

**Na tych ulicach będzie
bezpieczniej**

– STR. 5

**Groźny wypadek
w Gzowie**

– STR. 3

TYGODNIK LOKALNY



3,50 zł
W TYM 5% VAT

PUŁTUSK

GY

OBRYTE

POKRZYWNICA

ŚWIERCZE

WINNICA

ZATORY

www.pultuszcak.pl

T Y G O D N I K

Pułtowski

C O T Y D Z I E Ń O D 4 G R U D N I A 1 9 9 7 R O K U

NR **28**

INDEKS 342424
ISSN 1429-6837

12 LIPCA 2022



Linia życia

WIOSNA 2022

Oszukiwali na receptach

**CBA znów
zatrzymało
w Pułtusku**



CZYTAJ NA STRONIE 3

Staś będzie leczony

za granicą!

– STR. 3

**Złodziej nie ma
wakacji!**

**Kolejne włamanie
do mieszkania**

– STR. 24

– STR. 2

Okrasa w Pułtusku

My mieszkańcy mamy łapać wandalów?!

**Wręczamy OSTY
dla przebudzenia**

– STR. 2

Zielony zawrót głowy

Cuda w ogrodzie pana Erwina

– STR. 20

REKLAMA



**NOWE
MIESZKANIA**

- PUŁTUSK
- CIECHANÓW
- WYSZKÓW
- OSTROŁĘKA

Biuro sprzedaży:
Pułtusk ul. Białowiejska 17c
pon-pt 8:00-16:00

**601 770 940
23 692 09 75
www.isbud.pl**

ZNÓW METODĄ „NA POLICJANTA”

Pułtusczy policjanci ostrzegają wszystkich, jak nie dać się oszukać metodą „na policjanta”. Tylko w minioną środę policja otrzymała dwa zgłoszenia o próbach oszustw tą właśnie metodą. Na szczęście pułtusczy seniorzy nie dali się oszukać. Prosimy o ostrzeżenie przed tego typu oszustwami seniorów z naszych rodzin. Pamiętajmy, że prawdziwi policjanci nie proszą o przekazanie jakichkolwiek pieniędzy ani dokonywanie przelewów na wskazane konto!

Schemat oszustwa zawsze wygląda podobnie: Do starszej osoby dzwoni oszust podający się za policjanta. Informuje, iż osoba najbliższa spowodowała wypadek i aby odzyskała wolność, wychodząc z aresztu, konieczna jest wpłata kaucji. Oszust prosi osobę o przekazanie wskazanej kwoty pieniędzy osobie, która się do niej zgłosi, bądź pozostawienie gotówki w umówionym miejscu. Po przekazaniu pieniędzy kontakt się urywa. Innym sposobem oszustów jest wmówienie seniorom, że pieniądze zdeponowane na ich koncie są zagrożone i należy je wypłacić z konta i przekazać „policjantom” do rozwiązania sprawy.

Jak nie stać się ofiarą oszustów?

Przed wszystkim należy zachować ostrożność – jeżeli dzwoni do nas ktoś, kto podszywa się pod członka naszej rodziny czy policjanta i prosi o pieniądze, nie podejmujemy żadnych pochopnych działań. Nie informujemy nikogo telefonicznie o ilości pieniędzy, które mamy na kontach bankowych.

W szczególności pamiętajmy o tym, że funkcjonariusze Policji NIGDY nie informują o prowadzonych przez siebie sprawach telefonicznie! Nigdy nie proszą też o przekazanie pieniędzy nieznanemu osobie. W momencie, kiedy ktoś będzie chciał nas oszukać, podając się przez telefon, za policjanta – zakończmy rozmowę telefoniczną! Nie wdawajmy się w rozmowę z oszustem. Jeżeli nie wiemy jak zareagować powiedzmy o podejrzanym telefonie komuś z bliskich.

O metodach działania oszustów nasi policjanci wciąż przypominają urzędnikom, osobom, które z racji wykonywanego zawodu mają dostęp do powierzonych im pieniędzy.

