DUŻA KASA na remont szkoły

– STR. 3

TURNIEJ BOKSERSKI im. Feliksa Stamma w Pułtusku!

– STR. 3

TYGODNIK LOKALNY
PUŁTUSK
GZY
OBRYTE
POKRZYWNICA
ŚWIERCZE
WINNICA
ZATORY
3,50 zł
W TYM 5% VAT
9 771429 683235 20
NR 20
INDEKS 342424
ISSN 1429-6837
16 MAJA 2023

www.pultuszczak.pl

TYGODNIK Pułtuski

CO TYDZIEŃ OD 4 GRUDNIA 1997 ROKU

tv 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

Ruszają kontrole szamb!

Taki ustawowy obowiązek mają wszystkie gminy

CZYTAJ NA STRONIE 5

REKLAMA

Most przy II Wygonie do remontu

będzie zamknięty na dłużej

– STR. 2

Koniec wjeżdżania na fontannę!

– STR. 3

Imponujące metamorfozy z NATURHOUSE

– STR. 24

Wielki trud wielu ludzi

Nowa siedziba pułtuskiej Policji otwarta

– STR. 22

eprasa.pl 54a6283d1c

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

Podchmiel sobie!

Pułtuszczanka Aneta Szymańska uwielbia podróże, których nieodłączną częścią zawsze jest poznawanie nowych smaków, regionalnych potraw i przypraw. O jedzeniu, również naszym polskim, potrafi pisać bardzo ciekawie i tak barwnie, że człowiek zaraz robi się głodny. Musicie przeczytać i koniecznie wypróbować!

Kiedy życie mnie zaprowadziło na dłużej do bawarskiego Monachium, odkryłam jak tradycja i przywiązanie do historii jest ważne dla tożsamości regionu i ludzi tam mieszkających. Zaskoczyło mnie to, że ludzie z tak wielkim przywiązaniem kultywują coś, co wydaje się już niemodne w nowoczesnym świecie. Na co dzień i od święta Bawarczycy chodzą ubrani w stroje ludowe. Mężczyźni zakładają skórzane spodenki czyli lederhose, a kobiety seksowne dirndle, tak dobrze znane ze zdjęć z Oktoberfest. Nie wiesz, co założyć na przyjęcie, wesele? Wskakuj w ludową kieckę, będziesz gwiazdą! Kufel piwa w rękę i baw się dobrze!

Powiedzieć, że w Bawarii wszystko kręci się wokół tego napoju, to nic nie powiedzieć. To jest po prostu religia. Lokalne browary są w każdej wsi, ba, nawet lotnisko w Monachium produkuje swój własny powietrzny browar. Jest ogromna ilość gatunków wybornego piwa, ale króluje jedno - weissbier czyli pszeniczne. Delikatne, lekko drożdżowe, koniecznie dobrze schłodzone. Pije się je od rana. W Bawarii tradycyjne śniadanie to gotowana delikatna cielęca kiełbaska ze słodką miodową musztardą, precel i do tego oczywiście kufel piwa! Czyli weisswurstfruhstuck! Absolutnie genialne danie! Wprowadza od rana w doskonały nastrój! Takie śniadanie zalecam zjeść w jednym z niezliczonej ilości biergarten, gdzie Bawarczycy spędzają całe dnie. To ogromne zacienione place, koniecznie muszą na tym terenie być posadzone kasztanowce, ogromne długie stoły, każdy może się dosiąść do każdego, nie można odmówić i powiedzieć proszę tu nie siadać, jest to nie do przyjęcia. Na środku biergarten zwykle jest podest dla orkiestry, która gra nie tylko okropną niemiecką muzykę, ale też jazzowe standardy, co mnie zwykle ratowało przed włożeniem kawałków precli do uszu. Spotykają się tu całe rodziny, od babć, które dziarsko trzymają w dłoni litrowe kufle i cieszą się wesołym życiem emerytek, po kręcące się wszędzie małe dzieci, na szczęście pijące tylko Almdudler, czyli oranżadę z alpejskimi ziołami. Co jest w tym miejscu fantastyczne? Można przynosić swoje jedzenie i tak właśnie ludzie robią. Rozkładają na stołach obrusy w biało-niebieską kratkę i z koszyków wyciągają domowe specjały. Można też samodzielnie grillować w wyznaczonych do tego miejscach. Jedyne, czego nie wolno przynosić, to swój alkohol. Ten trzeba kupić, ale kto by ciągnął ze sobą ciepłe piwo, kiedy w biergarten leje się orzeźwiający złoty napój prosto z dębowych wielkich beczek.

Co najlepiej smakuje w Bawarii? Moja ukochana obatzda czyli zmiksowany camembert z masłem, wędzoną papryką i kminkiem, pokrojona w cienkie paski kalarepa, czyli kohlrabi i absolutnie genialne steckerlfisch - pieczony w grubej soli na wolnym ogniu pstrąg z pobliskiej górskiej rzeki Izasry.

Trudno oczywiście nie wspomnieć o golonce schwienshaxe! W Bawarii gotowanie golonki jest uznawane za zbrodnię przeciwko tradycji. Tak robią to znienawidzonym Berlinie i jest absolutnie nie do przyjęcia, tu musi długo obracać się nad ogniem i mieć boską chrupiącą skórkę. W całym Monachium można poczuć ten zapach i podziwiać je w witrynach piwiarni. Powiedzmy sobie szczerze, bawarskie jedzenie nie jest skomplikowane. To nie Paryż, ale za to jakość i smak wyborna, a poza tym idealnie pasuje do piwa! I o to chodzi!

Pułtusk to nie Monachium, ale swoje tradycje piwowarskie ma!

Jan Długosz napisał w Kronikach: „Poltowsk najpiękniejszym zamkiem wyróżnia się jako miasto bogate w ryby, zboże, zwierzynę leśną, a przede wszystkim wyborne piwo produkujące". Ba, istniał nawet cech piwowarów i wiemy, że jeszcze w XIX wieku istniały w Pułtusku aż dwa browary. Jeden przy obecnej ul. Daszyńskiego, za budynkiem prokuratury. Drugi na naszym Zamku. Hotel Dom Polonii w Pułtusku odtwarza tradycję piwowarską i można tam zakupić nasze Pułtuskie Piwo, produkowane jest przez browar Jastrzębie, według dawnych receptur. Polecam!

Z wielkim zaciekawieniem odkryłam, że nasz Pułtusk jest bardzo poszukiwany na stronach birofilskich, a konkretnie kapsle z rozlewni Oligocen, która znajdowała się na ul. Rybitew 1 i przelewała do butelek sierpeckie piwo. Teraz można nieźle zarobić na emblematach z logo tej firmy.

Na koniec rysu historycznego należy wspomnieć o mocnym połączeniu Pułtuska z Bawarią. 16 maja 1807 roku rozegrała się potyczka między wojskami rosyjskimi, a służącymi dla Napoleona oddziałami bawarskimi. Doszło do niej na lewym brzegu Narwi, na terenie Popław. W starciach tych ogółem zostało rannych blisko 200 żołnierzy bawarskich, dwóch oficerów pochowano w pułtuskim Kościele Świętych Apostołów Piotra i Pawła i nadal tam znajdują się ich groby, o czym informują tablice w świątyni.

Wystarczy historii, czas na jedzenie! Spacerując po Pułtusku z łatwością znajdziemy właśnie zaczynający się piąć wysoko chmiel. Wszyscy wiemy, że z szyszek tej rośliny produkuje się piwo, ale można go też jeść. A konkretnie jego młode pędy. Piwo do jedzenia i to luksusowe! To prawdziwy rarytas, w Belgii czy Francji kilogram może kosztować nawet 1000 euro! Jak przyrządzić to zielone złoto? Ścinamy około 15 cm najmłodszych pędów, blanszujemy, czyli zalewamy gorącą wodą na parę minut i już! Wybornie smakuje polane roztopionym masłem lub z delikatnie ściętym jajkiem. Naprawdę polecam! Przypomina szparagi, ale ma dodatkowo bardzo fajne działanie, relaksuje i bardzo pomaga w walce ze stresem. Taki antydepresant na talerzu. Można popić zimnym ulubionym piwem, będzie jeszcze lepiej, oby z umiarem.

Zum Vohl! Czyli po bawarsku na zdrowie!

PS. Bardzo dziękuję mojej bawarskiej przyjaciółce Iwonie Reitberger za inspirację. Iwo obyśmy wkrótce się spotkały na Marienplatz w naszym kochanym Munchen i poświętowały w Augustinerze, Paulaner też może być.

A TO CIEKAWE...

Na taką promocję, to portmonetka sama się otwiera. A zdjęcie przysłała nam pani Jola, dokonująca zakupów w jednym z supermarketów – dziękujemy. **Gmd**

Uszkodzony most do remontu

Jak informuje Urząd Miejski, we wtorek 9 maja została dokonana ocena uszkodzeń mostu w ciągu ul. Wygon II. Na podstawie oceny stanu technicznego zalecono wprowadzenie następujących rozwiązań: naprawę uszkodzonych elementów, ograniczenie ruchu pojazdów do 2,5 tony masy całkowitej, wydzielenie za pomocą dodatkowych barier pasa ruchu dla pojazdów o szerokości 2,5 m, wprowadzenie oznakowania określającego pierwszeństwo przejazdu pojazdów na zwężonym odcinku drogi. Wybrany już został wykonawca robót, który przystąpił do zabezpieczenia materiałów niezbędnych do wykonania naprawy. Wykonawcą robót będzie firma PYLON, która wcześniej wykonała u nas remont Mostu Świętojańskiego. Planowany termin zakończenia prac to koniec czerwca 2023 roku.

red.

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

21.03.2023 roku,
w wieku 64 lat zmarła
ukochana Córka, Mama,
Babcia i Siostra
Ś.P. ANNA KSIĘŻYK

22.03.2023 roku,
w wieku 70 lat zmarł
Ś.P. ANDRZEJ SZELKOWSKI

23.02.2023 roku,
w wieku 72 lat zmarła
ukochana Żona, Mama
i Siostra
Ś.P. MARIANNA SŁONIEWSKA

31.03.2023 roku,
w wieku 88 lat zmarła
ukochana Mama i Siostra
Ś.P. CZESŁAWA CHMIELEWSKA

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

22.03.2023 roku,
w wieku 95 lat zmarła
ukochana Mama, Babcia,
Prababcia i Teściowa
Ś.P. CZESŁAWA LACHOWSKA

TYGODNIK PUŁTUSKI

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

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

IZBA WYDAWCÓW PRASY

Wydawca: Agencja TiO
e–mail: agencja@tio.com.pl
Legionowo, ul. Rynek 2

Stowarzyszenie Gazet Lokalnych

eprasa.pl 54a6283d1c

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

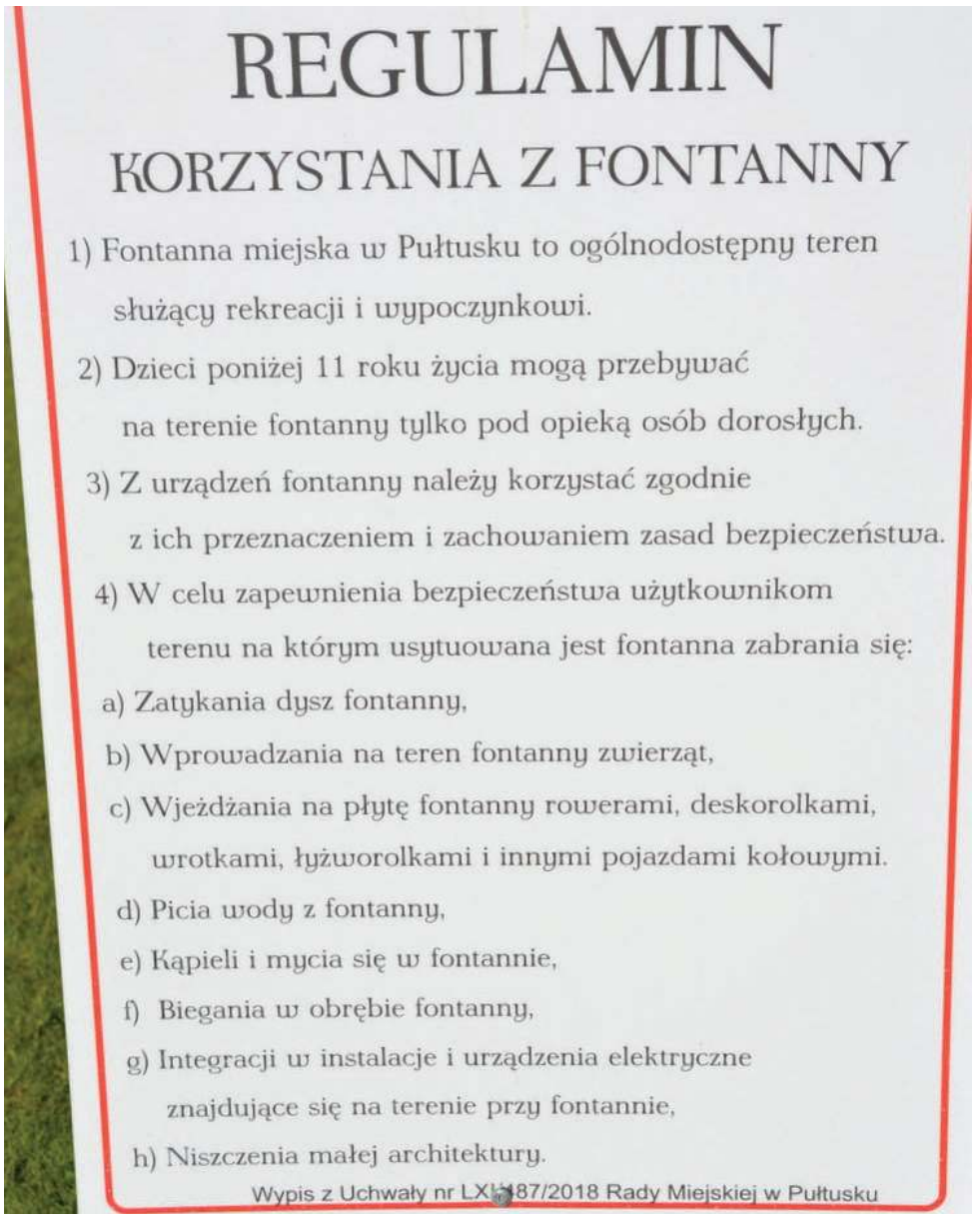
Dbajmy o miejską fontannę

Urząd Miejski apeluje o przestrzeganie zakazów

Urząd Miejski w Pułtusku informuje, że zgodnie z regulaminem korzystania z fontanny, który stanowi załącznik do uchwały nr LXI/487/2018 Rady Miejskiej w Pułtusku, **zakazuje się** m.in. **wjeżdżania na płytę fontanny rowerami, deskorolkami, wrotkami, łyżworolkami i innymi pojazdami kołowymi oraz niszczenia małej architektury.** Uchwała stanowi akt prawa miejscowego i należy jej przestrzegać. Użytkowanie fontanny w sposób sprzeczny z regulaminem, może spowodować uszkodzenie płyty, co wiązać się będzie z koniecznością poniesienia kosztów naprawy lub zapłaty odszkodowania.

A Tygodnik dodaje, że służby miejskie powinny zwracać baczniejszą uwagę na to, co się dzieje przy fontannie. Dni coraz cieplejsze, więc spacerowiczów odwiedzających to miejsce nie brakuje. Największym chyba problemem są pojazdy wypożyczane w pobliskiej sali zabaw. Jeżdżą nimi dzieciaki, często wraz z dorosłymi, a rodzice czy opiekunowie nic sobie nie robią z zakazu wjeżdżania na fontannę. Nie raz już pisaliśmy że to nie miejsce do szaleńczych rajdów, a przy okazji rozjeżdżania trawnika. Jest to niebezpieczne i mało komfortowe dla osób siedzących na ławkach, które przychodzą tu, żeby odpocząć, porozmawiać, zrelaksować się.

red.



REGULAMIN

KORZYSTANIA Z FONTANNY

1) Fontanna miejska w Pułtusku to ogólnodostępny teren służący rekreacji i wypoczynkowi.
2) Dzieci poniżej 11 roku życia mogą przebywać na terenie fontanny tylko pod opieką osób dorosłych.
3) Z urządzeń fontanny należy korzystać zgodnie z ich przeznaczeniem i zachowaniem zasad bezpieczeństwa.
4) W celu zapewnienia bezpieczeństwa użytkownikom terenu na którym usytuowana jest fontanna zabrania się:
a) Zatykania dysz fontanny,
b) Wprowadzania na teren fontanny zwierząt,
c) Wjeżdżania na płytę fontanny rowerami, deskorolkami, wrotkami, łyżworolkami i innymi pojazdami kołowymi.
d) Picia wody z fontanny,
e) Kąpieli i mycia się w fontannie,
f) Biegania w obrębie fontanny,
g) Integracji w instalacje i urządzenia elektryczne znajdujące się na terenie przy fontannie,
h) Niszczenia małej architektury.

Wypis z Uchwały nr LXI/487/2018 Rady Miejskiej w Pułtusku

REDAKCJA
512 405 978

Międzynarodowy turniej bokserski w Pułtusku!

15 maja – w przyzamkowym MANEŻU – miała miejsce konferencja prasowa związana z XXXVII Międzynarodowym Turniejem Bokserskim im. Feliksa Stamma. Turniej odbędzie się w Pułtusku w dniach 21-26 maja. Tematowi sukcesywnie będziemy poświęcać obszerne informacje. **KD**

Remont remizy zakończony

Zakład Budżetowy z Winnicy zakończył drugi etap remontu remizy-świetlicy w Domosławiu. W ramach prac położono ok. 200 m² gressu na podłogę i wykonano dwie łazienki z białym montażem. **red.**

GMINA GZY

Duża kasa na remont szkoły

Jak informuje Urząd Gminy w Gzach, 21 kwietnia została zawarta umowa na realizację zadania pn. „Kompleksowe zagospodarowanie terenu szkoły w Przewodowie Poduchownym wraz z budową boiska wielofunkcyjnego, budową kotłowni oraz termomodernizacją budynków”. **Ogółem kwota brutto robót budowlanych wynosi 3 972 900,00 zł.**

Wykonawcą inwestycji jest firma A&K KONSTRUKCJE z siedzibą w miejscowości Łomia koło Mławy. Planowana data zakończenia robót budowlanych to 30 listopada 2024 r.

Wykonanie powyższej inwestycji w ramach bezzwrotnej pomocy Państwa (w wysokości 90,00 % wartości robót budowlanych) przyczyni się bezpośrednio do poprawy warunków nauczania dzieci i młodzieży szkolnej, jak również podniesienia poziomu życia mieszkańców. Dzięki pozyskanemu wsparciu finansowemu inwestycja w znacznej mierze wpłynie na poprawę jakości powietrza poprzez ograniczenie niskich emisji, poprawę dostępności infrastruktury sportowej oraz przyczyni się do poprawy wizerunku ważnych obiektów użyteczności publicznej w Gminie Gzy. Zakres inwestycji bezpośrednio odnosi się do uchwały antysmogowej.

Gmina z własnych środków nie byłaby w stanie udźwignąć ciężaru tej inwestycji.

red.

źródło: pultusk.pl

Obelisk jak nowy

Wzniesiony w 1980 roku obelisk, znajdujący się przed budynkiem Pułtuskiej Biblioteki Publicznej im. Joachima Lelewela, został poddany procesowi renowacji i oczyszczenia. Po piaskowaniu, kamień z pamiątkowymi płytami upamiętniającymi 450 – lecie drukarstwa w Pułtusku i na Mazowszu oraz poświęcony Janowi z Sącza Maleckiemu, który w Pułtusku założył i prowadził jedną z pierwszych mazowieckich drukarni, odzyskał dawne oblicze i cieszy oko przechodniów.

Im więcej takich urokliwych, ciekawych miejsc w naszym mieście i gminach, tym lepiej. O to co już jest (również świetlice wiejskie, ich otoczenie,wiejskie place zabaw), trzeba systematycznie dbać. Ale o tym już wkrótce, bo to temat na inny artykuł. **red.**

eprasa.pl 54a6283d1c

MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

JABŁONNA. Znęcał się nad partnerką

Policyjna interwencja zakończyła się dla 48-latka nakazem natychmiastowego opuszczenia domu i zakazem zbliżania się do mieszkania oraz jego bezpośredniego otoczenia. Funkcjonariusze wydali taki nakaz po tym, jak mieszkaniec gminy Jabłonna był agresywny w stosunku do swojej partnerki

W niedzielę w godzinach popołudniowych policjanci zostali wezwani na interwencję do jednego z domów na terenie gminy Jabłonna. Według zgłoszenia 48-letni mężczyzna miał wszcząć awanturę i grozić swojej partnerce. Na miejsce pilnie udali się policjanci, jednakże mężczyzna, kiedy usłyszał, jak kobieta wzywa policyjny patrol, opuścił dom. Po rozmowie z kobietą funkcjonariusze objęli rodzinę procedurą Niebieskiej Karty. Jeszcze tego samego dnia policjanci namierzyli 48-latka i wydali nakaz natychmiastowego opuszczenia wspólnie zajmowanego domu i zakaz zbliżania się do domu i jego bezpośredniego otoczenia.

