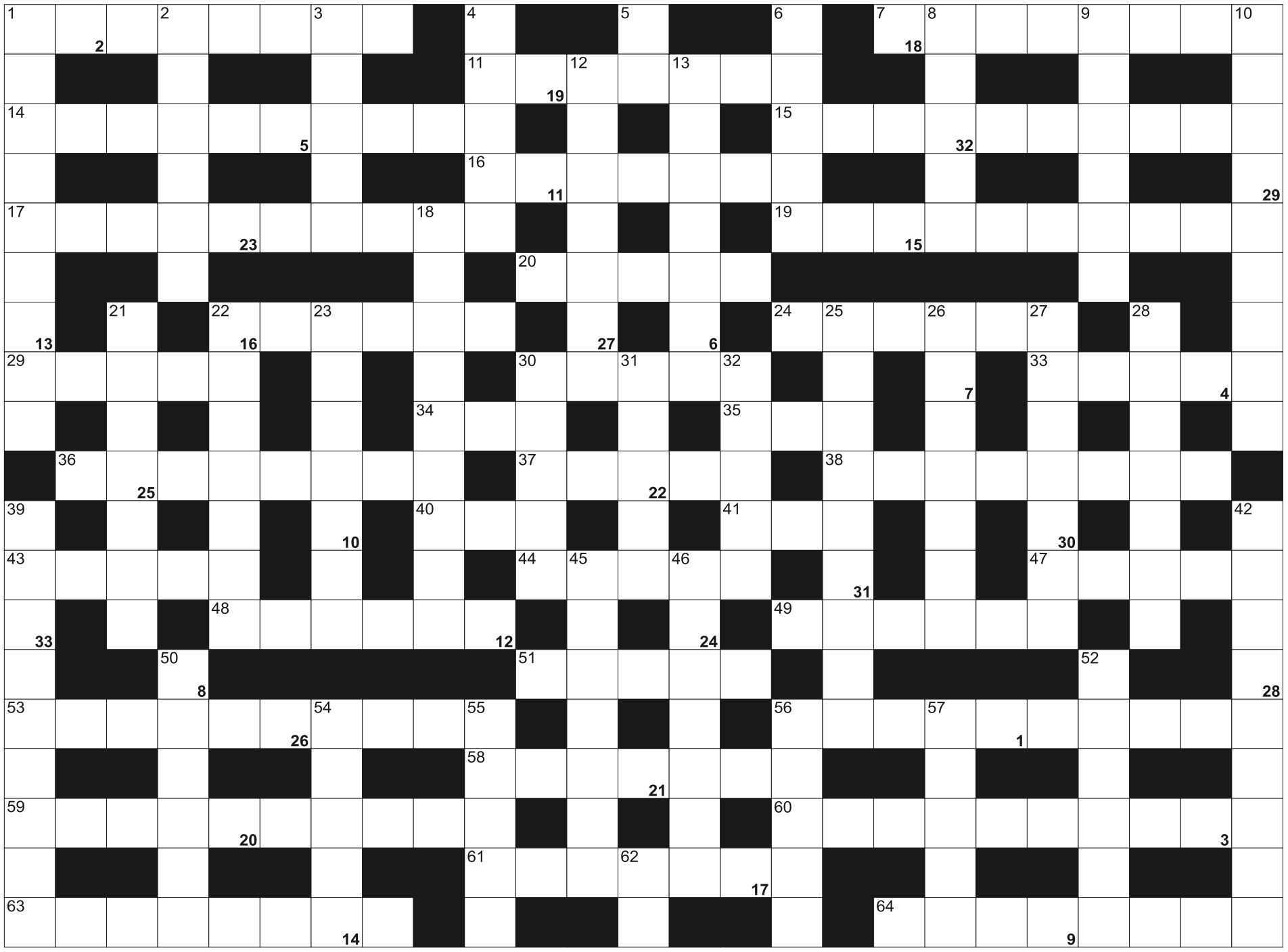
rejestracja Olsztyn, od godz. 13⁰⁰
Lancet 89 535 72 80
al. Wojska Polskiego 39
33823otbr-a -P

NEUROLOG
BEATA NOWAK
specjalista neurolog
poniedziałek 10:00-13:00
czwartek 10:00-13:00
Rejestracja tel. 89 534 23 33
w godz. 10:00-18:00
Olsztyn, ul. Pana Tadeusza 6
PANTAMED
33723otbr-a -P

Dr n. med.
JACEK NOWAK
specjalista chirurgii ogólnej i naczyniowej
PRZYJMUJE: poniedziałek-piątek 16.00-18.30
REJESTRACJA TEL. w godz. 10⁰⁰-18⁰⁰
tel. 89 534 23 33
Olsztyn
ul. Pana Tadeusza 6 (PANTAMED)
33723otbr-b-P

eprasa.pl 50a4d83b86

Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 33, utworzą rozwiązanie - przysłowie:

1	2	3	4	5	6	7		8		9	10	11	12	13	14	15		16	17		18	19	20	21
	22	23	24	25	26		27		28	29	30	31	32	33										