Autor: **sierż. Renata Soból**

A TO CIEKAWE

O, OKRASA, CO ŁAMIE PRZEPISY



Niedawno, z roboczą wizytą, przyjechał do zamku - Karol Okrasa, kucharz, telewizyjny prezenter programów kulinarnych, autor 25 minutowych odcinków o jedzeniu

Dyrektor Domu Polonii, Michał Kisiel, zanotował na swoim FB: „Było miło gościć pana Karola Okrasę w Pułtusk na zamku. Szef kuchni, mistrz kucharski i wielki znawca naszej narodowej kuchni. Dziękuję za wizytę i zapraszam ponownie”. Pytanie: co robił Okrasa na zamku? Ano smażył tymiankowe serniczki z truskawkami w syropie sosnowym i limonkową kwaśną śmietaną. „Proste, ale zawsze dobre!” – napisał o serniczkach na facebooku pana Michała. Dodajmy, że to danie i na czasie, i na letnią pogodę.

SMACZNA to promocja i zamku, i miasta, a odcinek z serniczkami w roli głównej - z serii Okrasa łamie przepisy – obejrzymy niebawem. Spójrzmy jeszcze na zdjęcie kucharza na tle kanału i płaczących wierzb, zaczerpnięte z FB – jest piękne.

GMD

REKLAMA

NATURALNE LODY RZEMIEŚLNICZE (produkcja własna)

LODY Z PASJĄ

• GOFRY
• KAWA
• LEMONIADA

Zapraszamy codziennie 11.00-20.00
Pułtusk, Świętojańska 16 (na tyłach Domu Rzemiosła)

CHABRY I OSTY

OSET dla władz ratuszowych, strażników miejskich i policjantów, za naszym pośrednictwem, przekazują kontaktujący się z TYGODNIKIEM pułtuszczanie.

A chodzi o nawoływanie RATUSZA o ściganie chuliganów i dewastatorów mienia publicznego (odnośnie ostatniego aktu wandalizmu - zdewastowania słupa ogłoszeniowego). Oto, w skrócie, pokłosie owych rozmów.

Jak zwykły Kowalski ma ścigać chuliganów? Jak przeciwdziałać niszczytelom i złodziejom? Zaczając się nocami w miejscach, gdzie ewentualnie może dojść do przestępstwa? A może nocami obchodzić miasto i kończyć ów obchód z pianiem kura, kiedy na ulicach pojawiają się już przechodnie? I co znaczy ta ufność RATUSZA, że zło, czyżna, ruszony wyrzutami sumienia sam zgłosi się do STRAŻY MIEJSKIEJ, aby naprawić wyrządzone miastu zło? Czy to nie naiwność wierzyć, że odwaga cywilna i odpowiedzialność za nieczyn czyn przywiodą łobuza do STRAŻY? Toż to banialuki nad banialukami. Kabaret.

I dalej, czy my obywatele mamy wpływ na ustalenie sprawy wyczynu? Przecież nie dysponujemy żadnymi środkami (też przymusu) w tym względzie...

Wybieraliśmy władze z myślą, że będą dobrze zarządzały miastem, czuwały nad jego spokojem, zapewniały bezpieczeństwo obywatelom. Że uzbroją miasto w sprawny monitoring i że nie będą odpuszczały dewastacji tym, którzy

jej dokonali. WŁADZA chciała się monitoringiem... Ile jest punktów monitorujących miasto? Ilu chuligańskich wybryków one zanotowały? A jeśli zanotowały, to co z tego wynikło ku przestrodze? A POLICJA? Czy policjanci odbywają systematyczne patrole nocne? Czy strażnicy miejscy obchodzą miasto w godzinach swojej pracy? - I czy kiedy jakimś cudem będą świadkiem dewastacji mienia publicznego i posłużą się obywatelskim do nosem, to moje dane osobowe pozostaną tajemnicą, czy tylko tajemnicą poliszylną, co już raz mi się zdarzyło - usłyszeliśmy od naszej rozmówczyni. - Niestety, mieszkamy w miasteczku, w którym każdy zna każdego...