NASIELSK. Dwóch pijanych rowerzystów

O przykrych skutkach swojego zachowania przekonali się cykliści, którzy w sobotę zostali zatrzymani przez funkcjonariuszy z Komisariatu Policji w Nasielsku. Pamiętajmy, że nietrzeźwi rowerzyści są poważnym zagrożeniem dla innych, a w konfrontacji z poruszającymi się prawidłowo uczestnikami ruchu drogowego, mogą być przyczyną tragicznych w skutkach wypadków

13 maja 2023 r., dzielnicowy z nasielskiego komisariatu pełnił służbę obchodową na terenie gminy. Przed południem zauważył na ul. Szafirowej w Starych Pieścirogach jadącego rowerem mężczyznę. Mieszkaniec nasielskiej gminy nie mógł utrzymać równowagi. Policjant od razu wyczuł od niego silną woń alkoholu. 58- latek wydmuchał 3,8 promila alkoholu. Był kompletnie pijany. Funkcjonariusz skierował przeciwko niemu wniosek do sądu o ukranie.

Tego samego dnia, około godziny 15:00 dzielnicowy z Komisariatu Policji w Nasielsku zatrzymał do kontroli drogowej jadącego na rowerze mężczyznę. Nie mógł on utrzymać równowagi i poruszał się przysłowiowym „wężykiem". Policjant przypuszczał, że 29- latek jest pijany. Badanie stanu trzeźwości nasielszczanina wykazało, że w wydychanym powietrzu ma aż 2,68 promila alkoholu. Nieodpowiedzialny cyklista został ukarany mandatem w wysokości 2.500 zł.

LEGIONOWO. Znieważył i pobił policjantów

W trakcie interwencji publicznej w Legionowie nietrzeźwy mężczyzna znieważył i naruszył nietykalność cielesną interweniujących policjantów. Teraz 24-latkowi grozi do 3 lat pozbawienia wolności

Legionowscy dzielnicowi otrzymali zgłoszenie, że na jednej z ulic w mieście mężczyzna zaczepia przechodniów. Policjanci natychmiast udali się na miejsce, gdzie świadkowie wskazali nietrzeźwego agresora. W trakcie wykonywanych czynności służbowych mężczyzna nie stosował się do wydawanych poleceń, zachowywał się agresywnie – popychał i kopał funkcjonariuszy, w kierunku mundurowych „padły" również wulgaryzmy. Mieszkaniec powiatu został zatrzymany. Badanie alkomatem wykazało w jego organizmie blisko 2,5 promila alkoholu. Po wytrzeźwieniu 24-latek usłyszał zarzuty przestępstw z art. 222 kk oraz art. 226 kk, za które grozi do 3 lat pozbawienia wolności.

NASIELSK. Bez prawka, po pijaku i z listem gończym

Do 2 lat pozbawienia wolności grozi mężczyźnie zatrzymanemu wczoraj wieczorem przez policjantów z Nasielska. Mieszkaniec Płońska nie dość, że jechał pijany, to w ogóle nie posiadał prawa jazdy. Dodatkowo najbliższe 284 dni spędzi w zakładzie karnym. Był poszukiwany dwoma nakazami doprowadzenia oraz w celu ustalenia miejsca pobytu

W czwartek 11 maja br., funkcjonariusze z Komisariatu Policji w Nasielsku pełnili służbę na terenie gminy. Około godz. 20:30 na ul. Kolejowej zatrzymali do kontroli drogowej audi. Styl jazdy kierującego nim mężczyzny, wzbudził podejrzenia mundurowych. W trakcie interwencji wyczuli od 40- latka silną woń alkoholu. Badanie stanu trzeźwości potwierdziło przypuszczenia funkcjonariuszy. Mieszkaniec Płońska wydmuchał 0,7 promila alkoholu. Po sprawdzeniu w policyjnym systemie wyszło na jaw, że nie w ogóle nie posiada uprawnień do kierowania pojazdami. Na tym nie koniec. Mężczyzna, jak się okazało, był też poszukiwany na podstawie dwóch nakazów doprowadzenia do zakładu karnego, celem odbycia łącznej kary 284 dni pozbawienia wolności, za przestępstwo dotyczące nierealizowania ciążącego na nim obowiązku alimentacyjnego. Ponadto Prokuratura Rejonowa w Częstochowie poszukiwała go, do ustalenia miejsca pobytu. Płońszczanin noc spędził w pomieszczeniu dla osób zatrzymanych. Wkrótce trafi do jednostki penitencjarnej. Nie uniknie również odpowiedzialności karnej za kierowanie w stanie nietrzeźwości, za co grozi mu do 2 lat więzienia.

NASIELSK. „Randka" z policjantami

Dzielnicowy z Nasielska zatrzymał nietrzeźwego 50- latka. Mężczyzna, który wcześniej groził swojej żonie, przyjechał pod jej dom pijany. Tam już czekali na niego policjanci. Został zatrzymany. Usłyszał zarzut prowadzenia pojazdu mechanicznego w stanie nietrzeźwości oraz kierowania gróźb karalnych. Grozi mu do 2 lat pozbawienia wolności

Cała sprawa miała miejsce kilka dni temu, w jednej z miejscowości na terenie gminy Nasielsk. Do komisariatu zgłosiła się kobieta, składając zawiadomienie o tym, że mąż kieruje wobec niej groźby. Dzielnicowy udał się do miejsca zamieszkania pokrzywdzonej. W tym czasie pod posesję podjechał volkswagen, za kierownicą którego siedział mąż kobiety. Funkcjonariusz od razu wyczuł od 50- latka woń alkoholu. Przeprowadzone badanie stanu trzeźwości wykazało w organizmie kierującego ponad pół promila alkoholu. Mężczyzna został przez mundurowych zatrzymany. Usłyszał już zarzut stosowania gróźb karalnych wobec swojej żony oraz prowadzenia pojazdu mechanicznego, znajdując się w stanie nietrzeźwości. Mieszkańcowi Ostrołęki grozi teraz kara do 2 lat pozbawienia wolności. Postępowanie w tej sprawie jest prowadzone pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Pułtusku.

LEGIONOWO. Ujęli poszukiwanego listem gończym

Kryminalni zajmujący się poszukiwaniem osób ukrywających się przed wymiarem sprawiedliwości zatrzymali 30-latka, za którym poszukiwany był przez sąd i prokuraturę. Zgodnie z dyspozycją sądu poszukiwany trafi do zakładu penitencjarnego

Policjanci, którzy na co dzień zajmują się poszukiwaniem osób ukrywających się przed wymiarem sprawiedliwości zatrzymali 30-latka. Mężczyzna był poszukiwany listem gończym przez Sąd Rejonowy w Legionowie celem odbycia kary 278 dni pozbawienia wolności za przestępstwo kradzieży. Prokuratora Rejonowa w Piasecznie również poszukiwał 30-latka na podstawie zarządzenia o ustalenie miejsca pobytu celem wykonania czynności prawnych Do zatrzymania doszło na terenie sąsiedniego powiatu. Mężczyzna po czynnościach w legionowskiej komendzie, zgodnie z dyspozycją sądu trafił do zakładu penitencjarnego.

PUŁTUSK. Pijany rowerzysta zatrzymany

Wnioskiem o ukaranie do sądu zakończyła się beztroska podróż rowerzysty. Nietrzeźwy 34-latek, został zatrzymany przez pułtuskich policjantów. Funkcjonariusze apelują do wszystkich uczestników ruchu o rozsądek na drodze. Piłeś? Nie jedź!

Na terenie Pułtuska, podczas pełnienia służby policjanci zwrócili uwagę na niepewnie jadącego rowerzystę. Policjanci z Ogniwa Patrolowo-Interwencyjnego z pułtuskiej komendy zatrzymali go do kontroli drogowej. Okazało się, że 34-letni mieszkaniec Pułtuska, jechał jednośladem mając ponad 1,5 promila alkoholu w organizmie. Sprawą nieodpowiedzialnego cyklisty zajmie się teraz pułtuski sąd. Pułtuscy policjanci po raz kolejny apelują o ostrożność i odpowiedzialność na drodze. Podczas wypadku kierujący rowerami nie są chronieni tak, jak kierujący pojazdami. Dlatego bardzo ważne jest, aby korzystający z dróg publicznych, niechronieni uczestnicy ruchu drogowego byli widoczni, trzeźwi i zachowywali szczególną ostrożność.

RESTAURACJA
PAŁAC JABŁONNA

POCZUJ NASZE TRADYCYJNE SMAKI

PAŁAC W JABŁONNIE #poczujnaszahistorie
PAN Dom Zjazdów i Konferencji w Jabłonnie

Rezerwacje: +48 22 774 48 62 w.136, +48 883 324 344
info@palacjablonna.pan.pl
www.palacjablonna.pl

eprasa.pl 54a6283d1c

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

Masz dom w Gminie Pułtusk?

Spodziewaj się kontroli zbiornika na szambo

W ostatnich dniach kwietnia, burmistrz Miasta i Gminy Pułtusk wydał zarządzenie o numerze 552/2023, mające dość złożony i nieco nieczytelny tytuł: *zarządzenie w sprawie planu kontroli w 2023 i 2024 roku dotyczących realizacji obowiązków właścicieli nieruchomości w zakresie pozbywania się nieczystości ciekłych oraz przedsiębiorców posiadających zezwolenie na prowadzenie działalności w zakresie opróżniania zbiorników bezodpływowych i transportu nieczystości ciekłych.*

Mówiąc krótko: jeśli masz dom z własnym zbiornikiem na szambo albo przydomową oczyszczalnią – spodziewaj się kontroli.

Zgodnie z zarządzeniem kontrole będą w tym roku prowadzone między majem a grudniem przez upoważnionych pracowników Urzędu Miejskiego w Pułtusku i będą obejmować (cyt. z zarządzenia)

1) sprawdzenie wyposażenia nieruchomości w zbiornik bezodpływowy na nieczystości ciekłe lub przydomową oczyszczalnię ścieków bytowych, spełniające wymagania określone w przepisach odrębnych;

2) stwierdzenie posiadania przez właścicieli nieruchomości umowy zawartej z przedsiębiorcą świadczącym usługi opróżniania zbiorników bezodpływowych lub osadników w instalacjach przydomowych oczyszczalni ścieków i transportu nieczystości ciekłych na terenie gminy Pułtusk;

3) udokumentowanie wykonania obowiązku pozbywania się zebranych na terenie nieruchomości nieczystości ciekłych w postaci dowodów zapłaty za usługi wywozu nieczystości ciekłych, wystawionych każdorazowo po wykonaniu usługi przez przedsiębiorcę posiadającego zezwolenie Burmistrza Miasta Pułtusk na prowadzenie działalności w zakresie opróżniania zbiorników bezodpływowych lub osadników w instalacjach przydomowych oczyszczalni ścieków i transportu nieczystości ciekłych.

Jak można się domyślać, celem kontroli jest spowodowanie, by zawartość szamb nie trafiała nocą do ogrodu, rowu czy na pustą działkę sąsiada. O spuszczaniu domowych nieczystości do cieków trafiających ostatecznie do Narwi chyba nie trzeba wspominać. Co ważne: tak zwany „zbiornik bezodpływowy" ma być po prostu szczelny. Koniec z epoką dołów chłonnych, w których nie uszczelniano dna po to, by zawartość zbiornika mogła stale przenikać do gruntu a ostatecznie do podziemnych warstw wodonośnych – zatruwając je skutecznie. Najwyraźniej skończyły się także czasy okazywania „martwej umowy" na wywóz szamba, umowy zawartej na jeden raz, dawno temu, służącej wyłącznie do pokazywania „że jest zawarta" – a która miała jedynie zasłaniać fakt nielegalnego wypompowywania smrodliwej zawartości przydomowego „dołka". Jeśli naprawdę zamawiasz wywóz szamba – to za to płacisz. Dlatego okazanie dowodów zapłaty jest najbardziej wiarygodnym sposobem „udokumentowania wykonania obowiązku".

Jak czytamy w zarządzeniu, kontrole przeprowadzane będą przez upoważnionych pracowników, wyposażonych w legitymację służbową oraz pisemne upoważnienie wystawione przez Urząd Miasta i Gminy. W dalszej części zarządzenia można się także zapoznać z wzorem protokołu, który będzie sporządzany na zakończenie każdej kontroli. Warto zwrócić uwagę, że do protokołu będą wpisywane wywozy nieczystości, udokumentowane dowodami płatności, zestawionymi w skali roku i w skali dwóch lat. Na podstawie wysokości opłat określone zostaną ilości wywiezionych metrów sześciennych szamba – a ta wartość zdecydowanie powinna się zgadzać z liczbą mieszkańców w domu. Ile m3 ścieków produkuje 1 osoba? Przyjmuje się, że około 90% zużywanej wody to ścieki, które trafiają do domowej kanalizacji. Jedna osoba w trakcie jednego dnia zużywa średnio 150 litrów wody. Oznacza to, że produkuje ona około 135 litrów ścieków. Miesięcznie to ponad 4 m3. Urząd planuje przeprowadzić do końca tego roku od 600 do 700 kontroli, w roku 2024 liczba kontrolowanych budynków będzie podobna.

Już dawno nałożono ustawowe obowiązki zarówno na gminy jak i na mieszkańców, które miały doprowadzić do tego, by zniknęły przeciekające do gruntu doły na szambo i wykluczyć sytuacje „nocnego wypompowywania gdzie się da". Mieszkańcy mieli się podporządkować, a gminy miały zaprowadzić rejestry wszystkich zbiorników na szamba i kontrolować to, co się dzieje z ich zawartością. Jak było w rzeczywistości przez ostatnie lata każdy wie, lub może się domyślać. Obecnie wiele powinno się zmienić: 9 sierpnia 2022 r. weszły w życie nowe rozwiązania prawne odnoszące się do sposobu funkcjonowania gminnej gospodarki ściekowej. Wszystkie one zostały wprowadzone ustawą z dnia 7 lipca 2022 r. *o zmianie ustawy Prawo wodne oraz niektórych innych ustaw.* Te „"inne ustawy" to tak zwana „ustawa śmieciowa" czyli *...o utrzymaniu czystości i porządku w gminach* oraz ustawa *o zbiorowym zaopatrzeniu w wodę i zbiorowym odprowadzaniu ścieków.*

Wszystkie te zmiany zostały wprowadzone, bowiem wszystkie kraje członkowskie Unii Europejskiej Unii mają obowiązek poprawnego i pełnego wprowadzenia

i stosowania tzw. dyrektywy ściekowej Rady Europy, dotyczącej oczyszczania ścieków komunalnych. A wszystko to po to, żebyśmy przestali truć środowisko – bo chcemy żyć w czystym świecie i pić czystą wodę. Trzeba się jednak postarać i odejść od smętnych nawyków. Tych, którzy tego nie rozumieją lub nie chcą się zastosować, gminni kontrolerzy mają obowiązek nawrócić na właściwe tory.

Nie tylko w zamierzchłym średniowieczu, ale jeszcze w XIX wieku, w miastach powszechnie opróżniano nocniki wylewając ich zawartość przez okna na ulice... W wielu europejskich miastach czas opróżniania nocników do ulicznych rynsztoków był formalnie ustalany i trwał zazwyczaj od 22:00 zimą, a latem od 23:00. Przechodnie, wiedząc o zagrożeniu z wyższych okien kamienic, uprzedzali o swojej obecności wykrzykując „Idzie się!". Dziś moglibyśmy uznać to za specyficzny koloryt minionej epoki – gdyby nie refleksja: a czym się to niby różniło od wypompowywania szamba do melioracyjnego rowu w XXI wieku w polskich gminach?

Może zatem już czas, żeby wyjść ze średniowiecza – zwłaszcza, że mamy dziś środowisko zatrute niepomiernie bardziej, niż w czasach wylewania z nocników na ulicę i biegania za stodołę.

Tyle o nowych przepisach i planowanym weryfikowaniu ich przestrzegania. Do szerokiego tematu przydomowych szamb, umów na wywóz nieczystości, będziemy powracać w kolejnych wydaniach TP.

ZCZ

REKLAMA

Z Credit Agricole mniej plastiku na twoim koncie

Aż ćwierć kilo mikroplastiku nieświadomie zjada rocznie każdy człowiek. Plastikowe śmieci są wszędzie i zatruwają nasze środowisko. Na szczęście wciąż możemy to zmienić. Otwórz Konto dla Ciebie w Credit Agricole z pierwszą w Polsce kartą z ekotworzywa i dołącz do akcji #mniejplastiku.

Co do tego nikt nie ma wątpliwości: plastik jest świetnym i bardzo przydatnym tworzywem. Jest łatwy do kształtowania, lekki, wytrzymały. W wielu branżach (np. w medycynie) trudno go zastąpić czymś innym. Problem z plastikiem zaczyna się po jego zużyciu. Większość odpadów po prostu wyrzucamy, a one w krótkim czasie rozpadają się i zamieniają w niewidoczne gołym okiem drobiny nazywane mikroplastikiem.

Plastik na talerzu

Szacuje się, że każdy człowiek w ciągu roku nieświadomie „zjada" aż ćwierć kilo mikroplastiku. Oczywiście źle wpływa to na nasze zdrowie. Na przykład picie wody z plastikowych butelek może powodować zaburzenia hormonalne i prowadzić do niepłodności lub spadku odporności organizmu.

Jak przekonuje ekolog Dominik Dobrowolski, aby zmniejszyć ilość plastiku w środowisku musimy po prostu mniej go wytwarzać i zużywać. To nie wymaga wielkiego wysiłku. Wystarczy na co dzień stosować kilka prostych zasad, które pomogą ograniczyć ilość zbędnych odpadów.

- Przede wszystkim należy kupować tylko to, czego naprawdę potrzebujemy i rezygnować ze zbędnych opakowań (czy np. jabłka z plastikowej tacki smakują lepiej niż te kupione luzem?). Zamiast wszystkich jednorazówek lepiej używać przedmiotów wielokrotnego użytku i naprawiać je, gdy się zepsują. Warto także przykładać się do porządnego segregowania śmieci - dzięki temu można odzyskiwać i ponownie przetwarzać wiele przydatnych surowców – przekonuje ekolog.

Eko-karta i 555 zł premii

Symbolem drobnych zmian zgodnych z filozofią #mniejplastiku może być pierwsza w Polsce karta z ekotworzywa, które rozkłada się szybciej niż plastik. Taką wyjątkową kartę może dostać każdy, kto otworzy Konto dla Ciebie w banku Credit Agricole.

- Nasza karta ma tę magiczną właściwość, że zawsze, gdy sięgamy do portfela, ona przypomina nam o problemie plastikowych śmieci. Dzięki temu możemy codziennie, na przykład podczas zakupów, podejmować lepsze i bardziej przyjazne dla środowiska decyzje – przekonuje Monika Sztymelska, dyrektor oddziału Credit Agricole w Pułtusku.

Razem z kartą z ekotworzywa klienci banku dostają też dostęp do najnowocześniejszej w Polsce aplikacji na smartfony CA24 Mobile z Klubem Korzyści, czyli ofertą rabatów na zakupy i oferty bankowe, spersonalizowaną specjalnie pod potrzeby konkretnego użytkownika.

- Każdy, kto do końca czerwca otworzy nowe konto, a później zapewni na nie stałe wpływy i wykona co najmniej jedną transakcję telefonem, kartą lub Blikiem w miesiącu, może otrzymać od nas nawet do 555 zł premii – zachęca Monika Sztymelska.

Świat na lepsze można zmieniać również poprzez udział w inicjatywach organizowanych w ramach kampanii edukacyjnej #mniejplastiku. Od ponad trzech lat bank Credit Agricole, wspólnie ze spółką leasingową EFL oraz Dominikiem Dobrowolskim, organizuje lekcje i akcje sprzątania, które są pretekstem do rozmów o fali plastiku, która zalewa Ziemię. Więcej informacji o ekologicznych działaniach banku i nowej, przyjaznej środowisku karcie płatniczej można znaleźć na stronie: www.mniejplastiku.pl

AGATA KRACZEK

eprasa.pl 54a6283d1c

Selekcja naturalna poradzi sobie z niską dzietnością

Selekcja naturalna poradzi sobie z niską dzietnością. Nawet jeśli niewielka część kobiet zdecyduje się na posiadanie dzieci, to będzie to oznaczać, że w puli genowej pozostaną osoby o silnej potrzebie posiadania potomstwa. W konsekwencji może dojść do zmiany trendu - powiedział PAP prof. Bogusław Pawłowski z Uniwersytetu Wrocławskiego.

Według danych GUS w 2021 r. współczynnik dzietności w Polsce wynosił 1,33. Przyjmuje się, że współczynnik powyżej poziomu 2,1 gwarantuje zastępowalność pokoleń. Czy niska dzietność to tylko problem Europy i Polski?

Prof. Bogusław Pawłowski, kierownik Zakładu Biologii Człowieka Uniwersytetu Wrocławskiego: Z niską dzietnością zmaga się nie tylko Polska, ale cały świat zachodni, a nawet Chiny czy inne kraje azjatyckie. To złożony problem biokulturowy. W różnych regionach świata powody tego zjawiska mogą się nieco różnić, a jednym ze wspólnych czynników podkreślanych przez ekologów behawioralnych człowieka może być to, że koszty wychowania dziecka stają się coraz wyższe.

Z punktu widzenia psychologii ewolucyjnej, można też założyć, że ewolucja nie wyposażyła nas zbyt mocno w taki mechanizm psychiczny, który byłby bezpośrednio skierowany na konieczność posiadania dzieci. Ewolucja wyposażyła nas w instynkt samozachowawczy, w silną motywację do realizacji popędu płciowego, czy w to, aby pozyskiwać zasoby, które są niezbędne do życia, ale też szczególnie w przypadku mężczyzn do zdobycia partnerki. To bardzo ważne biologiczne uwarunkowania, ale są one jednak raczej środkami do celu niż ewolucyjnym celem.

Co to oznacza?