POZIOMO: 1) chrupiąca na kotlecie; 7) znak zodiaku; 11) niedźwiedzi kwitnie w lesie; 14) kierowanie samolotem; 15) odmienna część mowy; 16) inaczej o kupujących; 17) nadwrażliwość na zmiany pogody; 19) leukocytopenia inaczej; 20) Szachrajka z bajki Jana Brzechwy; 22) Adamek, były polski bokser; 24) Piotr, autor "Kazań sejmowych"; 29) papierowa na zakupy; 30) rzeka w Bangkoku; 33) jest nim obornik; 34) erytropoetyna krócej; 35) Bem, polska piosenkarka; 36) lekcyjny z ocenami; 37) polska marka rowerów; 38) jesiotr gwiaździsty inaczej; 40) pierwiastek Cs; 41) "... Baba i czterdziestu rozbójników"; 43) broń rycerza; 44) dotykowy w smartfonie; 47) Senderek, polska łyżwiarka figurowa; 48) stolica Armenii; 49) przeciwległy do zachodu; 51) Newton, słynny fizyk; 53) słonecznik bulwiasty; 56) srebrny medalista olimpijski; 58) gatunek żółtego sera; 59) elektryczny, uruchamia silnik; 60) zamknięcie, usunięcie firmy; 61) dramat Zygmunta Krasińskiego; 63) myśli tylko o sobie; 64) krótkie, dowcipne historyjki.

PIONOWO: 1) nie jest optymistą; 2) kraj z Jerozolimą; 3) miś z Australii; 4) mierna lub celująca dla ucznia; 5) bije króle w talii; 6) masa plastyczna na szkła okularowe; 8) mały, niski koń; 9) lekki podmuch powietrza; 10) praca chałupnicza inaczej; 12) obraz twarzy w lustrze; 13) Adam, były selekcjoner polskich piłkarzy; 18) inaczej audyt, kontrola; 21) strzyże w zakładzie; 22) głębokie na zupę; 23) zakola rzeczne; 25) autor "Nie-Boskiej komedii"; 26) stolica stanu Karolina Północna w USA; 27) system operacyjny w telefonie; 28) rozmowa lub śpiew w duecie; 30) Kaspijskie lub Bałtyckie; 31) buta lub telefonu; 32) główny składnik gazu błotnego; 39) grzebowiska dla zwierząt; 42) samochodowe z narzędziami; 45) budynki dla żołnierzy; 46) język obowiązujący w Jemenie; 50) uczestniczą we mszach; 52) Lee Harvey, zabójca prezydenta Kennedy'ego; 54) perkusista i flecista; 55) groźna ryba; 56) stolica Litwy; 57) Hubble, amerykański astronom; 62) dysproz, pierwiastek.

SUDOKU

3	6				2	4		
2				5				9
		7				3	8	
	3	5			4	2		8
	2	9			5	7		1
	4	8	9	2	1	6	3	
					8	9	7	
8		2			7			
		3				8		

887

			4	6		8		
8	6	9		2	7		5	
		7		5				
7						9		
3				9	4	5		6
		2				1		3
9								5
	2		9		5			
	4			1	6			9

888

					9	8		5
3				5		9		7
		3	9		1			
1	8			7		3	5	
9	4		2	3	5	1		
	9	5	8	1		7	6	3
		6	5		3			
	3						4	

889

eprasa.pl 50a4d83b86

NIERUCHOMOŚCI

do wynajęcia

MANHATTAN 30m2, 796-633-448

PRACA

dam pracę

MĘŻCZYZNĘ lub małżeństwo do pracy w gospodarstwie, 502-712-884

MURARZA, pracownika budowlanego, 501-481-210

POMOCNIKÓW na budowę, 501-464-840

POMOCNIKÓW ogólnobudowlanych, 502-283-003

Konstal PRODUCENT
GARAŻE blaszane
BRAMY garażowe
KOJCE dla psów
Najniższe CENY
Różne wymiary
Transport cały kraj
Montaż GRATIS
Dogodne RATY

GARAŻE WZMOCNIONE
AUTOMATYKA DO BRAM
89-650-30-43 85-733-60-26
29-642-34-61 55-621-23-38
512-853-323
www.konstal-garaze.pl
2823otbr-a-G

PRACOWNIKÓW SKUP ZŁOMU, 667-947-124

PRZYCHODNIA lekarska Olsztyn ul. Dworcowa 4A zatrudni rejestratorkę, pielęgniarkę lub ratownika medycznego. CV składać do 17.05 (89) 533-56-63

SPRZĄTACZKĘ/POMOC kuchenną praca dodatkowa Krys-Stan, 696-483-731

WYSOKIE zarobki, wysokie kompetencje, praca w gospodarstwie rolnym, przy krowach mlecznych, 695-616-300

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym przy hodowli bydła mlecznego Ciechanów tel. 608-209-613

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 601-772-124

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie, 501-172-462

AUTO-MOTO

sprzedam

DACIA stan dobry rocznik 2014, przebieg 142.000, cena 20.000 + VAT na fakturę, 602-35-98-30

SKUP aut, 502-180-869

kupię

SKUP AUT!!! NAJWYŻSZA CENA TEL. 730 750 266

USŁUGI

budowa | remont

MALOWANIE, szpachlowanie, 886-935-349

POLBRUK, 502-811-658

SZALÓWKA, podłoga, boazeria, sztacheta, taras; Tartak Żarnowo k. Augustowa, 693-491-205.

SZPACHLOWANIE, malowanie remonty, 696-356-857

inne

SPRZĄTANIE biur, mieszkań Olsztyn okolice, 793-164-163

RÓŻNE

sprzedam

DREWNO kominkowe, opałowe (jesion, dąb, grab) transport gratis, 576-935-573, 794-630-121.