I druga sprawa, również ukierunkowana na RATUSZ, a związana jest z konkursem na dyrektora PSP 1 im. Klauzyny Potockiej. Dotychczasową dyrektorką szkoły była Anna Kamińska, przykładnie rządząca placówką, lubiana przez dzieci i młodzież, ceniona przez rodziców i nauczycieli, doświadczona i w pracy z uczniami, i w kierowaniu placówką, podejmującą ciekawe inicjatywy, dyrektorka z dużą kulturą pedagogiczną, z prewencją. Ponieważ konkurs nie został rozstrzygnięty, rodzice uczniów z JEDYNKI wzięli sprawę w swoje ręce, ich zdeterminowanie jest duże – żądają swojej dyrektorki – Anny Kamińskiej. I tu aż się prosi słów kilka o społeczeństwie OBYWATELSKIM, które u nas jeszcze kruche, nieśmiałe, ale z którym to władza powinna się liczyć,

konsultować się z nim, pozwolić mu na współdecydowanie. Niestety, my naszej obywatelskości nie praktykujemy na co dzień, bo i nikt nas nie słucha, nie bierze pod uwagę, co znaczyć. Władze nas o nic nie pytają – ani o kształt fontanny, ani o słupki przy Benedyktyńskiej, ani o wycinkę drzew, ani o ukwiecenie miasta, ani o estetykę słupów ogłoszeniowych (stare czy z plexi), nie reagują na prośby o uliczne kosze na śmieci. Nie ma owego współdziałania w naszej lokalności, nie ma takiej tradycji.

Szkoda, bo „społeczeństwo obywatelskie” oferuje przestrzeń dla wyrażania interesów zbiorowych, wokół których krystalizują się społeczne podziały i konflikty”.

Co zrobią władze w kwestii obsadzenia stanowiska dyrektora w POTOCKIEJ, zobaczymy. Ciekawość jest duża – wezmą pod uwagę interesy społeczne czy nie. Czy stanie na tym, że lepsze będzie wrogiem dobrego?

Dziś święto redakcyjne, mamy CHABRY, my – TYGODNIK. Red. Ewa Dąbek od PANI NACZELNIK POCZTY i jej PRACOWNIKÓW – za dostrzeżenie niełatwej pracy POCZTOWCÓW, którzy mają do czynienia z różnymi klientami, a ci – jak klienci różnych instytucji – są różni, czyli kulturalni i niekoniecznie tacy. Drugi CHABER, mejlowy, dla red. Grażyny M. Dzierżanowskiej, przytaczamy go: *Wielki CHABER dla Pani! Te rupiecie przy garażach zginęły wreszcie, a nie mogliśmy się doprosić... Dużo zdrowia życzę i więcej takich ludzi jak Pani. Pozdrawiam.*

GMD

TYGODNIK PUŁTUSKI

Redaktor naczelny: Ewa Dąbek tel. 512 405 978
Redakcja: tel. 23 692 86 45, redakcja@pultuszczak.pl
Kultura/ Społeczeństwo: Grażyna Maria Dzierżanowska, tel. 661 923 317; graza@atessa.pl
Zdjęcia: Henryk Mazurek, tel. 793 233 433; hen.maz@wp.pl
Biuro reklam i ogłoszeń: Anna Plochocka 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



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

Stowarzyszenie Gazet Lokalnych



CBA znów zatrzymało w Pułtusku

Funkcjonariusze CBA zatrzymali kolejną osobę zamieszaną w proceder wyludzenia refundacji NFZ na preparat dla niemowląt. W ocenie śledczych, NFZ mógł stracić na tym 700 000 zł. Środek na receptę z refundacją kosztował 3 zł, natomiast bez niej – 150 zł

Delegatura CBA w Warszawie prowadzi pod nadzorem Prokuratury Okręgowej w Piotrkowie Trybunalskim śledztwo w sprawie nieprawidłowości przy refundacji środka dietetycznego dla niemowląt. Ujawniony proceder miał miejsce w latach 2015-2019 i polegał na wystawianiu przez lekarzy, na rzecz nieuprawnionych do refundacji pacjentów, setek recept na preparat. Środek był przepisywany pacjentom w ilościach wielokrotnie przekraczających możliwości

spożycia. Wystawione w ten sposób recepty były następnie realizowane w aptekach. Jedno opakowanie środka dietetycznego dla niemowląt kosztowało przeciętnie ok. 150 zł, a przy refundacji ok. 3 zł.