B.P.: To znaczy, że bardzo chcemy żyć, mieć partnera i wielką przyjemność z seksu, czy też odpowiedni status społeczno-ekonomiczny. Staramy się o to wszystko, nie zawsze czując czy rozumiejąc, że są to tylko „motywacyjne środki" do tego, aby móc skuteczniej przekazać swoje geny, czyli mieć potomstwo. Oczywiście nie są to jedyne środki, bo gdy urodzi się dziecko to takim środkiem jest też intensyfikacja (lub pojawienie się) zachowań macierzyńskich.

W niemal całej historii ludzkości (a to już setki tysięcy lat) ten mechanizm był wystarczający, aby po prostu się rozmnażać. Ludzie nie zdawali sobie sprawy z biologii rozrodu, a zatem tego, co w istocie doprowadza do poczęcia i urodzenia dziecka i że to bezpośrednia konsekwencja współżycia. Nawet jeśli je wiązano, to badania etnologów wskazują, że są takie społeczeństwa - np. w Amazonii - gdzie ludzie byli czy są przekonani, że aby zajść w ciążę kobieta musi mieć kontakty seksualne z wieloma mężczyznami i że to dopiero z tej różnorodnej spermy może powstać nowy człowiek.

Do tego aby płodzić, silny popęd płciowy wystarcza też oczywiście u innych zwierząt. Gdy człowiek poznał już bardzo dobrze biologię rozrodu, wymyślił tak pewną formę antykoncepcji jak ta hormonalna, to też umożliwiło bardzo skuteczne rozdzielnie głównej motywacji, która doprowadzała do rozmnażania się (czyli dążenie do seksualnych przyjemności) z jej celem czyli płodzeniem dzieci. Wcześniej też co prawda używano różnych form antykoncepcji, ale były one mniej skuteczne.

Jak zatem doprowadzić do większej dzietności w Polsce?

B.P.: Ludzie podejmują decyzje w oparciu o to, jakie mają oczekiwania od życia i jakie są warunki ekologiczne czy społeczno-ekonomiczne. Cokolwiek by się stało, czy 500 plus zmieniłoby się nagle na 700 plus, to - w mojej ocenie - nie zmieni obecnego trendu. Wiemy, że podobne mechanizmy w Niemczech czy Francji chyba też nie działają tak, jak tego chcieliby rządzący. Pod względem wskaźników reprodukcyjnych w Polsce jest jednak gorzej niż w wielu innych krajach Europy. Być może część tej różnicy wynika z lęku jakiejś części młodych kobiet przed niektórym regulacjami, w tym niemal absolutnym zakazem aborcji, nawet przy poważnym genetycznym uszkodzeniu u płodu. Trudno też powiedzieć, jaki procent kobiet w Polsce powstrzymuje przed rodzeniem lęk przed powikłaniami i rodzeniem.

Czy zatem grozi nam w krajach zachodu wyludnienie?

B.P.: Nie sądzę, jeśli już, to zmniejszenie wielkości populacji - abstrahuję od procesów migracyjnych. Myślę, że selekcja naturalna poradzi sobie z obecnym zjawiskiem niskiej dzietności. Co prawda pula genowa może się nieco zmienić i dojdzie do mniejszego genetycznego zróżnicowania (bo np. 30 proc. ludzi będzie bezpotomna). Obok tej negatywnej genetycznej konsekwencji, pojawi się - w zasadzie już jest - oczywiście problem np. z systemem emerytalnym etc. Nawet jeśli niewielka część kobiet zdecyduje się na posiadanie dzieci, to będzie to oznaczać, że w puli genowej pozostaną takie geny, które będą w jakiś sposób sprzyjać silnej potrzebie posiadania potomstwa i z umiejętnością opiekowania się nim. W konsekwencji może dojść do zmiany trendu i zwiększenia dzietności za jakiś czas. Nie należy jednak oczekiwać, że obecny trend demograficzny zmieni się w najbliższym czasie.

Czyli taki efekt jojo?

B.P.: Hmm..., nie nazwałbym tego w taki sposób. Proszę pamiętać, że wcześniej nie było aż tak dramatycznego spadku dzietności. W zasadzie rodziło się zawsze dużo dzieci, choć przeżywało z nich dużo mniej niż obecnie - nawet w XIX w. w Europie umierało niemal 40 proc. dzieci. Sam fakt dużego spadku umieralności dzieci w XX wieku spowodował spadek rodzonych dzieci np. w Europie.

Ponieważ wiele zjawisk naturalnych ma zmienne tendencje, np. sinusoidalne, to i w przypadku dzietności może warto postawić na odwrócenie obecnych trendów. Osobiście zatem nie wróżyłbym, jakiejś demograficznej katastrofy, a zważywszy na przeludnienie w globalnej skali, ograniczenie liczby potomstwa z ekologicznego punktu widzenia może mieć zalety. Coraz więcej młodych ludzi rozumie zagrożenie dla planety związane z kryzysem klimatycznym. Każde nowo narodzone dziecko to jeden z największych czynników zwiększających produkcję dwutlenku węgla. Nie mam na myśli tego, że oddycha, ale o zasoby, z których w całym życiu musi korzystać, a ich pozyskanie wymaga wiele energii. Psychoterapeuci zauważają że pojawiają się coraz częściej pacjentki - najczęściej chyba młode kobiety - z fobiami ekologicznymi, które też nie rzadko deklarują, że z przyczyn ekologicznych nie chcą mieć potomstwa.

Możliwe, że liczba opcji na życie - podróże, różnorodne rozrywki czy formy spędzania czasu, zwiększyła się na tyle, że przy długim okresie młodości, wynikającym z wydłużonej edukacji, wpływa to też czasami na niechęć do posiadania dziecka i do zmiany stylu życia. Innym potencjalnym czynnikiem może być też to, że coraz więcej par decyduje się tylko na jedno dziecko. Tymczasem w rodzinach wielodzietnych dzieci uczą się również opieki czy odpowiedzialności za rodzeństwo i wynikające z tego też radości. W takim przypadku mogą być później bardziej skłonni do posiadania dzieci. Tymczasem jedynaki często dostają z otoczenia bardzo wiele, ale częściej mniej się od nich wymaga, no i nie mają doświadczeń związanych z troską o rodzeństwo już w dzieciństwie. Zgodnie z badaniami dotyczącymi wzorca rodzinnego w tym względzie, ten rodzinny czynnik może zatem też wpływać w jakimś stopniu na późniejszą decyzję o posiadaniu lub o liczbie dzieci.

Jednak w skali globalnej nie ma mowy o problemie spadku dzietności.

B.P.: Należy pamiętać, że zdecydowany przyrost populacji dotyczy w zasadzie tylko Afryki Subsaharyjskiej (średnio ponad 4 dzieci), bo nawet Azja pod tym względem zwolniła, choć ma ciągle dodatni przyrost naturalny. Chociaż z punktu widzenia stabilności klimatu spadek dzietności byłby nawet zbawienny. Przyrosty ludzi o kolejny miliard następują coraz szybciej. Jeszcze na początku XIX w. było nas ok. 1 mld, dopiero po ponad 120 latach, czyli ok. 1930 roku było to 2 mld, a teraz to już chyba przekroczyliśmy 8 mld.

A jak na decyzje dotyczące zajścia w ciąże wpływa przeludnienie, np. w miastach?

B.P.: W niewielkich społecznościach kobiety szybciej podejmują decyzję o posiadaniu potomstwa. To może być między innymi związane z silniejszą presją społeczną na posiadanie dzieci. W takich stabilnych społecznościach, przy braku migracji, ludzie żyją w otoczeniu krewnych. Okazuje się, że w takich warunkach kobiety mają średnio większą dzietność. Człowiek to gatunek, który w zasadzie ma kooperatywny sposób opieki nad dziećmi. Wiemy to na podstawie obserwacji tradycyjnych społeczeństw zbieracko-łowieckich, a to najlepszy model dla struktur społecznych w jakich żyliśmy przez większość naszej ewolucji. Gdy kobieta ma w pobliżu wiele krewnych (matka, siostry, ciotki etc.) to może łatwiej liczyć na ich pomoc w opiece i wychowaniu dziecka. Obecnie, przy dość dużej mobilności, kobiety często nie mają wokół siebie krewnych. To według niektórych ekologów behawioralnych człowieka powoduje, że częściej nie decydują się na posiadanie dzieci lub mają ich mniej.

No cóż, pomimo tego, że spadek dzietności obserwuje się na całym świecie, nawet oczywiście w Afryce, to czynniki odpowiedzialne za ten trend mają złożony biokulturowy charakter. Większość badaczy tego zjawiska w zasadzie zgadza się z tym, że wydłużona edukacja kobiet, skuteczna antykoncepcja, presja na zdobycie wyższego statusu społecznego, wzrost rywalizacji ekonomicznej czy czynniki ekologiczne wydają się przynajmniej częściowo odpowiadać za spadek dzietności na całym świecie. Kiedy i czy w ogóle trend ten się odwróci, dziś trudno wyrokować. Przed ludzkością stoją jednak chyba poważniejsze problemy i jeśli one zostaną rozwiązane, to nie sądzę, aby nawet dalszy spadek wskaźnika dzietności - oczywiście nie do zera - mógł zagrozić istnieniu naszego gatunku.

Prof. Bogusław Pawłowski jest kierownikiem Zakładu Biologii Człowieka Uniwersytetu Wrocławskiego; zajmuje się głównie ewolucją człowieka, z akcentem na biologiczne uwarunkowania ludzkich zachowań i psychologię ewolucyjną.

Rozmawiał Szymon Zdziebłowski (PAP) Nauka w Polsce

eprasa.pl 54a6283d1c

605 078 555

www.leg-bud.pl

od 6900 zł / m²

LEG-BUD

3 ETAP
HERBERTA

MIESZKANIA
NA KAŻDĄ
KIESZEŃ

eprasa.pl 54a6283d1c

NASZE WILKOWYJE

Szoker

To było tego dnia, kiedy uświadomiliśmy sobie jaki sukces odniosły Wilkowyje. Nie chodzi o to, że mała wieś, a tu Prezydent, Premier i paru członków rządu. Nie, chodziło nam o to, żeśmy sobie przypomnieli jak wyglądały Wilkowyje kiedy zaczęliśmy siadać na ławeczce. Bo prawda jest taka, że nawet żadnej ławeczki nie było, tylko piwo na ziemi, pod drzewami, które rosły za sklepem. A teraz w angielskiej prasie piszą, że do 2030 roku będziemy bogatsi od Wielkiej Brytanii. My, mieszkańcy Wilkowyj.

Czyja to zasługa? Bo przecież samo się nie zrobiło?

Hadziukowej, że sery robi sławne na pół Europy? Solejukowej, że jej pierogi sprzedają się lepiej niż cokolwiek innego w promieniu 50 kilometrów? A może Lucy, że chciała zostać burmistrzem, a Kusy powiedział jej jak z nami rozmawiać? A może tego, że nam się nadspodziewanie mądry ksiądz trafił, co się dogmatów nie trzymał i umiał wieś powolutku do zmian przygotować? Ale podobno on wcale taki mądry zawsze nie był i gdyby nie odziedziczył Michałowej po poprzednim proboszczu, to wcale by nie zmądrzał...

Doszli my do wniosku, że co było najważniejsze to już nikt nie wie. Może wszystko po trochu. Ale wiadomo co teraz jest najważniejsze. Nie kasa, nie know how, tylko zwykła niezgoda. Ale nie ta między nami, tylko wspólna – żeby było tak jak dawniej. Bo tak jak dawniej nikt z nas już by nie chciał. Aż poszli my z tym do Księdza Biskupa, bo komuś trzeba było powiedzieć, a Kusy miał wyłączony telefon.

Ksiądz Biskup aż w ręce klasnął. Toście wreszcie tę kostkę Rubika ułożyli. Zawsze się zastanawiałem czemu te Wilkowyje takie ważne. A teraz wiem. Wielu ciągle tęskni za dawnymi czasami, bo jak sam o sobie nie decydujesz, to zawsze łatwiej na innych zwalić własne nieszczęścia. A ludzkie życie ma w sobie kupę nieszczęść. Ale macie rację – nikt w Wilkowyjach nie chce powrotu do starych czasów i to czyni z nas najpiękniejszą wieś w całym kraju.

Wrócili my na ławeczkę bardzo z siebie zadowoleni. Ten artykuł czytamy raz jeszcze i nagle nas siekło, że on wcale nie o Wilkowyjach, a o Polsce całej. Że nie tylko Wilkowyje Brytoli przegonią, ale cała Polska. Szoker. Czyli my wcale takie wyjątkowe nie som, a inni też się dobrze sprawili. I jako cały kraj doganiamy potęgi. Pokłóceni, zwaśnieni, podzieleni, a jednak razem i do przodu. Mocno do przodu. Choć wszyscy patrzą w tył i kłócą się o to co było pięć czy dziesięć lat temu. I jeszcze – że do przodu przez całe trzydzieści lat, choć każdy rząd mówi, że poprzednie to nieudaczne były, albo nawet zdrajcy. Ale jeśli my tak do przodu szli, przez trzydzieści lat, to może wszystkie coś dobrego robiły i wcale tak nam nie przeszkadzały jak lubimy myśleć? Może w innych krajach tylko wygląda lepiej i nie ma co za bardzo narzekać?

Dziwne myśli. Takie nie nasze. No bo jakże to powiedzieć, że nikt nie jest winny, a wszyscy mają zasługi? I że my fajne i nie głupie som, jak się patrzy z daleka, choć z bliska tylko mordę Czerepacha widać i pijaństwo Myćki?

Oj, szoker, szoker. A potem przyszło nam do głowy, że to może o młodych chodzi i że to one inne od nas. Ale to też głupie było, bo co prawda młode Solejuki mega fajne i Klaudia od rodziców też fajniejsza, ale przecież najmądrzejszy we wsi jest Kusy, a zaraz po nim Michałowa i Ksiądz Biskup, jeśli nie liczyć Japycza, co w ogóle najstarszy jest i ciągle pamięta więcej rzeczy niż zapomniał, a jak mówi – zapomniał pół świata.

Ot, zagwozdka. I szoker. A że szoker, to pora kończyć, bo co się będę powtarzał? I wtedy właśnie przyszło mi do głowy cuś, co zmroziło mnie do kości. Bo może to oto chodzi, że my zbiorowo bardzo zdolne do zarabiania pieniędzy som, a tylko żyć nie umiemy bez kłótni, bez obwiniania innych, bez poszukiwania zdrajców i złodziei. Że sukces z kasą to mała rzecz jak nikogo nie kochasz i dla innych wyrozumiałości nie masz. Tak mnie to siekło, że siedziałem jak zamurowany i nic już nie powiedziałem, bo to taka rzecz, że kto inny musi wam to Rodacy powiedzieć, Kusy, Lucy, Ksiądz Biskup, Michałowa, albo Japycz, a nie ja, Patryk Pietrek, szansonista discopolowy, którego okoliczne wioski kochają, bo śmieszny. Bo to poważna bardzo rzecz jest i poważny człowiek musi powiedzieć, żebyście do końca wysłuchali i choć trochę pomyślunku sprawie poświęcili.

Pietrek

Jak szkoły na Mazowszu dbają o jakość powietrza

Czyste powietrze i bezpieczeństwo naszych dzieci – czy te dwie kwestie idą ze sobą w parze? Wszystko wskazuje na to, że tak. Potwierdzają to międzynarodowe i krajowe wyniki badań oraz pilotażowe pomiary przeprowadzone w woj. mazowieckim przez Stowarzyszenie Partnerstwo dla Bezpieczeństwa Drogowego.

Projekt „Ulica szkolna" jest realizowany w pięciu wybranych mazowieckich szkołach w Legionowie, Płońsku, Nowym Dworze Mazowieckim, Wawrze i Piastowie. W ramach projektu wokół szkół monitorowane są gęstość i rodzaje ruchu drogowego oraz zanieczyszczenia powietrza z nimi związane.

Czy to, jak docieramy do szkoły ma znaczenie dla dzieci i nauczycieli? Wyniki badań wskazują, że poziom zanieczyszczeń powietrza wpływa bezpośrednio na koncentrację i zdolności poznawcze dzieci, a długofalowo na obniżenie odporności, choroby układu oddechowego, alergie, astmę i wiele innych. Dzieci należą do najbardziej narażonej grupy osób, ponieważ ich układ oddechowy i układ odpornościowy nie są jeszcze w pełni rozwinięte i znacznie szybciej reagują na substancje trujące oraz drażniące. Maluchy mają też wyższy stosunek częstości oddechów do powierzchni ich ciała, a przez swój jeszcze niski wzrost są po prostu bliżej od rur wydechowych aut.

Jak wynika z najnowszych badań Uniwersytetu Jagiellońskiego, wysokie stężenie dwutlenku azotu (NO2) powoduje u dzieci natychmiastowe pogorszenie uwagi i zdolności poznawczych, co może się przekładać na gorsze efekty w nauce, a także problemy z wykonywaniem zwykłych codziennych czynności. Dlatego oddalenie dzieci i pracowników szkół od ekspozycji na zanieczyszczenia powietrza związane z ruchem drogowym jest tak istotne.

Szkolne ulice szansą dla mazowieckich szkół

Wzmożony ruch samochodowy w godzinach porannych i popołudniowych powoduje wzrost koncentracji szkodliwych substancji (NO2, PM2.5, PM10), ale także sprawia, że dzieci narażone są na wypadki. Przed wieloma placówkami zaobserwować można blokujące się pojazdy, zestresowanych rodziców i dzieci wyskakujące z aut bezpośrednio na ulice. Jak jednak zaradzić takim sytuacjom?

O alternatywach i najważniejszych kwestiach przypominają już rodzicom i opiekunom banery na ogrodzeniu szkół biorących udział w projekcie "Ulica Szkolna". Zachęcają do krótkiego spaceru zamiast stania w korku, dbania o bezpieczeństwo dzieci i przypominają o obowiązku wyłączania silnika w trakcie postoju!

W Polsce nie ma krajowych zaleceń mających na celu zmniejszenie zanieczyszczenia powietrza w okolicach szkół i na drogach, którymi dzieci dojeżdżają do szkół.

– Zmiany mobilności w pobliżu szkół oraz dostosowanie prędkości i gęstości ruchu pojazdów mogą znacznie wpłynąć zarówno na poprawę jakości powietrza, jak i na bezpieczeństwo ruchu drogowego – mówi Barbara Król, koordynatorka projektu "Ulice Szkolne" z Partnerstwa dla Bezpieczeństwa Drogowego. – Dostrzegamy potrzebę zbudowania solidnych podstaw dla dalszego propagowania koniecznych działań: zbierania danych, mapowania sytuacji, popularyzowania najlepszych praktyk, zwiększania świadomości i przygotowania solidnych podstaw programowych – dodaje.

Akcja #StreetsForKids w Polsce

Ponad 600 społeczności szkolnych weźmie udział w wiosennej edycji akcji Streets for Kids w Europie. Już 12 maja tysiące dzieci, rodziców i nauczycieli w kilku polskich miastach będzie apelować do władz o tworzenie szkolnych ulic. To część europejskiej akcji „Ulice dla Dzieci" (Streets for kids) organizowanej przez Clean Cities Campaign we współpracy z Fundacją Rodzic w mieście.

Projekt „Ulica szkolna" jest finansowany przez międzynarodową organizację Clean Air Fund, a prowadzony przez Partnerstwo dla Bezpieczeństwa Drogowego wraz z fundacją Rodzic w mieście w szkołach w Legionowie, Płońsku, Nowym Dworze Mazowieckim, Wawrze i Piastowie.

Efekty pomiarów oraz informacje dotyczące czystości powietrza i bezpieczeństwa wokół szkół są dostępne na stronie

ulicaszkolna.pbd.org.pl.

eprasa.pl 54a6283d1c

3 CZERWCA 2023

60 lat 1963-2023 JEZIORA ZEGRZYŃSKIEGO

ŚWIĘTO GMINY NIEPORĘT

PATRON HONOROWY:

Marszałek Województwa Mazowieckiego

Powiat Legionowski

Gmina Nieporęt

Związek Gmin Zalewu Zegrzyńskiego

GODZ. 10.00 KONFERENCJA - 60 LAT JEZIORA ZEGRZYŃSKIEGO

PANELE DYSKUSYJNE Z UDZIAŁEM SAMORZĄDOWCÓW I WYBITNYCH SPORTOWCÓW:

„TERAŹNIEJSZOŚĆ I PRZYSZŁOŚĆ JEZIORA ZEGRZYŃSKIEGO"

„JEZIORO ZEGRZYŃSKIE DOMEM MISTRZÓW SPORTÓW WODNYCH"

GODZ. 16.00 ROZPOCZĘCIE ŚWIĘTA GMINY NIEPORĘT

FESTIWAL ATRAKCJI:

- ZAWODY SPORTOWE
- PREZENTACJE NA SCENIE
- STOISKA EDUKACYJNE I SOŁECKIE
- REJSY STATKIEM
- POKAZ STRAŻY POŻARNEJ
- SZANTY *ZA HORYZONTEM*
- MIASTECZKO Z BEZPŁATNYMI ATRAKCJAMI DLA DZIECI
- KONCERT ZESPOŁU *BRASS FEDERACJA*
- STREFA GASTRONOMICZNA I WIELE INNYCH...

GODZ. 21.00 GWIAZDA WIECZORU

PECTUS.

POKAZ LASEROWY

2.06.2023 REGATY O PUCHAR 60-LECIA JEZIORA ZEGRZYŃSKIEGO

JEZIORO NAS ŁĄCZY!