SPRZEDAM pasiekę 20 uli Dadanta nowe, 514-114-291

SPRZEDAM używane maszyny i urządzenia do produkcji lodów gałkowych, 785-920-117

WÓZEK inwalidzki sprzedam, 693-644-122

ZDROWIE I URODA

NOWY gabinet energoterapeuty! Dominik Sidor przyjmuje przy ulicy Kętrzyńskiego 5 w Olsztynie. Zapisy tel. (89) 612-97-97

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

KURY Młode Nioski, Od Hodowcy, Szczepione, Dowóz, TANIO, 502-031-298

KURY Młode Nioski, Od Hodowcy, Szczepione, Dowóz, TANIO, 502-031-298

NIOSKI, drób odchowany 15.05 10 tygodni 22zł, 5.06 13 tygodni 25zł, 26.06 16 tygodni 28zł, 504-237-393

inne

SKUP bydła, 451-521-555

Z bólem zawiadamiamy, że 9 maja 2023 r.
zmarł Nasz Kochany Syn, Brat, Ojciec,
Dziadek i Przyjaciel

ś. † p.

Radosław Gorzko

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
13 maja 2023 r. (sobota) o godz. 11.15
pożegnaniem Zmarłego i modlitwą różańcową
w kaplicy przy ul. Poprzecznej,
skąd o godz. 11.45 nastąpi wyprowadzenie
na mszę świętą do parafii Chrystusa Odkupiciela
Człowieka przy ul. Wyszyńskiego.
Ceremonia pochowania odbędzie się
na cmentarzu komunalnym przy ul. Wadąskiej
(Dywity).

Pogrążona w żałobie rodzina

97823opb1-a -P

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 7 maja 2023 r. odszedł od nas w wieku 75 lat
Nasz Kochany Syn, Mąż, Tatuś, Dziadek,
Brat, Wujek i Przyjaciel

ś. † p.

Ryszard Opęchowski

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
w sobotę, 13 maja 2023 r., o godz. 12.45
pożegnaniem i modlitwą różańcową
w kaplicy przy ul. Mariańskiej, skąd o godz. 13.15
nastąpi wyprowadzenie do kościoła pw. NSPJ
przy ul. Mickiewicza na mszę św. pogrzebową.
Ceremonia pochowania odbędzie się
na cmentarzu komunalnym
przy ul. Wadąskiej w Dywitach.

Pogrążona w smutku i żałobie rodzina

100223opb1-a-G

Panu

Wojciechowi Grenda

wyrazy współczucia z powodu śmierci

Mamy

składają
Zarząd i Pracownicy
Spółdzielni Mieszkaniowej „Pojezierze" w Olsztynie

99723opb1-a-G

Koledze

Andrzejowi Szczepkowskiemu

wyrazy szczerego współczucia z powodu śmierci

Taty

przekazują wędkarze z koła PZW „Certa"

99523opb1-a -P

Pani mec.

Małgorzacie Lubienieckiej

Rodzinie i Najbliższym

serdeczne słowa otuchy i wyrazy szczerego
współczucia z powodu śmierci

Cezarego Stankiewicza

wybitnego dziennikarza
związanego z Radiem ZET, Radiem WaMa,
„Gazetą Olsztyńską" i „Gazetą Wyborczą. Olsztyn"

składają
Wójt Gminy Dywity Daniel Zadworny
wraz z pracownikami
Urzędu Gminy Dywity

99423opb1-a-G

Panu

Władysławowi Szczepkowskiemu

Przewodniczącemu Rady Nadzorczej
PKP CARGO S.A.

wyrazy współczucia z powodu śmierci

Ojca

składają Pracownicy, Zarząd i Rada Nadzorcza
PKP CARGO S.A.

Łączymy się w bólu

z Rodziną Zmarłego

100023opb1-a -P

ARKA
USŁUGI POGRZEBOWE
ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska
OLSZTYN (Zatorze), ul. M. Zientary-Malewskiej 2A
89 534 72 42, 605 635 908
OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24
(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka")
89 526 66 01, 605 665 909
www.arkaolsztyn.pl
Całodobowy przewóz zmarłych
614619opb1-i-M

Warmiński 1987 ZAKŁAD POGRZEBOWY
dawniej market
OLSZTYN 895 355 300
ul. Lengowskiego 18-20 602 327 277
BISKUPIEC 897 152 093
ul. Armii Krajowej 4 608 680 642
POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09
Pomożemy Ci godnie pożegnać
614219opb1-g-M

SACRUM
SACRUM
KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE
ANDRZEJ DĄBROWSKI
Olsztyn, ul. Limanowskiego 18/2
89 67 77 100, kom. 530 308 308
GODNIE – SOLIDNIE – Z SZACUNKIEM
Całodobowy przewóz zmarłych
320520opb1-d-M

TU ZLECISZ ZAMIESZCZENIE
NEKROLOGU LUB KONDOLENCJI
W „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ" I „DZIENNIKU ELBLĄSKIM"
NEKROLOGI (wymagany akt zgonu). Terminy przyjęć*:
• na poniedziałek – do piątku do godz. 15.00
• na wtorek, środę, czwartek, piątek
– dnia poprzedniego w godz. 7.00-15.00
* Dotyczy Biura Ogłoszeń w Olsztynie, plac Józefa Bema 5
KONDOLENCJE
(wymagany dowód osobisty osoby nadającej) ukazują się w ciągu trzech dni od chwili nadania
Biuro Ogłoszeń, OLSZTYN, plac Józefa Bema 5
czynne w godz. 7.00-15.00, soboty – nieczynne
tel. 89-539-74-80, b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl
www.pozegnania.net
Biuro Ogłoszeń, ELBLĄG, ul. Rybacka 35
tel. 55-236-18-02
pon.-pt. godz. 8.00-16.00
380-28919opb1-C-M

eprasa.pl 50a4d83b86

Sternik.
Ku przyszłości.