W wyniku prowadzonego śledztwa do sprawy zatrzymano kolejną osobę. Czynności przeprowadzono w Pułtusku. Jak ustalono, zatrzymany mężczyzna nabywał zakupione na podstawie recept mleko. Zatrzymanemu przedstawiono zarzut paserstwa. Mężczyzna



przyznał się do winy i poddał się dobrowolnie karze.

Śledztwo prowadzone jest w oparciu o materiały własne, zgromadzone w Delegaturze CBA w Warszawie oraz równoległe zawiadomienie NFZ.

Jest to druga realizacja w tej sprawie. Do tej pory w śledztwie zatrzymano sześć osób, w tym lekarzy wystawiających niezasadne recepty. Ujawniony proceder miał charakter ogólnokrajowy.

Zespół Prasowy CBA

Groźny wypadek w Gzowie

Policja po raz kolejny apeluje o ostrożność

Każdy kierowca musi pamiętać przede wszystkim o zdrowym rozsądku. Bez niego podróż samochodem to ryzyko. Niestety, jak pokazują statystyki policyjne, wielu kierujących zapomina, co to znaczy rozważa na drodze. Tylko w miniony weekend doszło do 4 zdarzeń drogowych na terenie powiatu pułtuskiego. Kolejny raz apelujemy o rozwagę i ostrożność za kierownicą oraz dostosowanie prędkości do warunków panujących na drodze.

Do najpoważniejszego w skutkach zdarzenia drogowego doszło w niedzielę rano, w Gzowie. Ze wstępnych ustaleń policjantów Ruchu Drogowego pracujących na miejscu, wynika że kierowca pojazdu marki BMW, nie zachował bezpiecznej odległości i najechał na tył poprzedzającego go pojazdu marki Peugeot. W wyniku zdarzenia 21-letni kierowca BMW oraz 33-letni kierowca i pasażerka Peugeota z ogólnymi obrażeniami zostali przewiezieni do szpitala.

Przypominamy, że na drodze najpoważniejsze konsekwencje niosą pomyłki w ocenie sytuacji. Jeśli dołożymy do tego roztargnienie albo przeciwnie – zniecierpliwienie i wciskamy pedał gazu, to łatwo o niebezpieczną sytuację, która może mieć poważne konsekwencje dla zdrowia, a nawet życia uczestników.

Podstawowym błędem zdarzeń tylnych jest niezachowanie bezpiecznej odległości od poprzedzającego pojazdu. Pamiętajmy! Jeśli utrzymamy odpowiednio duży odstęp, to nawet w przypadku gwałtownego hamowania samochodu przed nami, powinniśmy mieć czas na reakcję. Ta odległość powinna być odpowiednio większa, gdy poruszamy się po śliskiej nawierzchni.

Zderzenia tylne w większości przypadków są winą kierowcy jadącego z tyłu. W przypadku kolizji w terenie zabudowanym mogą być wynikiem nieuwagi. Niejednokrotnie winny jest też pośpiech – m.in. gdy kierowca rozpędza się, licząc na to, że zdąży przejechać przez skrzyżowanie przed zmianą światła na czerwone, a samochód przed nim już się zatrzyma.

Na ryzyko najechania innego pojazdu na tył naszego samochodu ma również wpływ nasz styl jazdy. Bardzo ważna jest czytelność jazdy: wczesne zwalnianie i hamowanie, używanie kierunkowskazów, obserwowanie sytuacji za nami w momencie hamowania. Te dobre praktyki pozwalają często uniknąć sytuacji, w której ktoś za nami się zagapi lub nie zdąży wyhamować.

Autor. sierż. Renata Soból

Cudowne wieści o Stasiu!