Zarząd Transportu Miejskiego · Bielany TOYOTA · GAZ system · GRODNO · Lantmännen Unibake · WIEŚCI NIEPORĘCKIE · BERICAP · STAL SERVICE · APS · CELSA GROUP · CELSA HUTA OSTROWIEC · KK POL · BRACIA 20 lat · POWIATOWA

Kompleks rekreacyjno-Wypoczynkowy Nieporęt-Pilawa, al.Wojska Polskiego 3, Nieporęt www.goknieporet.pl

eprasa.pl 54a6283d1c

Szaszłyki z mieloną wieprzowiną

Dzisiaj trochę w klimacie śródziemnomorskim, oczywiście z polskim akcentem.

Do tego świeże dodatki i sos tzatziki. Teraz skupimy się na samym mięsie. Myśląc o tym daniu, starałam się wepchnąć jak najwięcej warzyw, przy okazji każdy element wnosi inny smak i nieskromnie przyznam, że wyszło cudnie! Czy to nie wygląda pięknie?

Szaszłyki można przygotować w domu, ale świetnie sprawdzą się na grillu. Lepszy smak i wspólne dzielenie się jedzeniem. Bierzemy się do roboty, przepis na około 25 sztuk:

- 2kg mielonej łopatki wieprzowej
- duża cebula
- 2 łyżeczki wędzonej papryki
- 2 łyżeczki suszonego majeranku
- 2 łyżeczki czosnku niedźwiedziego
- gałązka świeżego rozmarynu
- 2 łyżeczki soli
- łyżeczka świeżo zmielonego pieprzu
- 1/2 łyżeczki kminku

Wrzucamy mięso do dużej miski, siekamy drobno cebulę i dodajemy do mięsa. Wrzucamy przyprawy i wyrabiamy wszystko dokładnie przez 4 min, żeby wszystko równomiernie się wymieszało. Bierzemy wykałaczki i rozprowadzamy mięso (80g) po całej długości zostawiając wolny centymetr po obu stronach. Taka gramatura jest odpowiednia na standardową długość wykałaczki. Mięsa nie będzie za dużo, przez co szaszłyki mogą się rozpaść i nie dopiec się tak samo, ani za mało, co z kolei mogłoby spowodować suchość mięsa.

Smażymy na średnim ogniu do zarumienienia się z każdej strony.

Jeżeli chcecie wzbogacić mięso, możecie dodać starty ser. Polecam owoc granatu, strzelające i kwaskowate kulki podczas jedzenia są miłą niespodzianką. Jak powiedziała moja siostra - to jest polski obiad bo jest chlebek mielony i surówka.

Można powiedzieć, że polski obiad w śródziemnomorskim wydaniu.

Został nam jeszcze sos i dodatki, ale przedstawię je w kolejnych postach, obserwujcie po więce ♥

Instagram: **niebezkozery22**

PAŁAC W JABŁONNIE
#poczujnaszahistorie

WESELA I PRZYJĘCIA POŚLUBNE

OSTATNIE TERMINY NA LATO 2023

Zapraszamy: tel. 531 093 982; 507 104 572,
info@palacjablonna.pan.pl

eprasa.pl 54a6283d1c

PKPCARGO Service

Zdobądź BEZPŁATNIE nowy zawód w branży kolejowej
– BRAK OGRANICZEŃ WIEKOWYCH.
PKP Cargo Service to spółka nr 1 na rynku – od lat przynosi zyski!

Dołącz do naszego zespołu, wybierając karierę w jednym z wielu oferowanych przez nas zawodów kolejowych:

1. Automatyk
2. Maszynista
3. Manewrowy
4. Ustawiacz
5. Toromistrz
6. Nastawniczy
7. Rewident taboru
8 Dyżurny ruchu
9. Inne

Nasza Spółka prowadzi działalność operacyjną w ośmiu województwach: mazowieckim, śląskim, małopolskim, dolnośląskim, zachodniopomorskim, pomorskim, wielkopolskim, opolskim.

Oferujemy pracę w stabilnym zespole, pewne i atrakcyjne wynagrodzenia (pensje, dodatki i premie miesięczne), stałą możliwość szkolenia i awansu.

Dofinansowujemy studia i kursy, prywatną opiekę zdrowotną oraz pakiety Multisport. Fundujemy bardzo wysokie zniżki na zakup biletów kolejowych dla pracowników i członków ich rodzin.

Dofinansowujemy wypoczynek. Z okazji Święta Kolejarza – 25 XI – pracownikom przysługuje dodatkowy dzień wolny od pracy.

Zadzwoń: 519 647 625

Aktualne ogłoszenia o naborach publikujemy na:
www.pkpcargoservice.com/kariera/na-jakie-stanowiska-rekrutujemy

PIĄTEK • 19 maja

TVP 1

04:40 Klan - telenowela
05:10 Dziedzictwo - serial
06:00 Wspaniałe stulecie - serial
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 kulturalny
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
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 Natura w Jedynce - Zwierzęta budują
14:00 Wspaniałe stuleci - serial
15:00 Wiadomości

15:20 ALARM! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictw - serial
17:00 Teleexpress
17:20 Jaka to melodia
17:55 Klan - serial
18:25 Leśniczówka - serial
19:00 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:15 ALARM! - magazyn
20:35 Krucjata. Prawo serii - serial kryminalny
21:35 U Pana Boga w ogródku - komedia
23:40 Kres niewinności - serial
00:40 Tokariew. Zabójca z przeszłości - film fabularny, prod. USA, 2014
02:25 Creed: Narodziny legendy - dramat USA, 2015
04:45 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
11:05 Mini audycja
11:15 Smaki świata - po iberyjsku - magazyn
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęści - serial
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
20:00 Przepis dnia
20:10 Barwy szczęści - serial
20:50 Postaw na milion - teleturniej
21:50 Tak to leciało! - teleturniej muzyczny
22:55 Kino relaks - Wyśpiewam ci miłość - film obyczajowy, prod. Szwecja, 2019, reż. Edward af Sillen, wyk. Malinn Akerman, Christian Hillborg, Jonas Karlsson
01:00 Przez ciasto do serca - komedia, prod. USA, 2018
02:40 Anatomia strachu - film fabularny, prod. USA, 2011, reż. Joel Schumacher, wyk. Nicolas Cage, Nicole Kidman, Ben Mendelsohn

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
15:50 Kuchenne rewolucje
16:55 Sekrety życia - program
17:55 Ukryta prawda - program
19:00 Fakty
19:30 Sport - informacje
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga! - program interwencyjny
20:00 Shrek Trzeci - film komedia, USA, reż. Chris Miller, wyk. Mike Myers, Eddie Murphy, Cameron Diaz, Antonio Banderas

22:00 Saga Zmierzch: Przed świtem Część II - horror, USA, reż. Bill Condon, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Peter Facinelli, Elizabeth Reaser, Ashley Greene, Michael Sheen
00:20 Kuba Wojewódzki - program
01:30 Superwizjer
02:25 Na granicy światów - serial
03:25 Uwaga!
03:45 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny
04:15 Recepta na stary dom - program edukacyjny
04:45 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy
05:10 Kto was tak urządził - inne poradnikowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat New
08:40 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:10 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:40 Sekrety rodziny - serial obyczajowy
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze - serial
12:50 Wydarzenia
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 - serial kryminalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda

20:05 Zróbmy sobie wnuka - film fabularny, Polska, 2003 Maniek i Gienia Koselowie to starsze małżeństwo prowadzące w samym centrum miasta ogromną plantację pomidorów. Oboje mają nadzieję, że wkrótce ich dzieci przejmą kontrolę nad rodzinnym biznesem. Niestety, ani syn Janek, ani córka Zosia - nie chcą prowadzić „pomidorowego" interesu.
21:55 Logan - film, USA, Kanada, 2016
00:55 Terminator 3: Bunt maszyn - USA, Niemcy, Wielka Brytania, 2003
03:25 Nasz Nowy Dom
04:25 Kabaretowa Ekstraklasa
04:40 Disco Gramy

TVP Kultura

07:00 Muzyczne poranki
07:30 Informacje kulturalne
07:55 Co dalej? - program publicystyczny
08:30 Mazurki nad Wisłą - Mariza Nawrocka - cykl reportaży
09:10 Akcja pod Arsenałem - dramat
11:00 Dom - serial TVP
12:45 Legendy Rocka - Pieśni dla ludu - cykl dok.
13:15 Legendy Rocka - Kobiety grające Rocka - cykl dok.
14:05 Rzeka - dramat, prod. Norwegia, Polska, Kazachstan, 2018
16:10 Mistrzowie pędzla - Świat Alfonsa Muchy - film dokumentalny
18:00 Res Poloniae
18:35 Dziecko szczęścia czyli Jeremi Przybora - reportaż
19:45 Reminiscencje z Opola - 17 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole

20:00 Wieczór kinomana - Dolina Bogów - dramat, prod. Polska, USA, 2019, reż. Lech Majewski, wyk. Josh Hartnett, Berenice Marlohe
22:20 Informacje kulturalne
22:45 Eureka biblioteka! - cykl reportaży
23:10 Etgar Keret. To się zdarzyło naprawdę - film dokumentalny
00:30 Czwartkowy klub filmowy - Spragnieni miłości - dramat, prod. Hongkong, Francja, 2000
02:15 Teraz animacje! - WE HAVE ONE HEART
02:30 Teraz animacje! - Ściany
02:50 Kino nocne - Biegnij, chłopcze, biegnij - dramat

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 - serial
13:00 Lekarze na start - serial obyczajowy
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
17:00 Lekarze na start - serial obyczajowy
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
20:00 Brudna sprawiedliwość - film akcji, USA 2022, reż. Edward Drake, wys. Bruce Willis, Devon Sawa, Luke Wilson, Sufe Bradshaw

21:55 Pitbull. Niebezpieczne kobiety - film akcji, Polska 2016. Wśród funkcjonariuszy przyjętych do policji jest wiele kobiet. Dwie z nich to Zuza (Joanna Kulig) i Jadźka (Anna Dereszowska). Na drodze świeżo upieczonych policjantek los szybko stawia starszych kolegów po fachu: Gebelsa (Andrzej Grabowski) i Majamiego (Piotr Stramowski). Ich doświadczenie okaże się bezcenne w starciu funkcjonariuszek ze skorumpowanymi przełożonymi…
03:45 Zobacz to! Blok powtórkowy - Dyżur
04:00 Menu na miarę

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 inne
18:25 Matki, córki, przyjaciółki - program lifestylowy
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 Ciekawy przypadek Benjamina Buttona - film obyczajowy, USA, 2008, reż. David Fincher, wyk. Brad Pitt, Cate Blanchett, Julia Ormond, Elias Koteas, Tilda Swinton Niezwykła opowieść o człowieku, który rodzi się jako starzec i stopniowo młodnieje. W roli tytułowej wystąpił Brad Pitt, którego kreacja aktorska zachwyciła i krytyków i widzów i została nagrodzona nominacją do Oskara dla najlepszego aktora w 2008.
23:30 365 dni - film erotyczny, Polska, 2020
01:50 Mój sąsiad morderc
03:50 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 Prometeusz. W 2089 archeologowie Elizabeth Shaw (Noomi Rapace) i Charlie Holloway (Logan Marshall-Green) odkrywają w Szkocji piktogramy wykonane ponad 35000 lat wcześniej.
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** Pod Twoją Obronę **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 **16:40** Prosto o gospodarce **17:00** Bôtë ju jidą. Pielgrzymka Rybacka **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 54a6283d1c

POWIAT LEGIONOWSKI
Przystań w sercu Mazowsza

NZOZ legionowo

SZPITAL mediq
PORADNIE SPECJALISTYCZNE

Bezpłatne badania

dla mieszkańców powiatu legionowskiego

Liczba miejsc ograniczona

fot. Designed by prostooleh / Freepik

PROFILAKTYKA:

nowotworów piersi **22 774 51 51** NZOZ Legionowo ul. Sowińskiego 4

nowotworów jelita grubego
nowotworów gruczołu krokowego **22 774 26 40** NZOZ MEDIQ Legionowo ul. Piłsudskiego 20

Program wczesnego wykrywania nowotworów wśród mieszkańców powiatu legionowskiego na lata 2023-2027

Szczegóły: **powiat-legionowski.pl**

maxim
CENTRUM HANDLOWE

SERDECZNIE ZAPRASZA
NA ZAKUPY
OD PONIEDZIAŁKU
DO SOBOTY
w GODZINACH 10.00 - 21.00

UL. SIWIŃSKIEGO 2
LEGIONOWO

eprasa.pl 54a6283d1c

eprasa.pl 54a6283d1c

SOBOTA • 20 maja

TVP 1

05:35 **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 - Najpiękniejsze zamki Karyntii**
11:15 **Fascynujące miejsca - Fascynujący Madagaskar - dzikie wybrzeża**
11:35 **Wiesz czy nie wiesz?**
12:35 **Gwiazdy w południe - Próba miłości** - western, prod. USA, 1975
14:10 **Z pamięci - Tamara Łempicka**
14:25 **Okrasa łamie przepisy**

14:55 **Korona królów. Jagiellonowie** - telenowela historyczna
17:00 **Teleexpress**
17:35 **Ojciec Mateusz** - serial
18:25 **Kulisy serialu Ojciec Mateusz**
18:40 **Jaka to melodia?**
19:30 **Wiadomości**
20:15 **ALARM!** - magazyn
20:35 **Komisarz Alex** - serial
21:30 **Hit na sobotę - Nieobliczalny** - film, prod. USA, 2020
23:10 **Creed: Narodziny legendy** - dramat, prod.USA, 2015
01:35 **Nigdy cię tu nie było** - film, prod. Wielka Brytania, Francja, USA, 2017
03:15 **Jaka to melodia**
04:50 **Z pamięci - Tamara Łempicka**

TVP 2

05:15 **Dla niesłyszących - Barwy szczęścia** - serial
07:00 **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** - program rozrywkowy
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 - Kombi**
17:45 **Dla niesłyszących - Słowo na niedzielę**
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej
18:45 **O mnie się nie martw**
19:35 **Reportaż kulturalny**
20:00 **60 lat minęło. Największe hity opolskich festiwali** - widowisko

22:00 **Last Vegas** - komedia, prod. USA, 2013, reż. Jon Turteltaub, wyk. Robert De Niro, Michael Douglas, Morgan Freemana
23:55 **Delikatność** - film fabularny, prod. Francja, 2011, reż. David Foenkinos, wyk. Audrey Tautou, Bruno Todeschini, Francois Damiens
01:55 **Wyśpiewam ci miłość** - film obyczajowy, prod. Szwecja, 2019
04:00 **Zmruż oczy** - film, reż. Andrzej Jakimowski, wyk. Zbigniew Zamachowski, Ola Prószyńska, Małgorzata Foremniak, Andrzej Chyra, Andrzej Mastalerz

TVN

05:35 **Uwaga!** - program interwencyjny
05:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
06:40 **Kuchenne rewolucje**
07:30 **Polowanie na ogród** - program ogrodniczy
08:00 **Dzień Dobry TVN**
11:30 **Na Wspólnej Omnibus** - serial, Polska
13:35 **Polowanie na ogród** - program ogrodniczy
14:15 **Lego Masters** - program
16:00 **Johnny English: Nokaut** - film, USA, Francja, Chiny, Wielka Brytania, reż. David Kerr, wyk. Rowan Atkinson, Ben Miller, Olga Kurylenko, Jake Lacy, Emma Thompson, Charles Dance
17:55 **Kuchenne rewolucje**
19:00 **Fakty** - informacje
19:25 **Sport** - informacje
19:35 **Pogoda**
19:45 **Uwaga!**
20:00 **Azja Express 3** - program

21:35 **Mamma mia** - film musical, USA, Niemcy, Wielka Brytania, reż. Phyllida Lloyd Christine Baranski, wyk. Meryl Streep, Pierce Brosnan, Colin Firth, Stellan Skarsgard, Julie Walters
23:55 **Ouija** - horror, USA, Japonia
01:50 **Największe polskie katastrofy** - program dokumentalny
02:50 **Szpital** - program obyczajowy
03:50 **Uwaga!**
04:10 **Zamieszkać na plaży** - program edukacyjny
04:40 **Recepta na stary dom** - program edukacyjny
05:10 **Jak to jest zrobione** - serial popularnonaukowy

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:05 **Daleko jeszcze?** - film fabularny USA, 2005
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** - serial dokumentalny
18:50 **Wydarzenia**
19:15 **Prezydenci i Premierzy** - program publicystyczny
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:15 **Liga Mistrzów w siatkówce: Finał Grupa Azoty ZAKSA Kędzierzyn Koźle - Jastrzębski Węgiel**

22:40 **Swingersi** - film Polska, Łotwa, 2020
Nuda i rutyna w związku? Seks spowszedniał jak mycie zębów, a ogień w sypialni wygasł, ograniczając się jedynie do standardowego „raz w miesiącu"? Komediowe perypetie trzech par nie pozostawiają złudzeń, że trawa zawsze wydaje się bardziej zielona u sąsiadów. Dorota marzy o namiętności jak w „Pięćdziesięciu twarzach Greya", ale jej partner Andrzej woli zabawę w gry na konsoli.
00:45 **Szybcy i wściekli 8** - film Chiny, USA, Japonia, 2017
03:35 **Świat według Kiepskich** - serial

TVP Kultura

07:00 **Maanam i goście** - koncert
08:05 **Informacje kulturalne**
08:30 **Wydarzenie aktualne**
08:55 **Tamte lata, tamte dni - Halina Kunicka** - magazyn
09:35 **Galeria sztuki na ekranie - Ja, Claude Monet**
10:40 **Serialowa nostalgia - Parada oszustów** - serial
11:45 **Mazurki nad Wisłą - Olga Stopińska** - cykl reportaży
12:25 **Tomcio Paluszek** - film familijny
14:05 **Eureka biblioteka!** - cykl reportaży
14:55 **Enter Enea Festival 2022** - koncert
15:45 **Teatr Telewizji - Do dna** - spektakl teatralny, reż. Ewa Kaim, wyk. Dominika Guzek, Agnieszka Kościelniak, Weronika Kowalska, Jan Marczewski, Łukasz Szczepanowski
17:50 **Do dzieła** - magazyn

18:20 **Retro kino - Zakazane zabawy** - dramat, prod. Francja, 1952, reż. René Clément, wyk. Philippe de Cherisey, Suzanne Courtal, Georges Poujouly
20:00 **Bilet do kina - Co mi zrobisz jak mnie złapiesz** - komedia
21:50 **Informacje kulturalne**
22:10 **Scena muzyczna - Kroke** - koncert
23:20 **Seans kultowy - Podglądacz** - dramat, prod. Wielka Brytania, 1960
01:10 **Wieczór kinomana - Dolina Bogów** - dramat
03:30 **Reżyserzy - Ernst Lubitsch**
04:30 **Informacje kulturalne**
05:15 **Tamte lata, tamte dni - Halina Kunicka** - magazyn

TV Puls

06:00 **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
07:50 **Lekarze na start** - serial obyczajowy. 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.
10:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy

20:00 **Mocne sobotnie kino - G.I. Joe: Odwet**
Świat stoi na krawędzi zagłady. Jeden człowiek naciskając jeden guzik może w sekundę zniszczyć wielkie miasto. To właśnie jego będą musieli pokonać żołnierze elitarnej jednostki G.I. Joe, dowodzonej przez Duke'a (Channing Tatum). Świetnie wyszkolona, sprawdzona w akcji ekipa ma dodatkowy atut: do oddziału dołącza legendarny twórca G.I. Joe, generał Joe Colton (Bruce Willis). Czy to wystarczy?
22:10 **Mechanik: Konfrontacja** - film akcji, USA
00:10 **Uciec, ale dokąd?** - film akcji, USA

TVN 7

05:05 **Szkoła** - program obyczajowy
06:00 **Wiza na miłość** - program
07:00 **Tom i Jerry Show** - animacja animowany)
07:30 **Lego przygoda II** - film komedia, Dania, Norwegia, Australia, USA 2019
09:50 **Matki, córki, przyjaciółki** - program lifestylowy
10:25 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
14:20 **Batman: Początek**- film przygodowy, USA, 2005
W jaki sposób jeden człowiek może zmienić świat?To pytanie prześladuje Bruce'a Wayne'a (Christian Bale) jak idmo rodziców zastrzelonych na jego oczach na ulicach miasta Gotham w nocy, która na zawsze zmieniła jego życie.
17:25 **Pacific Rim** - film przygodowy, USA, 2013

20:00 **Kong: Wyspa czaszki** - film przygodowy, USA, Chiny, 2017.
„Kong: Wyspa Czaszki" to wciągający oryginalny film przygodowy opowiadający o początkach legendy o mitycznym King Kongu. Film śledzi losy zespołu badaczy, którzy zapuszczają się w głąb niezbadanej wyspy położonej na Pacyfiku nie wiedząc, że wchodzą na teren należący do mitycznego King Konga.
22:40 **Wodny świat** - film przygodowy, USA, 1995
01:20 **Niepoczytalna** - film sensacyjny, USA, 2018
03:25 **Mój sąsiad morderca**
04:30 **Druga strona medalu** - talk show