Sternik - edycja trzecia

Konkurs dla liderów województwa warmińsko-mazurskiego

O konkursie

Sternik to projekt, który powstał by inspirować, by tworzyć przestrzeń do wymiany myśli, kreowania i propagowania skutecznych rozwiązań - na miarę tych burzliwych czasów. Konkurs skierowany jest do firm, samorządów, szpitali, administracji, a także organizacji pozarządowych. W tej edycji chcemy nagradzać postawy/liderów, którzy potrafią odważnie patrzeć w przyszłość, wykorzystywać szanse, szukać nowych przestrzeni, a przede wszystkim pokazują, że bez względu na wymiar ekonomiczny - potrafimy być solidarni.

Wartością konkursu jest upowszechnianie i promowanie najlepszych praktyk biznesowych i społecznych.

Kategorie

- Sternik Zielonej Transformacji
- Sternik Eksportu
- Sternik Inwestycji
- Sternik Odpowiedzialności Społecznej
- Sternik Przyjazna Administracja
- Sternik Ochrony Zdrowia
- Nagroda specjalna BGK: Sternik 3W - woda, wodór, węgiel

Do konkursu można przystąpić w kilku kategoriach.

Korzyści dla uczestników:

- budowanie i umacnianie pozycji lidera w regionie
- promocja własnej marki dzięki możliwości posługiwania się znakiem konkursu Sternik 2023
- możliwość łączenia partnerów biznesowych w regionie
- uczestnictwo w budowaniu społeczności, która dzieli się najlepszymi rozwiązaniami
- budowanie zaangażowania społecznego swojej organizacji
- możliwość zaimplementowania sprawdzonych rozwiązań we własnej firmie/organizacji

Dla zwycięzców atrakcyjne nagrody!

Chcesz wiedzieć więcej?

Zgłoszenie można przesłać przez formularz na stronie: **https://www.bgk.pl/sternik/sternik-edycja-trzecia/.**
Udział w konkursie jest bezpłatny. Na zgłoszenia czekamy **od 3 kwietnia do 3 czerwca 2023 r**.

Terminy składania formularzy zgłoszeniowych, kryteria oceny, skład kapituły oraz regulamin konkursu są dostępne na stronie **https://www.bgk.pl/sternik/sternik-edycja-trzecia/**
Organizator zastrzega, iż ze względu na panującą sytuację epidemiczną lub inne zdarzenia nadzwyczajne o podobnym charakterze możliwe są zmiany dotyczące organizacji i czasu przeprowadzenia konkursu.

35323otbr-d -P

eprasa.pl 50a4d83b86

SPRINTEM

SIATKÓWKA\\\ W trzecim meczu finałowym PlusLigi Jastrzębski Węgiel zdemolował ZAKSĄ i po raz trzeci w historii został mistrzem Polski.

• Jastrzębski Węgiel – ZAKSA Kędzierzyn-Koźle 3:0 (25:15, 25:16, 25:13)
MVP: Jurij Gladyr; stan rywalizacji play-off do trzech zwycięstw: 3-0 dla Jastrzębskiego Węgla

Przebieg rywalizacji o złoty medal zaskoczył raczej zdecydowaną większość siatkarskich kibiców. Co prawda ZAKSA daleka była od optymalnej formy, ale raczej nikt się nie spodziewał, że w trzech finałowych meczach gra raptem jednego seta! A w trzecim spotkaniu w żadnej partii nawet nie zbliży się do zdobycia 20 punktów.
- W decydujących meczach poczuli się mocni. Mistrzów Polski można tylko chwalić - powiedział Ryszard Bosek, mistrz świata z 1974 roku i mistrz olimpijski z 1976. - Trzeba przyznać, że trafili znakomicie z formą. Grali w finałowych meczach wręcz rewelacyjnie. Pokazali wielką siłę. W składzie mają graczy z najwyższej światowej półki, w tym trzech mistrzów olimpijskich, dwóch naszych kadrowiczów oraz Jurija Gladyra, który obecnie jest jednym z najlepszych środkowych świata. Na pewno nie jest zaskoczeniem, że zdobyli mistrzostwo Polski.
Jastrzębski Węgiel i ZAKSA w tym sezonie mierzyły się siedmiokrotnie. W starciu o Superpuchar Polski lepsi okazali się jastrzębianie, Puchar Polski zdobyli kędzierzynianie, którzy wygrali także dwa mecze fazy zasadniczej PlusLigi. Trzy starcia rywalizacji o złoto PlusLigi zdominowali jednak podopieczni trenera Marcelo Mendeza.
Przed dwoma najlepszymi polskimi zespołami jeszcze jedno spotkanie na zakończenie sezonu - finał Ligi Mistrzów, który odbędzie się 20 maja w Turynie. - Jastrzębski Węgiel nie musi obawiać się o utratę formy. Do starcia w Lidze Mistrzów zostało niewiele czasu. Na pewno odpoczynek i pewien reset będzie potrzebny drugiemu finaliście, bo ZAKSA może czuć się zmęczona. W sezonie parę razy odrabiała straty, w trudnych chwilach zawodnicy zakasywali rękawy i walczyli, doprowadzając do zwycięskiego dla siebie końca. W środowy wieczór w Jastrzębiu odnosiło się wrażenie, że obrońcy tytułu zabrakło rękawów - dodał mistrz świata i mistrz olimpijski.