Maleński Staś Pucek, chory na SMA, będzie leczony za granicą. Już pod koniec tego miesiąca otrzyma terapię genową

Rodzice Stasia napisali na fb:

Drużyno Stasia! Wielu z was jest z nami od samego początku walczy, jaką przyszłość nam toczyć w związku z chorobą naszego dziecka. Wielu z Was jest z nami tutaj każdego dnia i walczy o Stasia. Ale wszyscy: i my, i Wy, wszyscy widzimy jak idą zbiórki charytatywne w całej Polsce - nie tylko zbiórki SMAków, ale wszystkie inne, gdzie bariera na podjęcie leczenia są ogromne pieniądze. Kilkomilionowe czy tysięczne kwoty, których zebranie zajmuje całą wieczność i graniczy często z cudem... Stają w miejscu, zwalniają. Tak jak zbiórka Stasia w pewnym momencie... Do tego na pewno przyczyniła się sytuacja na wschodzie naszej granicy i to co dzieje się w naszym kraju. A nie jest łatwo i łatwiej nie będzie... Każdego dnia chodzimy do sklepu, płacimy rachunki i ponosimy koszty zwykłego codziennego życia... Jednak choroba nie czeka i nie chce czekać. A Staś czekać nie może. Niektórzy mówili, że jest nas mało w internecie - że powinniśmy być tu bardziej obecni i częściej się udzielać... Ale życie z chorym dzieckiem nie jest łatwe i proste... Codzienna rehabilitacja i ćwiczenia, wyjazdy do lekarzy, praca zawodowa, zaangażowanie w zbiórki nie dawały nam na to od samego początku za wiele czasu... Jako rodzice robimy i robiliśmy wszystko, żeby nasz Staś był pogodnym, uśmiechniętym, nieznanym bólu i normalnie rozwijającym się dzieckiem. Pomimo tego, że bezradność i niepewność każdego dnia rozdzierała nasze serca na pół... Tak jak każdy inny rodzic, dla którego jego dziecko jest najważniejsze. Na przełomie marca i kwietnia nadarzyła się okazja do wyjazdu za granicę. Szansa, którą musieliśmy spróbować wykorzystać. Dlatego, kiedy otworzyły się przed nami dodatkowe drzwi-obsługując

sytuację w kraju, postanowiliśmy wyrzucić wszystko do góry nogami, chcąc zawalczyć o zdrowie naszego dziecka. Tak zapewne też zrobiliby wielu z Was... Jednak po wyjeździe nie zwalniamy tutaj... Nie wiedzieliśmy i nie mieliśmy żadnej pewności, jak i czy uda nam się tę szansę wykorzystać: na ile jest to możliwe i czy Staś zostanie zakwalifikowany do podania terapii genowej za granicą. Bo tego nikt nie jest w stanie przewidzieć, i dać gwarancji na to, że tam ją otrzyma. Nawet teraz. Dlatego walczyliśmy dalej ile mogliśmy. Ale brutalnie okazało się, że to o co staraliśmy się wszyscy razem, czyli o zdrowie naszego dziecka, poprzez pisanie setek maili i wiadomości, różnego rodzaju kiermasze, pikniki, zbiórki korków, groszy, odzieży, licytacje to kropla w morzu potrzeb... Chociaż wszyscy razem stajemy na głowie, organizując coraz więcej i częściej, środków finansowych nie przybywa w tempie, które pozwoliłoby Stasiowi na otrzymanie terapii genowej w jak najkrótszym czasie... Zbiórka zamiast przyspieszać ciągle zwalnia. Trwałaby kilka lat... A sami wiecie, że czym szybciej uda się podać terapię tym ona mniej zabierze z życia naszego Stasiulka. Wiemy, że każdy jako rodzic robi wszystko dla swojego dziecka, choćby miało to się wiązać z ogromem wyrzeczeń, jeszcze trudniejszej drogi i morzem wylanych łez. Tak też zrobiliśmy i my: stanęliśmy na głowie, porzucając wszystko, bijąc się z myślami i ponosząc ogromne ryzyko. Wydaje się, że jesteśmy bardzo blisko tego upragnionego celu. Jak możecie się domyślać, Staś najprawdopodobniej za granicą otrzyma upragniony lek, który pozwoli zmienić jego życie i zapewni mu to lepsze jutro - to, o które wszyscy razem walczyliśmy. Nie jesteśmy nawet w stanie wyrazić Wam wdzięczności za to co zrobiliście dla nas i dla Stasia - bo to on w tym wszystkim jest najważniejszy. Wiemy, ile pracy, swojego prywatnego czasu i poświęcenia włożyliście w to, starając się ze wszystkich sił, aby móc uzbierać tę astronomiczną kwotę 9 mln złotych. Żadne słowa nie są w stanie opisać naszej wdzięczności i wyrazić tego, jak bardzo Wam za to dziękujemy, za to