TV 4

06:00 Galileo **11:00** K-911. Mike Dooley z policji Los Angeles od 10 lat pracuje z owczarkiem niemieckim, Jerrym Lee, który jest doskonałym partnerem i przyjacielem. Jerry Lee ma jednak swoje lata i przełożeni Mike'a sugerują, że pies jest już za stary do pracy w policji. Kapitan Byers przydziela im młodszy zespół do współpracy: piękną i przebojową detektyw Welles i jej świetnie wyszkolonego dobermana, Zeusa. Dooley i Jerry Lee nie są tym zachwyceni…
13:00 Bibliotekarz: Tajemnica włóczni **15:00** STOP Drogówka **17:00** Sługa Narodu
21:00 Rodzina na Maxa **23:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:00** Ukryta w ciemności **02:05** SuperLudzie Extra **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** Warto zauważyć… w mijającym tygodniu **12:50** Siódmy Sakrament **13:20** Ocalić od zapomnienia **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** Muzyczne chwile **14:30** Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela" **14:35** Matusia
15:30 Wierzę w Boga **15:50** Procesja Maryjna na Ukrainie **16:00** Informacje dnia **16:10** Historia PL **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 • 21 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**
08:25 **Okrasa łamie przepisy** - magazyn kulinarny
08:55 **Artur i Minimki** - film animowany
10:50 **Maria z Nazaretu** - serial
11:55 **Między ziemią a niebem**
12:00 **Regina Coeli** - transmisja
12:15 **Między ziemią**
12:55 **BBC w Jedynce - Wodopój. Afrykańska oaza zwierząt** - film dok.
13:50 **Z pamięci - Tamara Łempicka**
14:00 **Komisarz Alex** - serial

14:50 **U Pana Boga w ogródku** - komedia
17:00 **Teleexpress**
17:40 **Wiesz czy nie wiesz?** - teleturniej
18:40 **Jaka to melodia**
19:30 **Wiadomości**
20:20 **Kres niewinności** - serial
21:20 **Wiesz czy nie wiesz?** - teleturniej
22:20 **Zakochana Jedynka - Bezpieczna przystań** - film obyczajowy, prod. USA, 2013
00:20 **Nieobliczalny** - film obyczajowy, prod. USA, 2020
02:00 **Zawiłości uczuć** - film, prod. Niemcy, 2017
03:45 **Jaka to melodia?**
04:35 **Z pamięci - Tamara Łempicka**

TVP 2

05:50 **Dla niesłyszących - Barwy szczęścia** - serial
06:25 **Dla niesłyszących - Barwy szczęścia** - serial
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** - widowisko muzyczne
15:25 **Szansa na sukces. Opole 2023 - Finał** - widowisko muzyczne
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 **Złodziej tożsamości. Historia prawdziwa** - film fabularny, prod. USA, 2015, reż. Rupert Goold, wyk. Jonah Hill, James Franco
22:55 **Kino bez granic - Vice** - dramat, prod. USA, 2018, reż. Adam McKay, wyk. Amy Adams, Steve Carell, Christian Bale
01:20 **Czuwaj** - film fabularny, reż. Robert Gliński, wyk. Mateusz Więcławek, Jakub Zając, Maciej Musiałowski, Leszek Lichota
03:00 **Last Vegas** - komedia, prod. USA, 2013, reż. Jon Turteltaub, wyk. Robert De Niro, Michael Douglas, Morgan Freeman, Kevin Kline, Mary Steenburgen, Jerry Ferrara

TVN

05:50 **Uwaga!**
06:05 **Wyluzuj, Scooby Doo!** - serial animowany
07:00 **Kuchenne rewolucje**
08:00 **Dzień Dobry TVN**
11:30 **Nastolatki rządzą... kasą** - program
12:35 **Co za tydzień** - magazyn rozrywkowy
13:15 **MasterChef**
14:15 **Azja Express 3** - program
15:55 **Shrek Trzeci** - film komedia, USA, reż. Chris Miller, wyk. Mike Myers, Eddie Murphy, Cameron Diaz, Antonio Banderas
17:55 **Ugotowani w parach** - program
19:00 **Fakty** - informacje
19:25 **Sport** - informacje
19:35 **Pogoda**
19:45 **Uwaga!** - program interwencyjny
20:00 **MasterChef** - Wielkie Grillowanie - program
21:00 **Mój agent** - serial

22:05 **Mroczny rycerz** - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, reż. Christopher Nolan, wyk. Christian Bale, Heath Ledger, Aaron Eckhart, Michael Caine, Maggie Gyllenhaal, Gary Oldman, Morgan Freeman, Cillian Murphy
01:05 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
02:05 **Uprowadzona** - serial
03:05 **Szpital** - program obyczajowy
04:05 **Uwaga!**
04:25 **Zamieszkać na plaży** - program edukacyjny
04:55 **Recepta na stary dom** - program edukacyjny
05:25 **Jak to jest zrobione** - serial popularnonaukowy

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:15 **Hotel Transylvania 3** - film animowany USA, Korea Południowa, 2018
10:35 **Karate Kid** - film fabularny USA, Chiny, 2010
13:35 **Sing** - film fabularny Japonia, USA, Francja, 2016
15:50 **Zróbmy sobie wnuka** - film fabularny, Polska, 2003, wyk. Bujakiewicz Katarzyna, Deląg Paweł, Grabowski Andrzej, Kożuchowska Małgorzata, Zamachowski Zbigniew, Żółkowska Joanna
17:40 **Nasz Nowy Dom**
18:50 **Wydarzenia** - serwis informacyjny
19:20 **Sport**
19:25 **Pogoda**
19:30 **Państwo w Państwie** - program interwencyjny
20:00 **Letnia Klinika Skeczów Męczących** - kabaret

22:10 **Wykiwać klawisza** - film, USA, 2005
Do jednego z najcięższych więzień, Allenville, trafia za jazdę po pijanemu była gwiazda amerykańskiego futbolu, Paul "Wrecking" Crewe. Naczelnik więzienia Warden Hazen postanawia wykorzystać jego talent. Namawia go do zorganizowania drużyny futbolowej, w skład której wejdą sami więźniowie. Powołany przez Crewe'a zespół ma zamiar zmierzyć się z przeciwnikami, grupą strażników.
00:45 **Niepamięć** - film USA, 2013
03:30 **Świat według Kiepskich** - serial
04:40 **Disco Gramy**

TVP Kultura

06:45 **Majewska - Korcz** - widowisko
07:40 **Uroczystość wyświęcenia cerkwi Hagia Sophia w Warszawie**
09:05 **Od ucha do ucha**
09:45 **Czeskie śniadanie** - Szpital na peryferiach - serial
10:55 **Trzeci punkt widzenia**
11:30 **Bilet do kina - Co mi zrobisz jak mnie złapiesz** - komedia
13:25 **Wędrowiec Polski**
14:05 **Jakub Józef Orliński - Oblicza miłości** - koncert
15:30 **Młody duch tańca** - reportaż z Japonii
16:10 **Serialowa nostalgia** - serial TVP
17:15 **Niedziela z... Romanem Lasockim** - Jakub Trawkowski
19:00 **Młody Tancerz Roku 2023 - półfinał** - widowisko artystyczne

20:25 **Nevada Smith** - western, prod. USA,1966, reż. Henry Hathaway, wyk. Steve Mc Queen, Karl Malden, Brian Keith, Martin Landau
22:45 **Informacje kulturalne**
23:10 **Trzeci punkt widzenia** - program publicystyczny
23:50 **Dookoła świata z Camille'em Saint** - koncert
01:35 **Taka zwykła historia** - film obyczajowy, prod. Francja, Niemcy, 1978
03:35 **Teraz animacje! - We Have One Heart**
03:45 **Teraz animacje! - Ściany**
04:10 **Legendy Rocka - Amerykański Punk Rock** - cykl dokumentalny
04:45 **Informacje kulturalne**
05:15 **Podróże z historią**

TV Puls

05:45 **Kobra - oddział specjalny** - serial fabularny
07:45 **Żandarm z Saint-Tropez** - komedia francuska
09:45 **Żandarm w Nowym Jorku**- komedia francuska
11:50 **Pokojówka na Manhattanie** - komedia, USA 2002
13:55 **Johnny English: Reaktywacja** - komedia, Francja
16:00 **Dorwać Smarta** - komedia, USA 2008
18:25 **Pech to nie grzech** - komedia, Polska 2018, Barbara Kurdej-Szatan, Mikołaj Roznerski i Krzysztof Czeczot udowodnią, że z pechem da się wygrać! Natalia (Maria Dębska) to odnosząca sukcesy bizneswoman. Niestety poza spektakularną karierą, nie ma zbyt wielu powodów do radości…

20:00 **Super niedziela z gwiazdami: Anna** - akcja, Francja, USA, Kanada, Rosja 2019. Anna to młoda, piękna dziewczyna, która odnosi spektakularne sukcesy. W błyskawicznym czasie z mało znanej modelki z Moskwy wkroczyła na salony. Pewnego dnia przypadkowo pojawiła się w hotelu pewnej bardzo tajemniczej i niebezpiecznej osoby…
22:15 **Helikopter w ogniu** - akcja, USA, 2001
01:15 **Ja, Irena i ja** - komedia, USA, 2000
03:45 **Zobacz to! Blok powtórkowy** - Taki jest świat
04:20 **Biesiada na cztery pory roku**

TVN 7

05:05 **Szkoła** - program obyczajowy
06:05 **Wiza na miłość** - program
07:00 **Tom i Jerry Show** - animacja animowany
07:30 **Lego Ninjago** - Lego przygoda II - film komedia, Dania, Norwegia, Australia, USA 2019
09:35 **Ten moment** - program obyczajowy
10:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
15:10 **Mój przyjaciel delfin** - film przygodowy, USA, 2011. Poruszająca historia delfina, który wpada w sidła zastawione przez rybaków i traci płetwę. Dzięki pomocy chłopca o imieniu Sawyer i jego nowych przyjaciół ma jednak szansę na nowe życie.
17:35 **Kong: Wyspa czaszki** - film przygodowy, USA, Chiny, 2017

20:00 **Pacific Rim: Rebelia** - film, 2018. Zbuntowany Jake Pentecost, niegdyś obiecujący pilot bojowych robotów Jaeger, musi zjednoczyć siły z siostrą, aby ponownie ocalić Ziemię przed zagładą Kaiju. Legendarny ojciec Jake'a oddał życie, by zapewnić ludzkości zwycięstwo nad potwornym Kaiju. Od tego czasu Jake został wciągnięty do przestępczego półświatka.
22:25 **Szefowie-wrogowie** - film komedia, USA, 2011
00:30 **Godziny szczytu III** - film sensacyjny, 2007
02:20 **Mój sąsiad morderca**
04:20 **Druga strona medalu** - talk show

TV 4

06:00 Wielkie tajemnice historii **07:00** Samochody, które podbiły świat **08:00** Galileo
10:00 Gliniarz w przedszkolu **12:05** Bibliotekarz: Tajemnice kopalni króla Salomona
14:15 Stalingrad **17:00** Gwiazdy Kabaretu **18:00** Łowcy Skarbów. Kto da więcej
20:00 Lot 93 z Newark. 11 września 2001 roku terroryści porywają samolot lecący z Newark w stanie New Jersey, w kierunku San Francisco. Z rozmów telefonicznych pasażerowie lotu 93 dowiadują się, że inne porwane tego dnia samoloty, rozbite zostały o budynki WTC i Pentagonu. Chcą zapobiec kolejnej tragedii wszczynają bunt…
21:55 Krampus. Duch świąt **00:00** U progu katastrofy **01:55** Śmierć na 1000 sposobów **02:25** Disco Polo Life **03:25** Top 10 - Lista Przebojów

TV Trwam

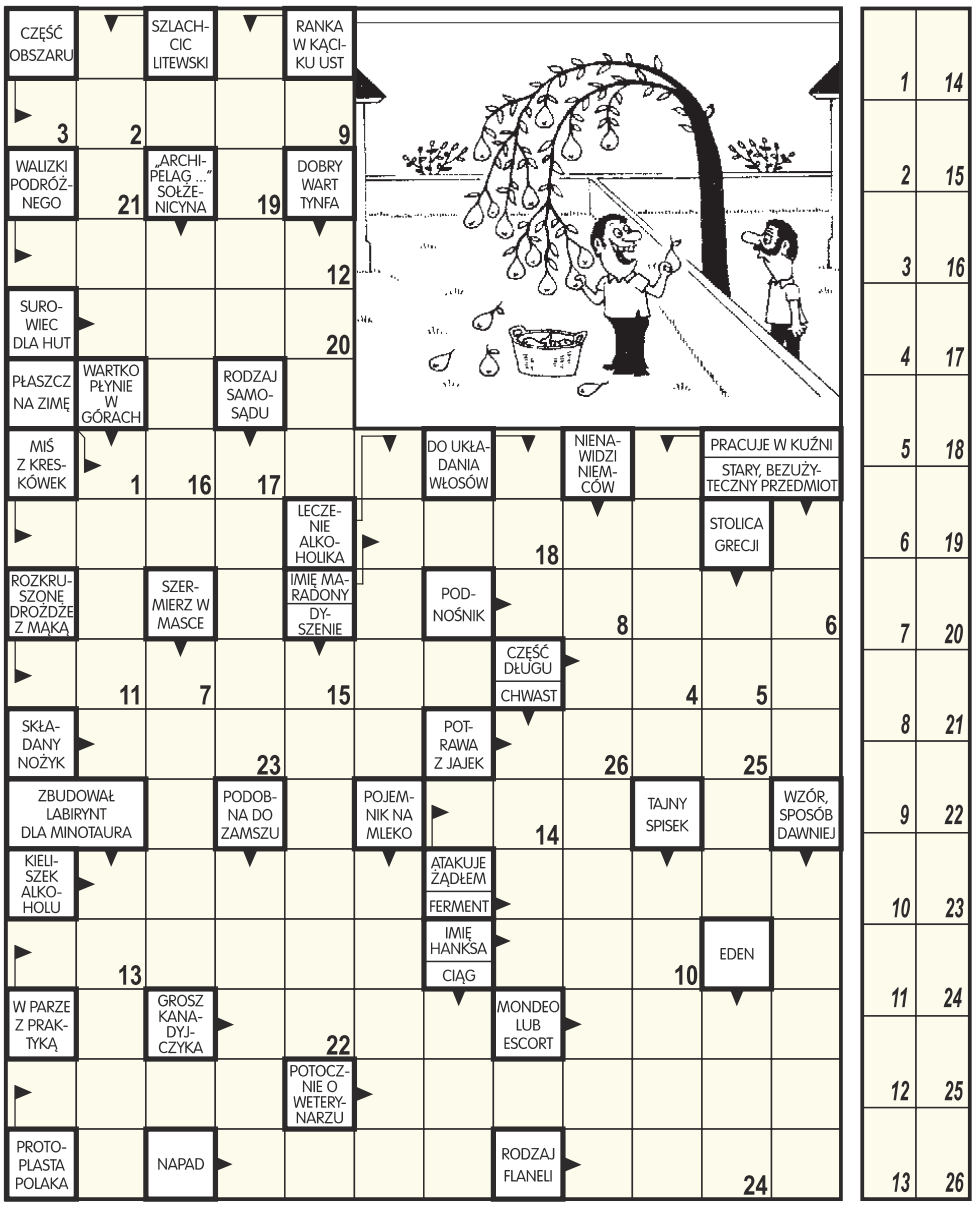
12:00 Regina Coeli z Ojcem Świętym Franciszkiem **12:15** Papież Polak do Rodaków **13:10** „Jan Paweł II - Brat naszego Boga" - Koncert z Kościoła pw. Św. Brata Alberta w Krakowie **15:00** Wieś - to też Polska
16:00 Informacje dnia **16:10** Koncert życzeń **16:50** Polscy werbiści w Brazylii Centralnej **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 54a6283d1c

ROZRYWKOWE TO i OWO nr 314

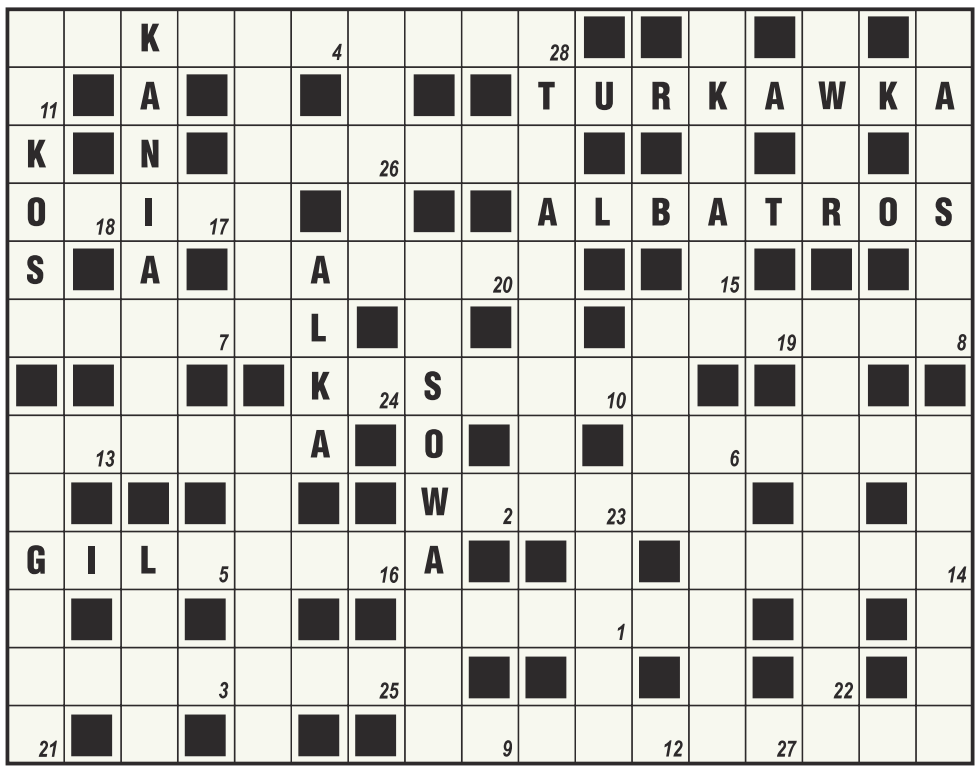
Redaguje: Władysław Firlik

1. CZYJA GRUSZA, TEGO OWOC



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 26 utworzą wypowiedź sąsiada.

2. JOLKA Z ŻYCIOWYM MOTTEM



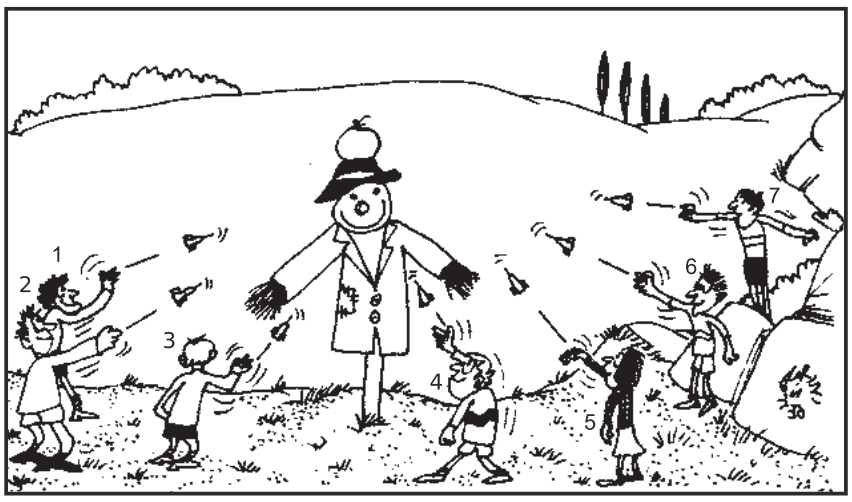
Objaśnienia podano w innym szyku niż kolejność wyrazów w diagramie, do którego wpisano nazwy kilku ptaków. Litery z pól ponumerowanych od 1 do 28 utworzą przysłowie rosyjskie.

- wśród żywiołów,
- mityczna zatopiona wyspa,
- marża,
- gęste zarośla,
- środek do impregnacji drewna,
- do cięcia papieru,
- żona Balzaka,
- beksa,
- omasta,
- pieniężny lub w naturze,
- pasożytuje na koniczynie,
- glinka porcelanowa,
- PiS lub PO,
- filmowy poszukiwacz miliona,
- masońska,
- „rządowa" marka samochodu,
- dzieło,
- do ścinania głów,
- piastunka,
- ma ją król,
- liczba wskazująca kolejną stronę druku,
- ojciec Niobe,
- ustęp w tekście,
- cechuje „ostry" dowcip,
- 6 cyfr z 49,
- długoterminowa rat,
- pchnięcie szpadą,
- z zamkiem i klamką,
- popiół z miałem węglowym,
- drugie co do wielkości miasto słowackie,
- muza od erotyków,
- witka.

3. ANAGRAM

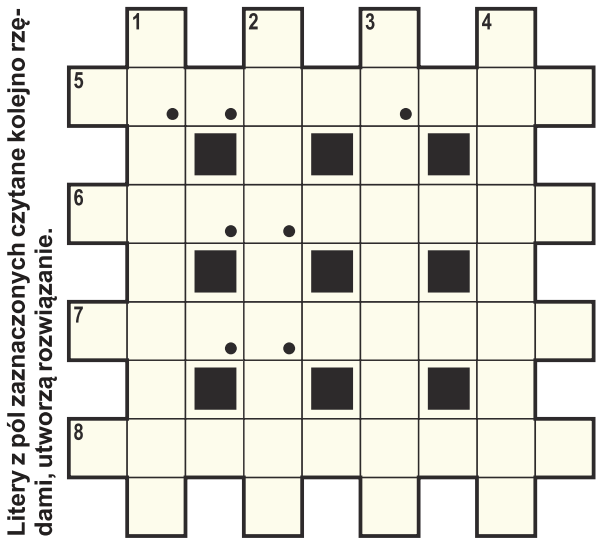
Gdy _ _ _ / _ _ _ dla piskląt gniazdo,
_ _ _ _ _ _ tak mu pięknie śpiewał,
że w podziwie niemym siadło
grono wróbli wokół drzewa.