Fot. organizatorzy

Podczas weekendu Olecko będzie motocrossową stolicą Europy Północnej

SPORTY MOTOROWE\\\ W sobotę i niedzielę w Olecku odbędą się motocrossowe mistrzostwa Europy w klasach EMX 65, EMX 85 i EMX Women. Pierwszego dnia zawodnicy przystąpią do treningu i wyścigów kwalifikacyjnych, natomiast drugiego dnia odbędą się wyścigi finałowe. W dwóch pierwszych klasach będą startować najlepsi zawodnicy z Polski, Litwy, Łotwy, Estonii, Finlandii, Szwecji, Norwegii, Islandii i Ukrainy. Będzie to dla nich druga runda Mistrzostw Europy Północnej. Natomiast dla kobiet będzie to już trzecia runda EMX Women. W Olecku zjawią się zawodniczki z kilkunastu krajów Starego Kontynentu, w tym znakomita 15-letnią Holenderka Lotte Van Drunen, która aktualnie jest trzecią zawodniczką mistrzostw świata.
Organizatorzy zachęcają kibiców do skorzystania z rowerów, a nie samochodów. Jeśli w sobotę przyjedziesz na dwóch kółkach, automatycznie weźmiesz udział w losowaniu cennych nagród ufundowanych przez Max Elektro Olecko, Majster PPUH Marek Pietraszewski i Bricomarche Olecko.

• Polski skład na zawody, EMX 65: Tymon Tomtała, Maksymilian Komosa, Gabriel Głusiecki, Jan Hinc, Jakub Celej; **EMX 85:** Jakub Pućkowski, Michał Psiuk; **EMX:** Wiktoria Kupczyk, Hanna Szczucińska, Karolina Jasińska, Oliwia Wiśniewska.
• Program, sobota g. 9.30 - treningi; g. 11.15 - ceremonia otwarcia mistrzostw; g. 11.40 - treningi kwalifikacyjne oraz próby startów; g. 14.25 - wyścigi kwalifikacyjne; **niedziela** g. 9.30 - rozgrzewka; g. 11.50 - początek wyścigów finałowych; g. 16.30 - uroczystość zakończenia mistrzostw.

SPORTY WALKI\\\ Kilka dni temu poinformowaliśmy, że 12-letni Jonasz Opalach (RIO Jits&Gym Olsztyn) zdobył srebrny medal mistrzostw Polski dzieci i młodzieży w brazylijskim jiu jitsu. Nie był to jednak jedyny sukces młodych wojowników ze stolicy Warmii i Mazur, bowiem w Mińsku Mazowieckim na podium w sumie stanęli aż 16 razy. Medale złote zdobyli Sofia Isoni, Filip Agaszewski, Maja Węgrodzka i Wiktora Ruść.
• Pozostali medaliści, srebro: Filip Omiotek, Angelika Cendrowska, Oliwia Milewicz, Kuba Misior, Tymon Szok, Jan Toczyski, Natan Pokojski, Antoni Kołodziejski, Jonasz Opalach; **brąz:** Natan Chodubski, Szymon Harhaj, Robert Ruść.

Fot. archiwum domowe

Filip Agaszewski na najwyższym stopniu podium

SPORTY MOTOROWE\\\ Austriacki tor w Greinbach będzie areną trzeciej rundy mistrzostw Europy strefy centralnej w rallycrossie. Na liście startowej niedzielnych zawodów widnieje dziewięć samochodów w najsilniejszej klasie supercars. Wśród nich obrońca tytułu Zbigniew Staniszewski w Fordzie Fiesta RX. Nie zbraknie również lidera tegorocznego cyklu Alesa Fucika w Volkswagenie Polo. Stawkę uzupełniają Czech Lukas Cerveny w Skodzie Fabia oraz sześciu kierowców z Austrii, na czele z najbardziej doświadczonym Aloisem Hollerem w Fordzie Fiesta RX. W sobotę odbędzie się runda punktowana tylko do mistrzostw Austrii, natomiast w niedzielę kierowcy powalczą o punkty do klasyfikacji CEZ-u. Po dwóch rundach przewaga Fucika nad Staniszewskim wynosi tylko dwa punkty. Według prognozy pogody najbliższy bój kierowcy stoczą w deszczowych warunkach.
Zbigniew Staniszewski: - Mój główny rywal kupił przed sezonem nowy i piekielnie mocny silnik. W efekcie w tym sezonie wygrywa ze mną wszystkie starty. Taki stan rzeczy spowodował, że szukam rezerw w swoim supercarze. Przed zawodami pojawimy się w Katowicach na hamowni i sprawdzimy rezerwy w mocy silnika. Niestety, większa moc może zwiększyć jego awaryjność, ale jestem dobrej myśli. Muszę zrobić wszystko, aby nie zostawać z tyłu. Popracujemy również nad mapami silnika, nad podtrzymaniem turbo. W międzyczasie jeżdżę dużo na rowerze i na torze kartingowym, trenuję też R-5tką, czyli swoim rajdowym samochodem treningowym. Wszystko po to, aby być w optymalnej formie. Nie mam zamiaru oddać Fucikowi tytułu mistrza Europy strefy centralnej, tym bardziej że bardzo lubię tor w Greinbach, chociaż w stu procentach jest asfaltowy, a ja jestem przecież specjalistą od szutrów.