co robicie. Nie wiemy jednak co czeka w przyszłości Stasia i jakie będą jego losy nawet po ewentualnym podaniu terapii genowej. Po konsultacjach z lekarzami wiemy zaś już na pewno, że będzie wymagał systematycznej i jeszcze bardziej intensywnej rehabilitacji, zakupu specjalistycznego sprzętu medycznego oraz najprawdopodobniej operacji kręgosłupa. Czekają go długa i żmudna droga w tej walce, która wymagać będzie ogromnych nakładów finansowych: walka ze SMA1 nie kończy się w momencie podania leku: ona trwa do końca życia. Środki finansowe, które wspólnymi siłami zbieramy są ulokowane na subkontach fundacji „Zdążyć z pomocą” jak i na siepomaga.pl. Wierzymy, że zgodnie z celem zbiórki, jakim była i jest w dalszym ciągu też rehabilitacja i sprzęt medyczny pozwolą zapewnić Stasiowi najlepszy start w nowe jutro.

Dziękujemy wam za wszystko z całego serca. Staś, Magda i Krzysz.

Przekazujemy te dobre wieści z ogromnym zadowoleniem, choć w tle czai się nutka rozgoryczenia. Staś nie jest przecież jedynym dzieckiem chorującym na SMA i mimo że dla niego udało się pozyskać terapię genową, to wiele maluchów w podobnej sytuacji nie będzie miało tego szczęścia. Zebrać ponad 9 milionów, jak pokazuje historia Stasia, nie jest łatwo, właściwie w małym lokalnym środowisku graniczy to z cudem. Dlatego apelujemy do rządzących o ponowne pochylenie się nad losem tych dzieci i forsowanie zmian które doprowadziłyby do refundowania kosztownej terapii również w Polsce.

red.

REKLAMA



Weź kredyt konsolidacyjny i zamień swoje raty w jedną łatwą do przełknięcia (RRSO 11,01%)

■ prowizja 0% ■ stałe oprocentowanie



BNP PARIBAS

Bank zmieniającego się świata

Rzeczywista roczna stopa oprocentowania (RRSO) dla reprezentatywnego przykładu kredytu konsolidacyjnego na 18.05.2022 r. wynosi 11,01%. Całkowita kwota kredytu (bez kredytowanych kosztów) 74 000 zł, całkowita kwota do zapłaty 110 028,03 zł, oprocentowanie stałe 10,49% w skali roku, całkowity koszt kredytu 36 028,03 zł (prowizja 0 zł, odsetki 36 028,03 zł), 97 miesięcznych rat (96 po 1134,31 zł i jedna 1134,27 zł).