4. STRACH NA CELOWNIKU



Które z dzieci (spośród 1 -7) trafi w sam środek jabłka będącego na głowie stracha na wróble?

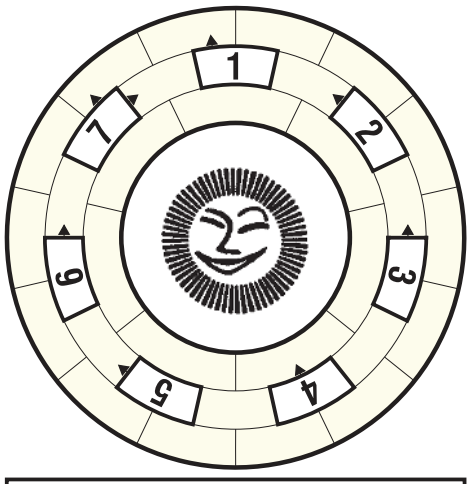
5. KRZYŻÓWKA

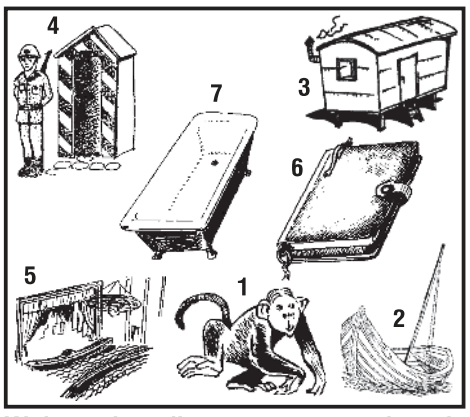


Litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.

1) bada zjawiska zachodzące na obszarach dużych wód, **2)** zna się na rybach, **3)** wolnomularstwo, **4)** legowisko gadów jadowitych, **5)** „cicha woda", **6)** zna się na sztuce kulinarnej, **7)** powieść Bohdana Czeszki, **8)** arena dla łyżwiarzy.

6. WIRÓWKA OBRAZKOWA

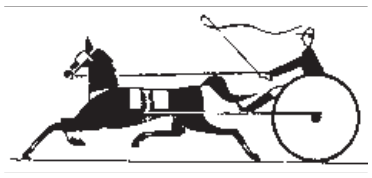




Wpisz do diagramu prawoskrętnie wszystkie nazwy rysunków tak, aby bezbłędnie powstało rozwiązanie zadania.

7. NUMERIADA

Czemu nie rozumiesz śpiewu ptaków,
szumu lasów i ciszy błoni,
czemu nie wyławiasz dźwięków, znaków,
które 10_ 9_ 14_ 1_ 7_ od pola goni ?
Czemu tak ci obca, tak daleka, nieznajoma
jest muzyka 10_ 11_ 1_ 7_ 12_ 2_ 3_ 6_ 15_ 16_ 4_ 14_
czas w spokojnych wiejskich domach ?
Czemu nie dostrzegasz życia ziemi,
śladów saren i lisich tropów,
czemu nie przystajesz, gdy się mieni
w słońcu droga w czas roztopów ?
Czemu tak ci obcy, 13_ 9_ 17_ 12_ 13_ 14_ 15_ 5_ 3_ 2_ ,
tak daleki zapach gumien, łąk o rosie,
głos wezbranej deszczem rzeki ?
4_ 12_ 17_ 3_ 6_ ze snu rankiem cię nie budzi
zapach kwiatów rosnących dziko,
czemu nie pojmujesz nędzy ludzi,
kiedy zboża z pól już 13_ 9_ 8_ 13_ 16_ ?
Czemu nieznajome, tak dalekie, obce takie
cięcie 8_ 5_ 11_ 16_ , turkot wozów,
noc, co spada z nieba ptakiem ?



8. UZUPEŁNIANKA

Widocznymi literami należy wypełnić puste pola diagramu tak, aby w poszczególnych rzędach, kolumnach i na obu przekątnych każda litera występowała tylko raz.

P	I				
	R	A			
			M	I	
				D	A

1	2	3	4	5	6	7	5
8	9	10	11	9	12	13	14
15	16	15	17	13	5	12	4
12	2	1	14	13	17	8	■

9. KALAMBUR

Gdy wojskowa grupa bieży,
to nie w stronę moździeży.

ROZRYWKOWE TO i OWO
KUPON - 314

eprasa.pl 54a6283d1c

USŁUGI REMONTOWO-BUDOWLANE

Planujesz remont, wykończenie wnętrza?
Czekamy na Twój telefon!
Posiadamy długoletnie doświadczenie w pracach remontowo - budowlanych.

Wykonujemy: ścianki działowe, szpachlowanie, gładzie, malowanie, płytki, panele.

Solidne wykonanie i rozsądne stawki!

Tel. 665 527 683

Spółdzielnia Mieszkaniowa
Lokatorsko-Własnościowa w Pułtusku
ul. Tysiąclecia 11 tel. 23 692-52-27 i 23 692-55-82
ogłasza przetarg:

1/ przetarg nieograniczony na remont elewacji i ścian zewnętrznych budynku wielorodzinnego wraz z niezbędną naprawą pokrycia dachowego papą termozgrzewalną z wymianą elementów blacharskich i docieplenie dachu metodą wdmuchiwania styropianu granulowanego lub wełny mineralnej na budynku przy ulicy Pana Tadeusza 2 w Pułtusku.

Wymagany termin realizacji robót do dnia 30.10.2023 r.
Oferty należy złożyć w sekretariacie Spółdzielni w terminie do dnia 24.05.2023 r.
Specyfikację Istotnych Warunków Zamówienia za odpłatnością 500 zł można odebrać w siedzibie Spółdzielni ul. Tysiąclecia 11 pokój nr 5 tel.23 692-52-27.
Wadium w kwocie 5.000 zł należy wpłacić na konto Spółdzielni PKO/Pułtusk Nr 10 1020 1592 0000 2902 0012 3323 do dnia 24.05.2023 r.
Otwarcie ofert nastąpi w siedzibie Spółdzielni pokój nr 11 w dniu 25.05.2023 r. o godz.10^{00}
Zastrzegamy sobie prawo do swobodnego wyboru ofert, prowadzenia dodatkowych rokowań lub unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

Burmistrz Miasta Pułtusk

Informuje, że został wywieszony na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Pułtusku (ul. Rynek 41) oraz zamieszczony na stronie Biuletynu Informacji Publicznej tut. Urzędu, jak również na stronie Urzędu Miejskiego w Pułtusku na okres 6 tygodni (licząc od dnia ukazania się niniejszego ogłoszenia w prasie) wykaz o przeznaczeniu do zamiany działek położonych w obrębie 24 miasta Pułtusk, oznaczonych numerami ewidencyjnymi 26/17 o pow. 0,3261 ha oraz 26/18 o powierzchni 0,3103 ha stanowiących własność Gminy Pułtusk na prawo własności lokali mieszkalnych: Nr 1 o pow. użytkowej 22,80 m^2 wraz z pomieszczeniem przynależnym o pow. 5,33 m^2, Nr 5 o pow. użytkowej 33,85 m^2 wraz z pomieszczeniami przynależnymi o pow. 5,27 m^2 i 4,52 m^2 oraz Nr 6 o pow. użytkowej 57,40 m^2 wraz z pomieszczeniem przynależnym o pow. 3,50 m^2 wraz z przypadającymi na te lokale udziałami w nieruchomości wspólnej, tj. gruncie oraz częściach budynku, które nie służą wyłącznie do użytku właścicieli poszczególnych lokali mieszczących się w budynku przy ul. Białowiejskiej 5a,stanowiących własność Powiatu Pułtuskiego.

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

PRACA

dam pracę

- Produkcja chusteczek nawilżających. 2-3 zmiany. Również dla osób z niepełnosprawnością. Radzymin. 734 108 163
  PUL 53040
- Szukam opiekunki dla osoby chorej. Zarządzanie domem, umowa zlecenie, dobre warunki finansowe. Jabłonna. Nr tel: 669-196-818
  LEG 53021
- Zatrudnię dozorcę praca w Łubienicy 510 220 630
  PUL 53041
- Zatrudnię Główną Księgową/Kadry w firmie transportowej w Wyszkowie, więcej informacji: 608744290
  PUL 52988
- Zatrudnię księgową z doświadczeniem. Praca w firmie transportowej na terenie Wyszkowa. Oferujemy stałą pracę, dobre warunki i wysokie wynagrodzenie. Kontakt: Sylwia +48 785 070 027
  PUL 53044
- Zatrudnię Spedytora w firmie transportowej w Wyszkowie, więcej informacji: 606307425
  PUL 52989

szukam pracy

- Dyplomowany ogrodnik wykona prace pielęgnacyjne ogrodów, koszenie trawy, wertykulacja, przycinanie żywopłotów, pielenie itp. 602234237
  LEG 52954
- Posprzątam działkę. Tel: 793-319-650
  LEG 53020

AUTO-MOTO

sprzedam

- KUPIĘ KAŻDE AUTO OSOBOWE DOSTAWCZE BUSY MOTORY SKUTER QUADY KAMPERY ORAZ PRZYCZEPY CAMPINGOWE NATYCHMIASTOWY ODBIÓR SZYBKA WYCENA NAJLEPSZE CENY NA RYNKU ZAŚWIADCZENIA DO KASACJI MOGĄ BYĆ BEZ OPŁAT I Z OPŁATAMI SKORODOWANE NIE NA CHODZIE ORAZ ŁADNE I W PEŁNI SPRAWNE 507-188-144
  LEG 52818
- Renault Thalia 2004, 193 tys. km, pierwszy właściciel, bezwypadkowy cena 2,5 tys. zł. tel. 605404724
  LEG 52972

EDUKACJA

korepetycje

- **Doświadczony nauczyciel matematyki - szkoła podstawowa, ponadpodstawowa - skutecznie. Tel: 506710424**
  LEG 52978
- Matematyka: szkoła podstawowa, liceum, matura. Legionowo, tel. 666 909 018
  LEG 53006

ZDROWIE

inne

- Sklep Medyczny Samo Zdrowie Art. rehabilitacyjne, opieka nad chorym, art. ortopedyczne, wózki inwalidzkie, chodziki, balkoniki, kule inwalidzkie, produkty stomijne, łóżka dla chorych, produkty dla amazonek. Legionowo, ul. Zegrzyńska 1d 736 655 545
  leg 52969

SPORT i URODA

TURYSTYKA

USŁUGI

remont i budowa

- **Docieplanie Budynków Szybko Tanio Solidnie 502 053 214**
  PUL 52814
- Glazura solidnie 602670035
  NDM 52960
- Malowanie, tapetowanie, remonty, osobiście 694065757
  LEG 52817

Mycie i malowanie dachów, elewacji i kostki brukowej 507567910
PUL 52898

- Sprzedam 14 tys. szt cegły czerwonej ceramicznej z rozbiórki oraz białej nieużywanej. Tel: 604 898 932
  PUL 53038
- Usługi bud. od A do Z. Więźby, ogrodzenia, elewacje 603485182
  PUL 52957

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

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

ZŁOTA RĄCZKA - usługi budowlane, hydrauliczne, elektryka, mniejsze i większe remonty. Szybko, tanio i solidnie. Referencje. 735953829
LEG 52638

ogrodnicze

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

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

inne

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

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam mieszkanie

- L-wo ul. Zegrzyńska, M3, parter z ogródkiem i balkonem 602222431
  LEG 52984

sprzedam dom

- Gąsocin, 50m2, działka 600m2, cena 200 tys. do negocjacji 602222431
  LEG 52979
- L-wo, 220m2, działka 850m2, dom dwudziestoletni, murowany, wszystkie media 602222431
  LEG 52982

sprzedam działkę

- Działkę budowlaną w Obrytem, ogrodzona, uzbrojona 664054541
  PUL 53045

Działki budowlane gmina Serock (Dębe, Izbica, Wola Smolana), bezpośrednio 604795774
LEG 52947

- Gromin działki bud. z warunkami zabudowy 516 505 049
  PUL 52973
- Jabłonna - 1200m2, 1500m2, Chotomów - 1300m2; pod bliźniaki 602222431
  LEG 52981
- Janopol k. Nowego Miasta, pod domki rekreacyjne, 13 500m2, prąd, cena 30zł/m2, tel. 602222431
  LEG 52980
- Okolice Woli Kiełpińskiej, 3ha pod usługi i budownictwo 602222431
  LEG 52985

INFORMACJA

o wywieszeniu wykazu nr 9/2023 z dnia 12.05.2023 r. nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy

Wójt Gminy Jabłonna stosownie do dyspozycji zawartych w art. 35 ust. 1 i 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami, podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy informacyjnej oraz na stronach internetowych Urzędu Gminy Jabłonna, na okres 21 dni, został zamieszczony wykaz nr 9/2023 nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy.

Dodatkowych informacji udziela
Referat Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami
Urzędu Gminy Jabłonna - tel. 22 767 73 11

Nowy Dwór Mazowiecki, 08.05.2023r.

AB.6740.157.2023

OBWIESZCZENIE
o wszczęciu postępowania

Na podstawie art. 61 § 4 w związku z art. 10 § 1, art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960r. – Kodeks postępowania administracyjnego (tj. Dz.U. z 2023r., poz. 775) oraz art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10.04.2003r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tj. Dz. U. z 2023r., poz. 162)

Starosta Nowodworski zawiadamia

że zostało wszczęte postępowanie administracyjne na wniosek **Wójta Gminy Czosnów** ul. Gminna 6, 05-152 Czosnów z dnia **18.04.2023r.** w sprawie wydania zamiennej decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej polegającej na: rozbudowie DG 240108W w gminie Czosnów na odcinku od km. 1+589 do km. 1+699 na terenie dz. nr ew. 141(141/5, **141/6**), 142(142/5, **142/6**), **143/2, 144/11, 140/2, 139/2, 138/2, 145/5, 144/7, 400** obręb 0010 Czeczotki gm. Czosnów i dz. nr ew. 71(**71/3**, 71/4), **70/1, 72/1, 72/4** obręb 0007 Cybulice gm. Czosnów w zakresie zmiany numerów działek powstałych w wyniku podziału działek 141 i 142 oraz w zakresie wskazania działki nr ew. 71 do podziału i przeznaczenia części **71/3** pod projektowany pas drogowy

*(przed nawiasem podano działki podlegające podziałowi – w nawiasach wyszczególniono działki po podziale; **pogrubionym drukiem** zaznaczono działki przeznaczone pod inwestycję drogową);*

Pouczenie

Zgodnie z art. 10 §1 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 roku Kodeks postępowania administracyjnego (tj. Dz.U. z 2023r., poz. 775) - Organy administracji publicznej obowiązane są zapewnić stronom czynny udział w każdym stadium postępowania, a przed wydaniem decyzji umożliwić im wypowiedzenie się co do zebranych dowodów i materiałów oraz zgłoszonych żądań. W związku z powyższym, informuje się strony, że w terminie 7 dni od dokonania zawiadomienia, mogą zapoznać się z aktami sprawy, uzyskać wyjaśnienia w sprawie, zgłaszać uwagi i zastrzeżenia oraz składać wnioski w Wydziale Architektury i Budownictwa Starostwa Powiatowego w Nowym Dworze Mazowieckim, ul. I. Paderewskiego 1B w godzinach pracy urzędu: poniedziałek w godz. 8^{00}-17^{00}, wtorek-czwartek w godz. 8^{00}-16^{00}, piątek w godz. 8^{00}-15^{00}.
Jednocześnie zawiadamiam, że zgodnie z art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960r. Kodeks postępowania administracyjnego (tj. Dz. U. 2023r. poz.775) zawiadomienie stron postępowania uważa się za dokonane **po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia** w Starostwie Powiatowym w Nowym Dworze Mazowieckim przy ul. I. Paderewskiego 1B , w Urzędzie Gminy Czosnów przy ul. Gminnej 6, urzędowych publikatorach teleinformatycznych – Biuletynie Informacji Publicznej w/w urzędów, a także w prasie lokalnej „Tygodnik Nowodworski.
Wgląd w akta jest nieobowiązkowy.

Z up. STAROSTY
WICESTAROSTA /-/Paweł Calak

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

TEL. **991**

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

POWIAT LEGIONOWSKI

Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
16.05.2023	Skrzeszew ul. Szkolna od 1 do 9, 11, 13, 13A, 15, 15A, 17, 19, 19A, 23, 25, 34 ul. Jana Brzechwy ul. Polna 22, 22A, 22B, 23, 24, 24A-D, 25, 26, 28, 29, 29A-Z, 30, 30A-Z, 31, 32, 32A, 32B, 33, 35, 36, 37, 37A-Z, 39, 39A-Z, 41, 41A-Z, 43, 45	04-1546 (SKRZESZEW 6)	09:00-13:00
17.05.2023	Legionowo ul. Słoneczna od 1 do 8 ul. Wąska od 1 do 83 ul. Nowa ul. Aleksandra Wilcza od 1 do 10A, 11, 13, 13A, 15, 17, 19, 21 ul. Polna 43 ul. Strużańska 32 ul. Balonowa	04-0806 (LEGIONOWO WĄSKA)	09:00-13:00
17.05.2023	Serock ul. Czesława Niemena	04-0744 (SEROCK WYZWOLENIA)	09:00 -13:00

POWIAT NOWODWORSKI

Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
16.05.2023	Nowe Grochale 27, 50, 54, 59, 71, 72, 74, 75, 76, 77, 14C, 29B, 80A, dz. 172/7, 302/10, 96/2, 47, 29F, dz. 170/10, 302/17, 97/4	04-0969 (GROCHALE NOWE 3)	9:00-11:00

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

eprasa.pl 54a6283d1c

■ Sprzedam działkę budowlaną w Chotomowie 4651 m 2, dojazd od ul. Gdańskiej. Działka objęta jest planem zagospodarowania przestrzennego. Teren ten jest oznakowany MN - dopuszczona jest zabudowa mieszkaniowa jednorodzinna, domy wolnostojące i bliźniacze, dopuszczona jest również działalność usługowa, nie uciążliwa dla środowiska. Na działce są młode drzewka (samosiejki) i kilka starszych dębów i sosen. Można zbierać prawdziwki. Działka od strony wschodniej sąsiaduje z łąką. Położenie, drzewa i rozmiar terenu dają tu przyjemne poczucie bycia na uboczu, w przyrodzie; a jednocześnie stacja, usługi, czy inne domy mieszkalne są bardzo blisko. Do stacji kolejowej 10 min. piechotą lub 3 min. samochodem. Do Warszawy 35min. samochodem. Do Jeziora Zegrzyńskiego 20min samochodem. Cena 280 zł za m2
Tel 502055002
LEG 53015

■ **Sprzedam działkę pod zabudowę mieszkaniowo-usługową W-wa Płudy ul. Wałuszewska 1760 m.kw.**
Tel. 666 390 939
LEG 53051

■ Wieliszew, 1409m2, cena do uzgodnienia 602222431
LEG 52983

kupię nieruchomość

■ Kupię za gotówkę mieszkanie do remontu w Nowym Dworze Mazowieckim do 45m2 tel. 605-325-056
NDM 52741

do wynajęcia

■ Do wynajęcia w Pułtusku mieszkanie dla kobiety b. tanio 509661909
PUL 53014

■ **Nowy Dwór Maz. lokal użytkowy 110m2 na hurtownię lub działalność rzemieślniczą 22 775 23 81**
NDM 52992

■ Wynajmę mieszkanie 30m2, umeblowane, AGD.
Tel: 699 973 969
LEG 53050

poszukuję do wynajęcia

■ Poszukuję niedrogiego M-3 w Legionowie.
7876-846-259
LEG 52931

inne

■ Zamienię własnościowe M-4, I piętro w Serocku na mniejsze z dopłatą tel. 696 130 533
PUL 53013

ROLNICTWO

sprzedam

■ Kombajn ziemniaczany, rozrzutnik, przyczepę rolniczą, nowy piec węglowy 518 434 830
PUL 53009

■ Sprzedam ule warszawskie wraz z pszczołami oraz miodarkę z zasilaniem. Tel. 23 692 14 64
PUL 53042

inne

■ Dotacja unijna z programu „Modernizacja Gospodarstw Rolnych" – obszar D. Termin naboru wniosków czerwiec, lipiec 2023 r. Nowa kwota wsparcia 250 tys. na zakup nowych maszyn rolniczych. Wypełnianie wniosków, dojazd do rolników tel. 795931529
PUL 53039

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

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

ZWIERZĘTA

na 4 łapy

■ Boston to 2-letni dużej wielkości psiak, który przybył do Nas 07.05.2023. Spokojny i opanowany chłopak, został znaleziony w Markach. Kto szuka Bostona?
Tel: 795 845 242
fundacjapsom.pl
LEG 53048

■ Boston to 2-letni dużej wielkości psiak, który przybył do Nas 07.05.2023. Spokojny i opanowany chłopak, został znaleziony w Markach. Kto szuka Bostona?
Tel: 795 845 242
fundacjapsom.pl
LEG 53049

■ Pulpet to starszy, nieduży pies, którego znaleziono 08.05.2023 w Sochaczewie. Spokojny i łagodny jegomość jest otwarty na kontakt z człowiekiem i innymi psami. Pulpet nie jest w sosie, bo tęskni za domem.
Tel: 795 845 242
fundacjapsom.pl
LEG 53047

■ Salsa to 3-letnia sunia w typie owczarka niemieckiego, znaleziona w miejscowości Dłużniewo, u Nas od 11.05.2023. Ta nadzwyczaj łagodna, bardzo zrównoważona dziewczyna. Kto podąża w rytm Salsy?
Tel: 795 845 242
fundacjapsom.pl
LEG 53046

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez

■ Parodysta, wodzirej, konferansjer, animator kultury, półfinalista programu „Mam talent" - tanio, solidnie - Legionowo i okolice 791833101
LEG 52938

RESTAURACJA LEGIONOWSKA

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

MATRYMONIALNE

■ Samotny, kulturalny, pracowity, rozwodnik poszukuje kobiety w wieku od 30 do 50 lat. Tel: 503 408 497 lub 45 229 86 34. Antoni
LEG 52987

KOMUNIKATY

RÓŻNE

Oddam mieszkanie w Legionowie w zamian za opiekę tel. 502029326
LEG 52946

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

JARMARK KUPON NA DROBNE ZA 1 GROSIK

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

☐ SZUKAM PRACY
☐ ODDAM ZA DARMO

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

Zlecający
(Tylko do wiadomości redakcji)
imię
nazwisko
ulica
numer domu
kod, miejscowość
podpis
KUPON JEDNORAZOWY

TRANSPORT SANITARNY
SZAGMA

tel.503 921 900
transportszagma@gmail.com

NFZ
Sklep Medyczny Legionowo
SKLEPY MEDYCZNE SAMO ZDROWIE
Zegrzyńska 1d
736-655-545
Art. Rehabilitacyjne
Opieka nad chorym
Art. Ortopedyczne
Wózki Inwalidzkie
Chodziki
Balkoniki
Kule inwalidzkie
Łóżka dla chorych
Produkty stomijne
Produkty dla Amazonek

BETON TOWAROWY
SPRZEDAŻ
601 779 779
beton towarowy wszystkich klas
beton mrozoodporny
beton wodoszczelny
DROGI I MOSTY KACZMARCZYK
Wytwórnia betonu i asfaltobetonu
Kacice 76, 06-100 Pułtusk
drogiimosty@drogiimosty.com.pl
drogiimosty.com.pl

PREFABRYKATY BETONOWE
BUDOWNICTWO PREFABRYKOWANE
elementy ścienne i stropowe,
budownictwo jednorodzinne, wielorodzinne,
obiekty użyteczności publicznej i biurowe,
szybki czas realizacji inwestycji,
wysoka jakość i trwałość elementów
Szeroki wybór prefabrykatów betonowych w tym:
bloczki betonowe
elementy ogrodzeniowe
kostka brukowa
BRIX
Producent prefabrykatów betonowych
Kosewo 134, 05-190 Nasielsk
tel. 22 333 50 10
brix.net.pl

eprasa.pl 54a6283d1c

Sorry Boys fot. Dawid Grzelak

Grubson

Sylwia Majcher

Go Green Festiwal– zielona energia w Wieliszewie

Gmina Wieliszew od samego początku pokazuje, że mieszkańcom nie wystarczy rzucić kiełbaski na ruszt, Playboysów albo disco polo na scenę. Mieszkańcy gminy oczekują ambitniejszego repertuaru imprez plenerowych, połączonych z przekazem, o czym świadczy frekwencja i pozytywne komentarze po koncertach Krzysztofa Zalewskiego, Ewy Farny, czy Kwiatu Jabłoni.