Fot. archiwum teamu

Zbigniew Staniszewski broni tytuły rallycrossowego mistrza Europy strefy centralnej

PIŁKA RĘCZNA\\\ W niedzielę o godz. 16 w Biskupcu Warmia Energa rozegra ostatnie spotkanie przed własną publicznością w sezonie 2022/23. Będzie to też pożegnanie zespołu z Ligą Centralną. Olsztynianie nie mogą zaliczyć mijających rozgrywek za udane. Zmieniony i mocno odmłodzony skład nie sprostał wymaganiom zaplecza Superligi. Zespół zaliczył fatalną serię kilkunastu porażek z rzędu, Warmia zaczęła wygrywać dopiero wtedy, gdy trenerem został Karol Adamowicz. Było to już jednak za późno, by myśleć o utrzymaniu w Lidze Centralnej, chociaż ostatnio olsztynianie zwyciężyli mocne Stale z Mielca i Gorzowa. W tym drugim meczu z dobrej strony pokazali się młodzi: Michał Safiejko, Dominik Stępień i Damian Pawelec. Skuteczni byli także: Piotr Skiba i Marcin Laskowski.
Ostatni mecz w hali w Biskupcu przyjdzie szczypiornistom Warmii Energi rozegrać przeciwko kolejnemu rywalowi z czołówki tabeli. Do Zespołu Szkół w Biskupcu przy Chrobrego 13 przyjeżdża trzecia siła ligi, czyli AZS AWF Biała Podlaska. W pierwszej rundzie, po wyrównanej pierwszej części, olsztynianie ulegli 26:34 (16:17). Ofensywnymi liderami gości są: Norbert Maksymczuk (116 bramek w 24 meczach) i Patryk Niedzielenko (109/19). W ekipie gospodarzy bryluje natomiast doświadczony Marcin Malewski z 99 bramkami w 24 spotkaniach.
Organizatorzy przygotowali tradycyjnie atrakcję dla najmłodszych – Kids Camp powered by Energa, którego patronem jest Energa, sponsor tytularny klubu. **DRYH**

Fot. Mateusz Klimek

Warmia Energa Olsztyn kończy dwuletnią przygodę z Ligą Centralną

REKLAMA

GRUPA PRO VENTO ENERGIA rozpoczyna realizację inwestycji polegających na zaprojektowaniu i budowie elektrowni słonecznej w Państwa rejonie.

P>E PRO VENTO ENERGIA

Poszukujemy do dzierżawy gruntów rolnych klas IVa, IVb, V oraz VI o powierzchni minimum 1 ha.

Nasza działalność opiera się na bogatym doświadczeniu zdobywanym dzięki współpracy z podmiotami publicznymi, jak również z partnerami prywatnymi (więcej informacji na stronie www.proventoenergia.pl).

Zainteresowanych prosimy o kontakt pod numerem telefonu 512 515 515 lub mailowo: d.kruszynski@proventoenergia.pl.

38723otbr-a -P

eprasa.pl 50a4d83b86

STOMIL JEST NA OSTATNIEJ PROSTEJ

PIŁKA NOŻNA\\\ Stomil jest już tylko cztery kroki, czyli mecze, od awansu do I ligi. Podopieczni Szymona Grabowskiego nie muszą oglądać się na innych, bo wszystko jest w ich... nogach. W sobotę olsztynianie podejmą Wisłę Puławy (g. 19:45).

Trwa niesamowita passa olsztyńskiego Stomilu, bo w ostatnich 16 kolejkach nie zaznał ani jednej porażki i zdobył 36 punktów, co jest zdecydowanie najlepszym wynikiem wśród wszystkich klubów II ligi. W tym czasie trzy porażki zaliczyła nawet zmierzająca do I ligi Polonia, natomiast dwa razy zszedł z boiska pokonany walczący o baraże rozpędzony Motor. Oto tabela uwzględniająca jedynie 16 kolejek (od 15. do 30.):

PO 16 KOLEJKACH

1. Stomil	**36**	**(10-6-0)**
2. Motor	35	(11-2-3)
3. Polonia	33	(10-3-3)
4. Znicz	29	(9-2-5)
5. Pogoń	28	(8-4-4)
6. Hutnik	26	(7-5-4)
7. Lech II	25	(7-4-5)
8. Kalisz	24	(7-3-6)
9. Wisła	23	(6-5-6)
10. Olimpia	22	(6-4-6)
11. Kotwica	19	(5-4-7)
12. Radunia	18	(5-3-8)
Górnik	18	(5-3-8)
14. Siarka	15	(4-3-9)
15. Garbarnia	14	(4-2-10)
Jastrzębie	14	(4-2-10)
Śląsk	14	(4-2-10)
18. Zagłębie II	9	(2-3-11)

W sobotę „Duma Warmii" zagra na własnym obiekcie z Wisłą. Co ciekawe piłkarze Stomilu ostatni raz w lidze przegrali na wyjeździe właśnie z drużyną z Puław (1:2). Było to w październiku, ale od tego czasu olsztynianie mają fenomenalną passę, bo w 16 meczach odnieśli 10 zwycięstw i sześć remisów! Dzięki temu Stomil jest na drugim miejscu w tabeli, które gwarantuje bezpośredni awans. Przypomnijmy, że zespoły z miejsc 3-6. zagrają w barażach, z tym że awansuje tylko jedna ekipa.