Promyki

go green festiwal
WIELISZEW 2023

Park Świętojański w Wieliszewie

Piątek 2 czerwca
17:00 oficjalne rozpoczęcie
17:10 występy zespołów międzynarodowych z gmin partnerskich
18:15 koncert Zespołu Tańca Ludowego Promyki
20:00 koncert symfoniczny orkiestry Sinfonia Viva

Sobota 3 czerwca
14:30 parada ekologiczna
15:00 oficjalne rozpoczęcie
15:30 Wieliszewskie Palio
17:00 rozdanie nagród
17:50 koncert Ars Latrans Orchestra
19:20 koncert Sorry Boys
21:00 koncert Grubson z gościnnym udziałem Promyków
22:30 zakończenie

Gmina Wieliszew od samego początku pokazuje, że mieszkańcom nie wystarczy rzucić kiełbaski na ruszt, Playboysów albo disco polo na scenę. Mieszkańcy gminy oczekują ambitniejszego repertuaru imprez plenerowych, połączonych z przekazem, o czym świadczy frekwencja i pozytywne komentarze po koncertach Krzysztofa Zalewskiego, Ewy Farny, czy Kwiatu Jabłoni.

Władze gminy wsłuchując się w głosy mieszkańców chcą by dotychczasowe Święto Gminy miało charakter jeszcze bardziej festiwalowy niż festynowy i w tym roku organizują **GO GREEN FESTIWAL.**

Pierwsza edycja zawsze jest trudna, bo jest wiele niewiadomych ale – niejednokrotnie pokazaliśmy, że idąc pod prąd możemy wyznaczać trendy – twierdzą organizatorzy.

Festiwal potrwa dwa dni, odbędzie się 2-3 czerwca w Parku Świętojańskim nad Jeziorem Wieliszewskim i będzie mu przyświecała misja ekologiczna.

Piątek to występ zespołów międzynarodowych z gmin partnerskich oraz lokalnych Promyków. Po nich na scenie pojawi się **Sinfonia Viva**, która w kilkunastoosobowym składzie na pewno zachwyci repertuarem muzyki filmowej. Jest to najbardziej wszechstronna orkiestra w Polsce, która współpracowała z wieloma artystami z Polski i ze świata, zdobywając przy tym nagrody, jak i wiele nominacji do prestiżowych nagród.

Ekologiczne smaki

Sobota rozpocznie się ekologiczną paradą, która swój finisz będzie miała pod sceną w Parku Świętojańskim. Po niej przedstawiciele sołectw powalczą w Wieliszewskim Palio biorąc udział w wyścigu na supach, zorganizowanych przez **SUP Nieporęt**. Zwycięzca otrzyma nagrodę dla sołectwa – wycieczkę na Teneryfę ufundowaną przez 4 ECO, splendor, chwałę i puchar, który odda w następnym roku kolejnej zwycięskiej drużynie.

Poza sceną na terenie parku organizatorzy wraz z partnerami przygotowali wiele atrakcji. Jak co roku sołectwa wraz z gminnymi kołami gospodyń wiejskich (**Kałuszyńskie Smaki, Etatowe Kury Domowe**) przygotują swoje stoiska z uginającymi się od pyszności stołami. Przez cały weekend każdy będzie mógł skorzystać z oferty food trucków i zrelaksować się w ich ekologiczno-gastronomicznej strefie.

Go Green Festiwal to festiwal pełen zielonej energii.

Ta energia będzie się niosła wszędzie, a całe miasteczko festiwalowe się zazieleni.

Dzięki **Leroy Merlin Polska** z Jabłonny dzieci nauczą się sadzić i dbać o rośliny. A to za sprawą ogólnopolskiej akcji Leroy Dzieciaki Sadzeniaki, która ma rozbudzać w najmłodszych zainteresowanie przyrodą. Dorośli natomiast własnymi rękami zrobią domki dla zwierząt.

Sylwia Majcher poprowadzi warsztaty pokazowe ZERO WASTE. Będzie można przekonać się na własnych kubkach smakowych jak pysznie można zrobić coś pysznego z tak zwanego niczego.

ASEOKL Love Recykling nauczy nas, jak zrobić biżuterię z niepotrzebnego sprzętu, każdy będzie mógł spróbować swoich sił na torze przeszkód „Droga Recyklingu".

Warsztaty ekologiczne zorganizuje też **Skoda Auto-Wimar - blisko Ciebie,** firma **4 ECO.**

Kulturalnie i zielono

Podczas festiwalu będzie też miejsce ze sprzedażą i wymianą książek, grami kulturalnymi, pokazami małych form artystycznych, a Powiatowa Instytucja Kultury rozpocznie tegoroczny cykl malarskich plenerów pod hasłem „Zielono mi". Pojawią się również lokalni wystawcy i rękodzielnicy, na których każdy znajdzie coś dla siebie. Na miejscu swoje stoisko będzie miał również lokalny **Dynioland**, dzięki, któremu dzieci będą mogły nauczyć się robić herbatki z ziół z lokalnych łąk. Fundacja Braci Mniejszych z Nowego Dworu Mazowieckiego rozstawi swoje zwierzęce stoisko, gdzie będzie zachęcała do adopcji psów i kotów.

Grubson i Promyki

Po sportowych emocjach przyjdzie czas na muzyczne doznania. Na scenie wystąpią: Ars Latrans Orchestra, **Sorry Boys i Grubson. Podczas występu Grubsona na scenie pojawią się wokaliści z Promyków, by wraz z artysta zaśpiewać jego utwór.**

Tegoroczne trzy zespoły są różnorodne, zaspokoją gusta różnych osób i pomogą stworzyć markę Festiwalu.

Sponsorami wydarzenia są: Heron Property Polska Spółka z o.o., Skoda Auto-Wimar, Tomasz Majewski, partnerami: 4 ECO, SUP Nieporęt, Leroy Merlin, ASEOKL

Sinfonia Viva

STRONA PRZYGOTOWANA PRZEZ REFERAT INFORMACJI I PROMOCJI GMINY WIELISZEW

eprasa.pl 54a6283d1c

WASTE to nie tylko strata, ale przede wszystkim szansa

WASTE – praca na rzecz społeczeństwa poprzez środowisko to autorski projekt gminy Jabłonny, na realizację którego Europejska Agencja Wykonawcza ds. Edukacji i Kultury przeznaczyła ponad 163 000 €. W projekcie bierze udział 11 delegacji z 10 państw w tym z Włoch, Malty, Litwy, Łotwy, Czech, Finlandii, Irlandii, Słowenii, Cypru oraz będąca liderem Polska.

Dlaczego rozmowa o odpadach jest tak ważna?

Według części badań naukowców, utrzymując obecny sposób wykorzystywania surowców i eksploatowania Ziemi, już za maksymalnie 47 lat wyczerpiemy zasoby ropy naftowej, a 20 lat później gazu. Choć pozostanie nam węgiel brunatny, jego wydobycie będzie coraz trudniejsze, a użytkowanie będzie przyczyniać się do degradowania planety. Różni badacze podają różne terminy wyczerpania paliw kopalnych, jednak zgodni są co do tego, że nastąpi to z końcem XXI w. Jaki ma to związek z odpadami? Bardzo prosty - każdy odpad, który wyrzucamy został kiedyś wyprodukowany. Stosując zasady recyklingu, część surowców, z których się składa będzie można odzyskać. Surowce, takie jak woda, ropa, gaz, które były niezbędne do jego wytworzenia, przepadną na zawsze. Według danych Eurosat, każdy mieszkaniec Unii Europejskiej, w 2020 roku wytworzył średnio 520 kg odpadów. Zagospodarowanie tych odpadów, ponownie wykorzysta surowce nieodnawialne takie jak ropa potrzebna do ich przetransportowania, czy węgiel, z którego powstanie prąd niezbędny do ich zagospodarowania. Pojazdy wywożące odpady, zanieczyszczą środowisko spalinami, podobnie jak rozkładające się odpady, gazami cieplarnianymi. Żeby poradzić sobie z tym problemem, za 50 lat będziemy potrzebowali drugiej Ziemi.

Tymczasem, niewiele osób zna założenia gospodarki w obiegu zamkniętym, a jeszcze mniej je stosuje. Zmiany, zwłaszcza dotyczące stylu życia przychodzą po woli. W Polsce, pierwsze pojemniki do segregacji stanęły w 1994 r. w Warszawie czyli dokładnie 30 lat temu. Mimo tak długiego czasu, u wielu osób nie udało się skutecznie zaszczepić nawyku segregowania odpadów. W przypadku ograniczenia konsumpcji, zużywania surowców i produkowania odpadów – nie mamy tyle czasu. Szybkie dotarcie do świadomości społeczeństwa to ogromne wyzwanie, które stoi nie tylko przed głowami państwa, ale też przed samorządami, dlatego konieczna jest współpraca i szukanie nowych rozwiązań.

Kierunek nadaje Unia

Już 40 lat temu, Unia Europejska zaczęła powoływać grupy eksperckie zajmujące się zmianami klimatu i ochroną środowiska. Dziś, to właśnie środowisko jest jedną z priorytetowych osi działań podejmowanych przez Unię. Projekt WASTE – Working for A Socjety Through Environment doskonale się w nie wpisuje.

Głównym celem WASTE jest wymiana doświadczeń i dobrych praktyk, a także debata nad sposobami uwrażliwiania społeczeństwa na tematy związane z ochroną środowiska z partnerami z różnych krajów Unii. Dobór partnerów projektu nie był przypadkowy – znaleźli się w nim min. Finowie, którzy od lat stosują wiele doskonałych praktyk, a także wyspiarze, na których uwarunkowania geograficzne wywierają dodatkową presję. Jednym z partnerów jest też Litwa, która zdaje się być najbardziej podobna do Polski, a jednak cześć rozwiązań ma zupełnie innych. Spotkania i wizyty studyjne pozwolą wymienić się rozwiązaniami i być może część z nich zastosować na polskim gruncie.

Jabłonowskie otwarcie

Podczas pierwszego, otwierającego spotkania, które odbyło się w dniach 23-27 marca 2023 r. w Jabłonnie, uczestnicy określili swoje potrzeby oraz wskazali mocne strony, które mogą okazać się pożyteczne dla innych. Ciekawe prezentacje delegacji pozwoliły dostrzec różnice w gospodarowaniu odpadami, jak również stały się przyczynkiem do dyskusji, która będzie kontynuowana podczas kolejnych, czterech spotkań.

Co warte podkreślenia, w realizację projektu włączyli się przedstawiciele samorządu gminy Jabłonna dając tym samym wyraz nie tylko otwartości, ale też wrażliwości na tematy środowiskowe. Zwieńczeniem wizyty było uczestnictwo burmistrza Birgu (Malta) Johnatana Boxalla w sesji rady gminy. Burmistrz w swym wystąpieniu podziękował za gościnność Jabłonny podkreślając, że gości w niej już po raz drugi i widząc zaangażowanie tutejszego samorządu liczy na dalszą współpracę.

There is no time for waste!

W latach 80. świat był zatrwożony zanikaniem warstwy ozonowej powodowanej przez emisję freonów do atmosfery. Był to pierwszy i w zasadzie jedyny problem środowiskowy, który całkowicie udało się rozwiązać – dziś już niemal nie słyszy się o niegdyś strasznej dziurze ozonowej. Daje to nadzieję na to, że przy odpowiednim wysiłku również to, co dziś spędza nam sen z powiek uda się zażegnać, ale nie ma czasu do stracenia!

*WASTE (ang.) odpady, strata, marnotrawstwo

MATERIAŁ PRZYGOTOWANY PRZEZ REFERAT MARKETINGU I KOMUNIKACJI SPOŁECZNEJ GMINY JABŁONNA

eprasa.pl 54a6283d1c

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

MOJE WIERSZE SĄ GORĄCE, AŻ PARZĄ W RĘCE

W maju, kiedy kwitną bzy, dobrze mówi się o poezji i dobrze się jej słucha, szczególnie w klimatycznych miejscach – i z historią, i... wśród książek. Takim miejscem jest BIBLIOTEKA im. Joachima Lelewela, w której odbyło się spotkanie ze Zdzisławem Zembrzyckim, twórcą aż dziesięciu tomików poetyckich. Ten dziesiąty, jeszcze gorący, nosi tytuł ETIUDA ŻYCIA

A prezentowany tomik to kilkadziesiąt wierszy. Dwa z nich, wielce udanie, zaprezentowała dyrektor Bożena Potyraj. To mazurskie strofy. Do Mazur poeta – żeglarz ma szczególny sentyment. – Żeglarstwo jest moją pasją – powie. Odpowiadając na pytania bibliotekarki Moniki Komorowskiej, prowadzącej spotkanie, Zdzisław Zembrzycki, autor około dwóch tysięcy wierszy podał, że szybko pisze, „z impulsu".

- Jestem sentymentalny – rzucił już na początku spotkania, po czym dodał, że „Rysem wyraźnym w mojej poezji jest kobieta". Pytany zaś o ulubionych poetów powiedział: - Jestem fanem Agnieszki Osieckiej. Dodał, że jego poetycki guru to Konstanty Ildefons Gałczyński, że kocha Tuwima, zaś za wzorzec poetycki uznaje twórczość przedstawicieli Młodej Polski.

Sam poeta przeczytał jeden ze swoich wierszy – „Deszcz". Wśród czytających poezję pana Zdzisława byli też: Katarzyna Szymańska – Zbrzezna i Szymon Wotawa.

Na pytanie wicedyrektor Aldony Nalewajk o swój szczególnie ulubiony wiersz, oznajmił, że kocha wszystkie swoje wiersze. Jego pierwszy utwór to „Jesień" – powstał w 1972 roku i był opublikowany w „Tygodniku Ciechanowskim". Wierszy ukrytych w szufladzie nie ma. A proza? Czy poświęcił jej trochę miejsca w swojej twórczości? Nie. Nie ma na nią czasu. – Sołtysem jestem w mojej wiosce – tłumaczył. – Organizuję wiejskie życie, podtrzymuję tradycje, np. objazd pól. Jestem miłośnikiem przyrody – wspomniał.

W pułtuskiej BIBLIOTECE poeta gościł już trzeci raz. - Do Pułtuska mam szczególny sentyment związany z ojcem – podał. Ojciec Zdzisława Zembrzyckiego służył w 13 pp, stąd wśród widowni przedstawiciele Pułtuskiej Grupy Rekonstrukcji Historycznej 13 pp.

W spotkaniu uczestniczyła również żona poety, która ma w zwyczaju podejmowanie miłośników poezji męża ciastem. – Jest przepyszne – podała Bożena Potyraj. Przed jego degustacją gość podpisywał „Etiudę życia".

Wyjechał z Pułtuska z upominkiem od URZĘDU MIASTA, wręczonym – w imieniu burmistrza Wojciecha Gregorczyka - przez Dorotę Sobotkę, kierowniczkę wydziału PROMOCJI, KULTURY I SPORTU, też z książką „W pułtuską sobotę" autorstwa niżej podpisanej.

Grażyna Maria Dzierżanowska

A ZA TYDZIEŃ...

Niezwykle ciekawe spotkanie z człowiekiem z pasją, panem Jackiem Siemkiem. Ze swadą opowie naszym Czytelnikom, co znajduje się w jego kolekcji, także o tym, co sprzedał w programie Łowcy skarbów. Kto da więcej?

KD

FAJNE FOTO

Maj. Majówki, festyny... Nasze dzisiejsze FAJNE FOTO pięknie nam się wpisuje w tę tematykę. A na zdjęciu dyrektorka dziennego Domu SENIOR+ Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej - Beata Kowalska. Na jakimś pikniku właśnie. Z talerzem przekąsek, na którym dostrzec można i pomidorek, i coś zielonego, może listek sałaty i kiełbaskę, grillowaną oczywiście. Dobry to zestaw na majówkę. A że smakowity, widać po minie pani radnej miejskiej.

GMD

eprasa.pl 54a6283d1c

niezapominajka dla UKRAINY

NA SKRZYŻOWANIU KULTUROWYCH SZLAKÓW

XIV kiermasz rękodzieła ludowego i warsztaty ukraińskiego haftu

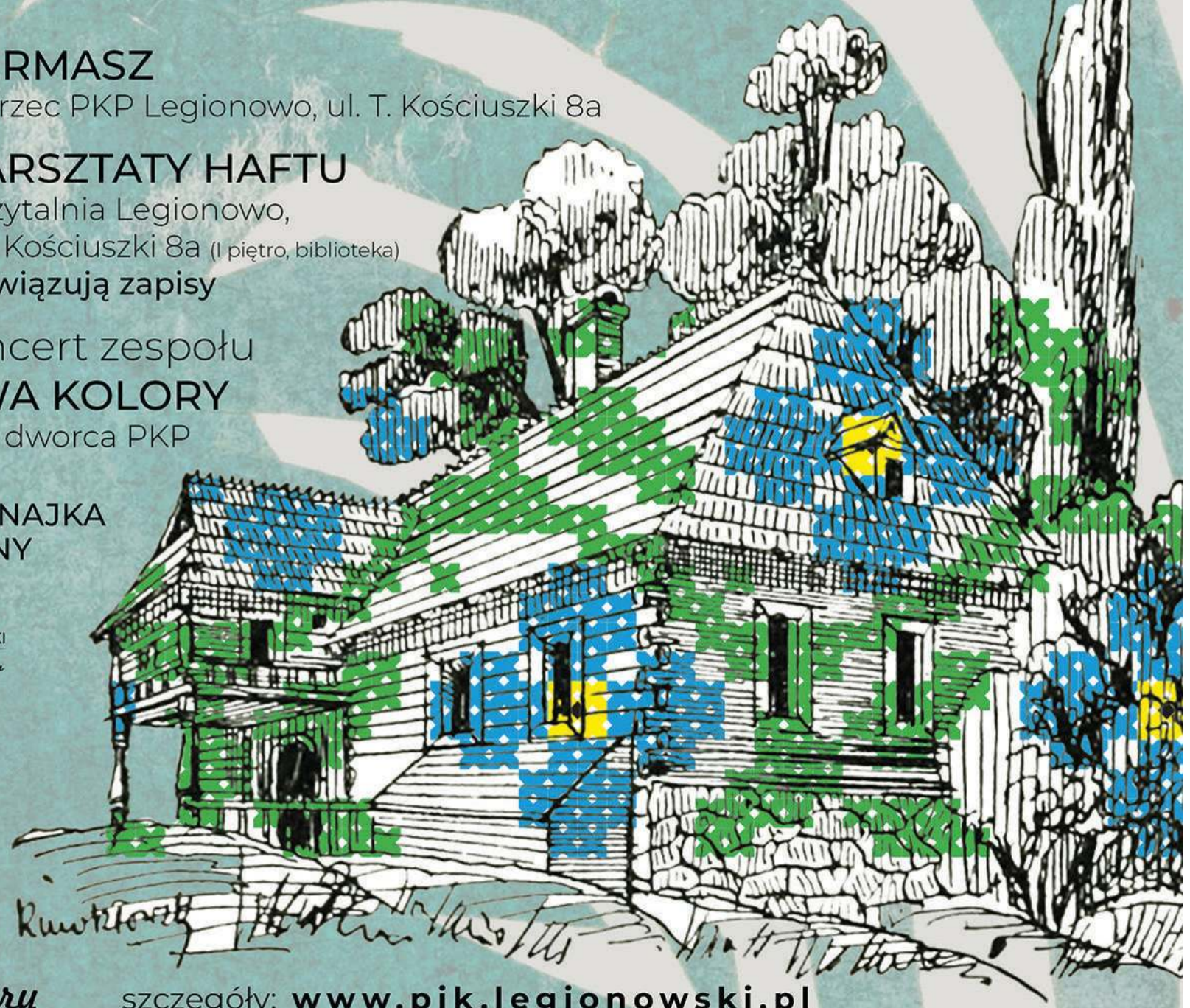
godz.

11-18 **KIERMASZ**
dworzec PKP Legionowo, ul. T. Kościuszki 8a

11 **WARSZTATY HAFTU**
Poczytalnia Legionowo,
ul. T. Kościuszki 8a (I piętro, biblioteka)
obowiązują zapisy

15 koncert zespołu
DWA KOLORY
hala dworca PKP

akcja
NIEZAPOMINAJKA DLA UKRAINY



POWIAT LEGIONOWSKI
Przystań w sercu Mazowsza

Powiatowa Instytucja Kultury w Legionowie

Dwa Kolory

szczegóły: **www.pik.legionowski.pl**

eprasa.pl 54a6283d1c

WIELKI TRUD WIELU LUDZI I SZCZĘŚLIWY FINAŁ

Jest położona z dala od centrum miasta - leży na obrzeżach, przy Marii Skłodowskiej – Curie. Nowo oddana do użytku KOMENDA POWIATOWA POLICJI, mająca własną strzelnicę. To nowoczesny budynek, obiekt na miarę obecnego wieku

W kształcie litery H, dwukondygnacyjny, z dwoma strefami dostępności – ogólnodostępna i zamknięta - jedynie dla 120 policjantów i pracowników policyjnych. Pozbawiona jest barier technicznych i architektonicznych. Powierzchnia działki to 8 466 metrów kwadratowych. W zakupie działki partycypowało starostwo i miasto. Starostwo Powiatowe wyłożyło 1.000 000 zł, Urząd Miasta 800 000 tys. Komenda pochłonęła około 27 milionów złotych – z budżetu POLICJI i Centralnego Funduszu Wsparcia Policji. Jej budowa trwała dwa lata, a rozpoczęto ją na przełomie lutego i marca 2021 roku.

Symboliczny klucz do KOMENDY wręczył podinspektorowi Pawłowi Antośkiewiczowi wicepremier Henryk Kowalczyk.

– Stary budynek nie przystawał już do oczekiwań i wymagań, jakie powinien taki budynek spełniać. Nowo pobudowany posiada dobre warunki dla pracowników POLICJI, także dobre warunki do przyjęcia interesantów, tych, którzy będą poszukiwali tutaj pomocy – powiedział H. Kowalczyk, który też podkreślił olbrzymie zaangażowanie w budowę nowej KOMENDY komendanta Jarosława Olszewskiego, zmarłego we wrześniu 2022 roku, człowieka wielkiego serca, szlachetnego i sprawiedliwego.

I to właśnie ku pamięci inspektora Jarosława Olszewskiego w sali konferencyjnej zawisła tablica jego imienia. Nowa KOMENDA była wielkim marzeniem insp. Olszewskiego. Odsłonięcia tejże tablicy dokonali: wiceprezes Rady Ministrów Henryk Kowalczyk, nadinspektor Dariusz Augustyniak i żona byłego komendanta Sylwia Olszewska.

- To niewyobrażalnie wielki trud wielu ludzi, którzy pracowali nad tym, aby osiągnąć taki szczęśliwy finał. Nie sposób nie podziękować też za środki które w ostatnich latach otrzymała POLICJA. To ponad 12 miliardów złotych, które trafiły i trafią do POLICJI – powiedział Dariusz Augustyniak, zastępca KOMENDANTA GŁÓWNEGO POLICJI.

Ubiegłopiątkowa uroczystość przy Marii Skłodowskiej – Curie była również okazją do ślubowania nowo przyjętych funkcjonariuszy garnizonu mazowieckiego - 65 osób. To oni będą pełnić służbę w Radomiu i Płocku. Do nich to wicewojewoda mazowiecki - Sylwester Dąbrowski - zwrócił się słowami: - Mam nadzieję, że zapamiętacie państwo ten dzień jako ważny w państwa życiu i dziękuję, że zdecydowaliście się zostać policjantami. Pogratulował mieszkańcom Pułtuska. – Dzięki tej inwestycji – powiedział – policjanci będą mogli lepiej zadbać o wasze bezpieczeństwo. Podziękował również wicepremierowi Kowalczykowi „za te wszystkie pieniądze, które do nas dotarły". Dokonano również wręczenia odznaczeń państwowych i resortowych.

Starosta Jan Zalewski przekazał pułtuskiej POLICJI sto tysięcy złotych na zakup samochodu. Uroczystość zakończyła defilada uświetniona ORKIESTRĄ REPREZENTACYJNĄ POLICJI pod batutą Jakuba Pietruchy. Po oficjalnych uroczystościach rozpoczął się piknik rodzinny, w którym udział wzięli policjanci oraz pułtuszczanie.

Kazimierz Dzierżanowski, tekst i zdjęcia

Foto z otwarcia nowej Komendy Policji

źródło: **Policja Pułtusk**

eprasa.pl 54a6283d1c

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

Gmina Winnica przebuduje drogę powiatową

Jak informuje Urząd Gminy w Winnicy, samorząd ten przejął drogę relacji Glinice Wielkie – Glinice Domaniewo – Mieszki Leśniki, która była drogą powiatową

Wójt Robert Wróblewski podjął działania w kierunku przebudowy tej drogi, ze względu na jej pogarszający się stan techniczny. Ze względu na ważne znaczenie komunikacyjne ciągu drogowego, wymaga on naprawy, by poprawić bezpieczeństwo użytkowników. Gmina Winnica zleciła opracowanie dokumentacji projektowej na przebudowę odcinka, który łącznie ma ponad 3 km długości. W ramach zadania zaplanowano wyremontowanie nawierzchni asfaltowej z ewentualnym poszerzeniem, wykonanie pasa dla pieszych w kierunku drogi wojewódzkiej nr 571, wykonanie poboczy oraz odtworzenie istniejących rowów.

Po wykonaniu dokumentacji i uzyskaniu niezbędnych pozwoleń, Gmina Winnica będzie wnioskować o dofinansowanie na realizację inwestycji ze środków Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg.

red.

Termomodernizacja szkoły zakończona

Dobiegła końca termomodernizacja budynku szkoły w Zatorach. Dzięki remontowi placówka nie tylko zyskała piękny wygląd, ale przede wszystkim zwiększył się komfort użytkowania budynku, jego utrzymanie jest bardziej ekonomiczne, a funkcjonowanie bardziej ekologiczne.

W ramach inwestycji zostały wykonane następujące prace:

– docieplenie ścian zewnętrznych i stropów,

– wymiana oświetlenia na energooszczędne oprawy LED,

– montaż instalacji fotowoltaicznej,

– modernizacja systemu centralnego ogrzewania wraz z wymianą źródeł ciepła.

Koszt inwestycji to kwota 1 057 800,00 zł, z czego 80 % pochodzi z dofinansowania ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Mazowieckiego na lata 2014 – 2020. źródło: **gmina Zatory**

Potrzebni wolontariusze do hospicjum i ZOL

W szpitalnym hospicjum i zakładzie opiekuńczo – leczniczym wolontariusze, obok wykwalifikowanego personelu medycznego, biorą czynny udział w opiece nad obłożnie i nieuleczalnie chorymi pacjentami. Grupa wolontariuszy gotowych poświęcić swój wolny czas i zaangażowanie, pomaga pacjentom i ich rodzinom podczas pobytu w hospicjum stacjonarnym i zakładzie opiekuńczo – leczniczym. Okazują ciepło i serdeczność osobom u kresu życia, pomagają rodzinom w towarzyszeniu pacjentowi. Ich pomoc jest nieoceniona.

To jest praca głównie na oddziale, bezpośrednio w towarzystwie chorego. Wcześniej na pewno chętni zostaną przygotowani poprzez odpowiednie szkolenie, na którym dowiedzą się, jakie czynności opiekuńcze mogą wykonywać oraz jak najlepiej wspierać pacjenta i jego bliskich. Będąc wolontariuszem można towarzyszyć pacjentowi i jego rodzinie w codziennych czynnościach, takich jak przygotowanie posiłku, wspólne czytanie książek, gazet czy oglądanie telewizji. Wszystko to będzie wynikać z aktualnych potrzeb pacjenta. Wolontariusz organizuje czas wolny pacjentom poprzez wspólne rozmowy, spacery czy modlitwę.

Chorzy często wolą porozmawiać o swoich problemach i lękach z wolontariuszami niż z personelem medycznym, czy nawet swoją rodziną. Ich problemy bowiem nie muszą należeć do sfery medycznej. Z rodzinami chorzy nie rozmawiają, aby nie przysparzać najbliższym dodatkowych zmartwień. Dlatego wolontariusz jako osoba neutralna, która poświęca swój czas choremu nie dlatego że musi, lecz dlatego że chce, jest często osobą, z którą chce on rozmawiać o swoich problemach.

W związku z dużym zainteresowaniem wolontariatem w pułtuskim hospicjum i ZOL, Gajda med informuje, że zapisy odbywają się i informacje na ten temat można uzyskać w sekretariacie szpitala Powiatowego Gajda-Med w Pułtusku lub pod nr telefonu 23 691 99 01.

red.

Ulica imienia Heleny Pilejczyk

9 maja, w Pułtusku odbyły się XX Międzynarodowe Biegi Ireny Szewińskiej. To ważne sportowe wydarzenie było okazją do zorganizowania oficjalnego spotkania z okazji nadania nowo wybudowanej ulicy imienia Heleny Pilejczyk. Uchwałę o nadaniu nazwy ulicy podjęła Rada Miejska w Pułtusku

24 października 2022 roku, na wniosek Młodzieżowego Klubu Sportowego Pułtusk. Helena Pilejczyk to polska łyżwiarka szybka, trenerka, multimistrzyni i rekordzistka Polski, srębrna medalistka Mistrzostw Świata, medalistka olimpijska – która w latach 1935-39 mieszkała w Pułtusku, a swoje dalsze lata życia związała z Elblągiem.

Ponieważ patronka ulicy nie mogła uczestniczyć w spotkaniu – piękny list skierowany do uczestników uroczystości odczytała jej przyjaciółka Joanna Rościszewska-Kusowska, która mówiła również o tym, jaką osobą jest Pani Pilejczyk i jak ważnym w jej pamięci jest Pułtusk. Po czym Pani Joanna przekazała na ręce Burmistrza reprodukcje zdjęć i dyplomu olimpijskiego Heleny Pilejczyk.

Na spotkanie przyjechał również z Elbląga Marek Wnuk – wiceprezes Elbląskiego Sportowego Klubu Nestora, absolwent Liceum Ogólnokształcącego im. Piotra Skargi w Pułtusku. Pojawili się także goście honorowi XX Międzynarodowych Biegów Ireny Szewińskiej, ich organizatorzy, a także przedstawiciele firm i podmiotów związanych z realizacją inwestycji.

Ulica Heleny Pilejczyk biegnąca przy obiektach MOSiR w Pułtusku została wybudowana jako połączenie drogi wojewódzkiej nr 618 z ulicą Nowy Rynek. O źródłach finansowania, przebiegu realizacji powiedział Kierownik Wydziału Inwestycji i Pozyskiwania Środków Pozabudżetowych Urzędu Miejskiego w Pułtusku – Andrzej Grąbczewski.

Następnie głos zabrał Radny Rady Miejskiej w Pułtusku Sławomir Krysiak, który mówił o tym jak zrodziła się inicjatywa nadania ulicy imienia Heleny Pilejczyk, o spotkaniach z patronką oraz o potrzebie upamiętniania sportowców związanych z naszym miastem.

O wspólnej pasji i relacjach z Heleną Pilejczyk podzielił się Kazimierz Kowalczyk, prezes honorowy Polskiego Związku Łyżwiarstwa Szybkiego.

Właściciel firmy „DROGI I MOSTY" Jan Kaczmarczyk, główny wykonawca inwestycji, podkreślał, że dla firmy, którą reprezentuje ważne są wartości i idee sportu,dlatego od lat stara się go wspierać.

Autorem pierwszej koncepcji powstania ulicy był projektant Marek Jakubczak, o czym podczas spotkania mówił również jego syn Jacek, który z racji swojej profesji i pasji wspomniał o jednym z rozdziałów książki Daniela Lisa „Stulecie przeszkód. Polacy na igrzyskach", który został poświęcony Helenie Pilejczyk.

Na zakończenie zabrał głos Burmistrz Miasta Pułtusk Wojciech Gregorczyk, który mówił m.in. o idei powstania ulicy i dalszych planowanych pracach polegających na zagospodarowaniu i modernizacji pobliskich terenów – tj. obiektów MOSiR – przebudowy boiska piłkarskiego oraz budowy Camper parku.

źródło: **pultusk.pl**

eprasa.pl 54a6283d1c

NATURHOUSE NAPRAWDĘ ODCHUDZA

ZADOWOLENI KLIENCI ŚWIADCZĄ O NAS

CENTRUM DIETETYCZNE NATURHOUSE jest znane, mijamy je, idąc do rynku. Ładnie wkomponowane w pułtuski krajobraz, przy Świętojańskiej. W NATURHOUSE można uzyskać porady związane ze zdrowym żywieniem, można zgubić zbędne kilogramy. A wszystko pod okiem fachowców i w atmosferze sprzyjającej odchudzaniu

- Jesteśmy w Pułtusku już od 2014 roku, dziewięć lat minęło. Przez te lata odwiedziło nas, do lutego 2023 r., ponad 2 200 osób. Ludzie nas znają – podaje dietetyczka Arleta Prus-Konieckiewicz. Ale odwiedziny w CENTRUM przy Świętojańskiej to jedno, a tzw. marketing zewnętrzny to drugie, więc spotkania plenerowe, okolicznościowe, pikniki rodzinne, podczas których analizowane są osoby chętne wiedzy pod kątem składu swojego ciała. W szkołach zaś odbywają się prelekcje na temat zdrowego żywienia, też warsztaty, bezpłatne. Świadomość dzieci i młodzieży w tej kwestii wciąż wzrasta. Otyłość też nie jest dla nich tematem tabu – otyłość jest wstydliwa. Dzieci same zwracają na nią uwagę, stąd jeszcze niedawno rodzice przyprowadzali dzieci do NH, teraz, po pandemii, która „zaowocowała" otyłością, to dzieci przyprowadzają rodziców do CENTRUM, podejmując walkę z kilogramami.

Podczas pierwszych spotkań w NH klienci proszeni są o wykonanie badania krwi. Jeśli mają jakieś nieprawidłowości w tych badaniach, wysyłani są do lekarza na konsultacje. Niektórzy przychodzą już skonsultowani, to ci z niedoczynnością tarczycy, insulinoopornością, nadciśnieniem tętniczym...

- Przede wszystkim przychodzą do nas kobiety, mężczyźni to zaledwie 25 % całej puli naszych klientów. Kobiety bardziej o siebie dbają. Panowie są wysyłani na wizyty przez żony – objaśnia Arleta Prus-Konieckiewicz. - A osoba chcąca się odchudzać musi sama zadecydować o poddaniu się odpowiedniemu procesowi, musi mieć świadomość kuracji.

Kiedy już pacjenci wejdą w proces odchudzania, cieszą się na każdy spadek wagi. Największe zaskoczenie przynosi pierwszy tydzień i jest takie wielkie WOW. Dziwią się, dopytują, czy naprawdę schudli. Niekiedy są kłopoty z wodą metaboliczną, zatrzymuje się, albo tkanka tłuszczowa wzrasta. – Klient się stara, a na wadze tego nie widać – tłumaczy pani dietetyk. A ta woda metaboliczna... Rzadko która osoba nie ma nadmiaru tej wody. Każdy ma nadmiar, a może być i tak, że organizm może być odwodniony. Woda metaboliczna to obrona organizmu przed odwodnieniem. W ogóle jest problem z piciem wody, mało kto pije wodę... Pijemy herbatę, kawę, soki, wodę filtrowaną, a powinniśmy pić wodę mineralną, butelkowaną, półtora litra-dwa litry i to bez aktywności fizycznej.

Ten, kto podejmuje walkę z nadwagą, przechodzi trzyetapowy proces kuracji: etap chudnięcie, etap stabilizacji, potem bezpłatne konsultacje, połączone z motywacją.

Dieta... Sama dieta nie jest trudna, jedynie trzeba pamiętać, że są produkty, których jeść nie wolno. - Samokontrola jest trudna. Pokus jest dużo – grillowanie, spotkania towarzyskie, święta... To wszystko wybija klienta z diety – zaznacza pani Arleta. Posiłek musi być pełnowartościowy, np. leczo z kurczakiem, z ryżem brązowym. Sęk w tym, że nie wszyscy domownicy chcą jeść to co osoba odchudzająca się. – Z rozmów z osobami będącymi w procesie odchudzanie wiem, że niezbyt lubią dania z ryb, lubią zaś nasze meksykańskie potrawy, zupę meksykańską – to nasz hit, pizzę dietetyczną, burgera fit...

A jak jest z utrzymywaniem wagi po kuracji? Pani Arleta: - Osoby przychodzące do mnie na bezpłatną konsultację po zakończonej kuracji, utrzymują wagę. Są i tacy, którzy przychodzą po pięciu latach od kuracji i też utrzymują wagę. Ale są i tacy, którzy wchodzą w kurację po raz drugi, chcą odchudzać się kolejny raz. Nie każdy wytrwa w zdrowych nawykach żywieniowych, a sukcesem utrzymania wagi jest utrzymywanie – cały czas – zdrowych nawyków żywieniowych. Trzeba pamiętać o piciu wody czy o regularnym jedzeniu. Bo NATURHOUSE to są zdrowe nawyki żywieniowe i dieta pełnowartościowa, a dieta znana jest na całym świecie.

Kto się jej poddaje? W pułtuskim NH gross klientów stanowią osoby w wieku między 40 a 50 rokiem życia. Seniorzy? Mały procent. Ale zdarzyło się, że klientem pani dietetyk była osoba w wieku 85 lat, która schudła 10 kg. Zmieniła nawyki żywieniowe dla swojego zdrowia. Jako ciekawostkę podajmy, że pani Arleta miała klienta liczącego 93 lat, który przyszedł do CENTRUM... na przytycie. – To kuracje sporadyczne, bo NH kojarzy się przede wszystkim z odchudzaniem, chociaż dysponujemy szeregiem różnych kuracji: na przytycie, na obniżenie cholesterolu bez chudnięcia, na zmniejszenie obwodów, na oczyszczenie organizmu... Działamy kompleksowo na zdrowie. Ponadto mamy kuracje okazjonalne, trzytygodniowe.

Kuracji służą również różnorodne bezpłatne publikacje kulinarne, w których zamieszczane są naprawdę smaczne i pełnowartościowe dania.

O tym, że z NATURHOUSE można schudnąć, długotrwale, mówią metamorfozy osób, które poddały się kuracji, owe metamorfozy zamieszczane są w „Tygodniku Pułtuskim" i na pułtuskim Facebooku NH. – I nieprawdą jest, że NH to tylko suplementy, że płaci się jedynie za suplementy i że to już wszystko. W rzeczywistości na rachunek nabijamy suplement, ale w cenie tego suplementu jest moja konsultacja, moja dieta, analiza składu ciała klienta. Podkreślę raz jeszcze: NH nie jest samym suplementem. To jest dieta plus suplementacja. Zadowoleni klienci świadczą o nas.

Na koniec szczególne ciekawostki. Oto pani 55-letnia - schudła 65 kg, ważyła ponad 150 kg. – Powiedziała, że na razie wystarczy – mówi pani Arleta. Oto pan, który schudł już 43 kg, waga wyjściowa ponad 160 kg.

Grażyna M. Dzierżanowska

Przyczyn nadwagi i otyłości może być wiele, a wśród nich wyróżniamy: nadmierne spożywanie żywności, czynniki genetyczne, niektóre choroby i stosowane leki. Nie ulega jednak wątpliwości, że główną i najważniejszą przyczyną nadmiaru kilogramów są niewłaściwe nawyki żywieniowe oraz zbyt mała aktywność fizyczna.

#Odważ się

Zrób pierwszy krok i **skorzystaj z bezpłatnej niezobowiązującej konsultacji z dietetykiem**.

W ramach spotkania dietetyk wykona pomiary antropometryczne, badania składu ciała, a także przeprowadzi wnikliwy wywiad dotyczący aktualnych nawyków żywieniowych i przebytych chorób. Te elementy pomogą zidentyfikować przyczyny nadmiaru kilogramów lub innych problemów zdrowotnych związanych ze sposobem żywienia. Każdy, kto skorzysta z darmowej konsultacji otrzyma cenne wskazówki żywieniowe i materiały edukacyjne dotyczące prawidłowego żywienia.

eprasa.pl 54a6283d1c