W OLSZTYNIE LICZĄ JEDNAK, ŻE STOMIL PONIŻEJ DRUGIEJ POZYCJI NIE SPADNIE, BO GRA W BARAŻACH TO ZAWSZE SPORE RYZYKO. INNA SPRAWA, ŻE BIORĄC POD UWAGĘ PRZEDSEZONOWE OPINIE, TO NAWET GRA W BARAŻACH BYŁABY DLA STOMILOWCÓW SPORYM SUKCESEM. PRZECIEŻ PO SPADKU Z I LIGI ZESPÓŁ ZOSTAŁ KOMPLETNIE PRZEBUDOWANY, POJAWIŁ SIĘ NOWY TRENER (SZYMON GRABOWSKI ZASTĄPIŁ PIOTRA JACKA), A BUDŻET TEŻ DO IMPONUJĄCYCH NIE NALEŻAŁ.

Fot. Emil Marecki

Olsztynianie nie mogą pozwolić sobie na stratę punktów, bo tuż za nimi czają się Kotwica i Znicz

W sobotę Stomil zagra jedno z dwóch ostatnich spotkań na własnym terenie. Rywalem będzie zespół, który aktualnie zajmuje szóstą pozycję w tabeli. W następnym meczu Stomil zagra na wyjeździe z Hutnikiem Kraków, potem u siebie z Siarką Tarnobrzeg, a na koniec sezonu olsztynianie udadzą się na wyjazd do Raduni Stężyca.

- Fajna perspektywa przed nami, bo do końca będziemy w walce o awans - mówi trener Szymon Grabowski. - Dla nas od samego początku każdy mecz był jak finał, czyli na początku było 34 finały, a teraz zostały tylko cztery. I tak do końca będziemy do tego podchodzili. Bardzo skrupulatnie przygotowujemy się do najbliższego przeciwnika, więc postawa Wisły nie będzie miała da nas żadnych niespodzianek. Skupiamy się na sobie, żeby jak najlepiej fizycznie wyglądać i taktycznie dobrze się przygotować. Potem to wszystko przełożyć trzeba na boisko, by dopisać kolejne trzy punkty. Przed rundą wiosenną uważałem, że Wisła to jeden z faworytów do zajęcia dwóch pierwszych miejsc. Były ku temu temu wszelkie przesłanki. Dobrze grający i wzmocniony zespół, jednak gdzieś tam trochę punktów pogubili wiosną. Teraz więc puławianie walczą o miejsce barażowe, chociaż w ostatnim meczu nie zapunktowali (1:2 z Pogonią Siedlce - red.).

Transmisję z meczu Stomil - Wisła przeprowadzi TVP Sport (19.40).

• **Inne mecze 31. kolejki, piątek:** Górnik Polkowice - Kotwica Kołobrzeg (17), Znicz Pruszków - GKS Jastrzębie (18); **sobota:** Garbarnia Kraków - Polonia Warszawa (16), Pogoń Siedlce - Hutnik Kraków (17), KKS 1925 Kalisz - Siarka Tarnobrzeg (17), Motor Lublin - Radunia Stężyca (17), Olimpia Elbląg - Zagłębie II Lubin (18); **niedziela:** Śląsk II Wrocław - Lech II Poznań (12). **EM, DRYH**

PO 30 KOLEJKACH

1. Polonia	58	51:32
2. Stomil	**54**	**49:27**
3. Kotwica	54	42:28
4. Znicz	52	44:33
5. Kalisz	49	54:38
6. Wisła	47	46:36
7. Motor	47	46:35
8. Olimpia	**44**	**37:30**
9. Pogoń	43	38:39
10. Hutnik	37	40:46
11. Jastrzębie	37	34:42
12. Lech II	37	39:53
13. Radunia	34	45:54
14. Górnik	33	42:47
15. Zagłębie II	31	38:62
16. Śląsk II	30	37:50
17. Garbarnia	29	45:55
18. Siarka	28	32:52

O PIŁCE

• Trener Marek Papuszun, który poprowadził Raków Częstochowa do tytułu mistrza Polski, znalazł się w strefie zainteresowań Dynamo Kijów - informację na swoje stronie internetowej zamieścił piłkarski mistrz Ukrainy. Klub jednocześnie zaznaczył, że nie są prowadzone jeszcze oficjalne rozmowy. Wszelkie decyzje o tym, kto będzie trenerem Dynama w przyszłym sezonie, zapadną dopiero po zakończeniu obecnych rozgrywek. 48-letni Papszun w kwietniu ogłosił, że nie zamierza przedłużać kontraktu z Rakowem, który obowiązuje do końca tego sezonu.

• W Ekstraklasie, po wywalczeniu tytułu przez Raków, pozostały dwie zagadki - kto uzupełni podium oraz kto, oprócz Miedzi Legnica i Lechii Gdańsk, spadnie do I ligi. Nowy mistrz kraju w szlagierze 32. kolejki podejmie Lecha Poznań.

>>> **Program 32. kolejki, piątek:** Piast Gliwice - Korona Kielce (godz. 18), Legia Warszawa - Jagiellonia Białystok (20.30); **sobota:** Śląsk Wrocław - Wisła Płock (15), Cracovia Kraków - Zagłębie Lubin (17.30), Widzew Łódź - Górnik Zabrze (20); **niedziela:** Stal Mielec - Lechia Gdańsk (12.30), Pogoń Szczecin - Miedź Legnica (15), Raków Częstochowa - Lech Poznań (17.30); **poniedziałek:** Warta Poznań - Radomiak Radom (19).

• ŁKS Łódź, lider I ligi, już w niedzielę może zapewnić sobie awans do Ekstraklasy. Łodzianie zmierzą się w Niepołomicach z ostatnią w tabeli Sandecją Nowy Sącz. Wicelider Ruch Chorzów zagra w Gdyni z siódmą w tabeli Arką. Bezpośrednią promocję uzyskają dwie najlepsze drużyny, a o trzecią przepustkę powalczą - w dwustopniowych barażach - ekipy z miejsc 3-6.

Cztery kolejki przed zakończeniem sezonu ŁKS ma 59 punktów, Ruch - 53, Bruk-Bet Termalica Nieciecza - 52, a Puszcza Niepołomice i Wisła Kraków po 51.

• Kobiecy klub piłkarski FC Barcelona zremisował 1:1 z Sevillą. W ten sposób zakończyła się rekordowa seria 62 kolejnych zwycięstw katalońskiego klubu w Lidze F. Katalonki, pewne tytułu mistrzowskiego czwarty rok z rzędu, zdołały jednak zachować status zespołu niepokonanego przez niemal dwa lata. Po raz ostatnie piłkarki Barcelony doznały porażki w czerwcu 2021 roku, przegrywając z Atletico Madryt. W Lidze F prowadzą niezagrożone, mając po 28 kolejkach 11 punktów przewagi nad Realem Madryt. Stosunek bramek jest iście imponujący, bo 114:8.

3 czerwca barceloński klub może sięgnąć po kolejne trofeum, bo w finale Ligi Mistrzyń zmierzy się z niemieckim VfL Wolfsburg, w którym występuje Ewy Pajor.

• W półfinale Ligi Mistrzów AC Milan przegrał 0:2 z Interem Mediolan. Dzień wcześniej broniący trofeum Real Madryt zremisował 1:1 z Mancheste-rem City. Rewanże odbędą się 16 i 17 maja.

• W niedzielę GKS Wikielec może przypieczętować awans do III ligi. Oprócz wygranej w Elblągu z rezerwami miejscowej Olimpii lider IV ligi potrzebuje jeszcze korzystnego wyniku w Lubawie, czyli Motor nie może przegrać z Polonią Lidzbark Warmiński. Nawet remis z Olimpią też może dać awans zespołowi z Wikielca, ale wtedy koniecznie Motor musi wygrać z Polonią.

Drużyny z dolnych rejonów tabeli mocno trzymają kciuki za Sokoła Ostróda i Concordię Elbląg. Jeśli oba te zespoły pozostaną w III lidze, wtedy mniej klubów spadnie do okręgówki. Na ten moment z IV ligi lecą Pisa Barczewo i Olimpia Olsztynek, a dwa kolejne będą grały w barażach (Motor Lubawa, Huragan Morąg). Trzeba pamiętać, że w najbliższym sezonie w IV lidze będą grały rezerwy Stomilu Olsztyn, więc dla nich Warmińsko-Mazurski Związek Piłki Nożnej musi mieć miejsce.

>>> **Program 25. kolejki, sobota:** Mrągowia Mrągowo - Polonia Iłowo (12), Huragan Morąg - DKS Dobre Miasto (17), Jeziorak Iława -Granica Kętrzyn (16), Motor Lubawa - Polonia Lidzbark Warmiński (16), Pisa Barczewo -Tęcza Biskupiec (16), Olimpia Olsztynek - Znicz Biała Piska (17), Mamry Giżycko - Rominta Gołdap (14); **niedziela:** Olimpia II Elbląg - GKS Wikielec (17). **DRYH, EM**

eprasa.pl 50a4d83b86

2023 ROK MIKOŁAJA KOPERNIKA

VII KONGRES PRZYSZŁOŚCI

16V 2023

Centrum Konferencyjno-Szkoleniowe
UWM w Olsztynie

KONGRES PRZYSZŁOŚCI TO:

- interesujące prelekcje i dyskusje
- inspirujący goście
- stoiska wystawiennicze
- strefa networkingowa
- istotne tematy:
  - BIZNES I GOSPODARKA
  - BEZPIECZEŃSTWO NARODOWE
  - ENERGETYKA JUTRA
  - ROLNICTWO PRZYSZŁOŚCI
  - MEDYCYNA PRZYSZŁOŚCI
  - SAMORZĄD PRZYSZŁOŚCI
  - WYZWANIA EKOLOGICZNE
  - TRENDY SPOŁECZNE

ZAPLANUJMY PRZYSZŁOŚĆ REGIONU – BĄDŹ Z NAMI NA KONGRESIE PRZYSZŁOŚCI

WSTĘP WOLNY – ZAPRASZAMY!

VII KONGRES PRZYSZŁOŚCI | GAZETA OLSZTYŃSKA | DZIENNIK ELBLĄSKI

6230tbp-G-K

eprasa.pl 50a4d83b86