Kredyt konsolidacyjny to kredyt gotówkowy przeznaczony na spłatę innych zobowiązań bankowych lub zaciągniętych w SKOK z tytułu kredytów/pożyczek gotówkowych, kredytów wiązanych - ratalnych lub samochodowych (z wyłączeniem kredytów mieszkaniowych/pożyczek hipotecznych, kredytów konsolidacyjnych i kredytów związanych z finansowaniem działalności gospodarczej) z opcją dodatkowych środków. Kredyt konsolidacyjny dostępny jest w kwocie do 200 000 zł, na okres do 120 miesięcy. Warunkiem skorzystania z kredytu jest spłata ze środków kredytu przynajmniej jednego zobowiązania spoza BNP Paribas Bank Polska S.A. Szczegółowe informacje o kredycie dostępne są w oddziałach banku oraz na bnp-paribas.pl. Dostępność produktu uzależniona jest od przeprowadzonej przez bank analizy zdolności kredytowej Klienta. Niniejszy materiał nie stanowi oferty w rozumieniu Kodeksu cywilnego. BNP Paribas Bank Polska S.A. z siedzibą w Warszawie przy ul. Kasprzaka 2, 01-211 Warszawa, zarejestrowany w rejestrze przedsiębiorców Krajowego Rejestru Sądowego przez Sąd Rejonowy dla m.st. Warszawy w Warszawie, XIII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego, pod nr. KRS 0000011571, posiadający NIP 526-10-08-546 oraz kapitał zakładowy w wysokości 147 583 150 zł, w całości wpłacony.



MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

LEGIONOWO.

Alimenciarz trafił za kraty

Policjanci z zespołu patrolowo-interwencyjnego legionowskiej jednostki Policji zatrzymali 38-letniego mężczyznę poszukiwanego przez Sąd Rejonowy w Legionowie. Zgodnie z wyrokiem sądu mężczyzna już trafił do zakładu penitencjarnego.

Mundurowi zatrzymali mieszkańca naszego miasta, który ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. 38-latek zgodnie z postanowieniem Sadu Rejonowego w Legionowie miał do odbycia karę 151 dni pozbawienia wolności za uchylanie się od obowiązku alimentacyjnego. Mężczyzna nie stawiał się do zakładu karnego, więc sąd wydał nakaz doprowadzenia.

Stróże prawa ustalili jakim autem może poruszać się poszukiwany mężczyzna i w poniedziałek chwilę po godzinie 6 na jednej z ulic w mieście zatrzymali do kontroli skodę. Po wylegitymowaniu osób przemieszczających się autem, okazało się, że jednym z pasażerów jest poszukiwany 38-latek. Mężczyzna został zatrzymany i przewieziony do komendy. Po sporządzeniu niezbędnej dokumentacji mieszkaniac Legionowa w policyjnym konwoju trafił do zakładu karnego, gdzie odbędzie zasądzona kara.

PUŁTUSK.

Włamanie przy Al. Prymasa Tysiąclecia

Pułtuscy policjanci apelują o właściwe zabezpieczanie mieszkań i domów oraz czujność sąsiadów. Wakacje, dobra pogoda i czas urlopów - sprzyja wyjazdom. Podczas naszej nieobecności wszystko staje się idealnym łupem dla potencjalnego złodzieja. Jak skutecznie zabezpieczyć swoje mienie przed kradzieżą?

W minionym tygodniu w Pułtusku miało miejsce włamanie do mieszkania na ulicy Aleja Tysiąclecia. Sprawcy po uszkodzeniu zamka i górnej zasuwki dostali się do wnętrza pomieszczeń, nie zdążyli dokonać kradzieży przedmiotów wartościowych, ponieważ zostali spłoszeni przez właściciela mieszkania.

Apelujemy do wszystkich mieszkańców, by poświęcić więcej czasu również na odpowiednie zabezpieczenie mienia. Podczas gdy my, będziemy korzystać z wakacyjnych promieni słonecznych z dala od miejsca zamieszkania, ktoś może wykorzystać nasze rozkojarzenie i ograbić nas z całego dorobku życia. Wakacje, to czas kiedy dochodzi do większej niż zwykle ilości włamań oraz kradzieży mienia.

Nasz dom lub mieszkanie to zgromadzony dorobek wielu lat pracy, dlatego warto zrobić

wszystko, aby do minimum ograniczyć zagrożenie włamania. Pułtuscy policjanci doradzają jak uniknąć tych nieprzyjemnych sytuacji i jak chronić własne mienie.

LEGIONOWO.

Znęcał się nad ojcem



Legionowscy policjanci zatrzymali 33-letniego mężczyznę podejrzanego o znęcanie się fizyczne i psychiczne nad ojcem. Mężczyzna groził również pokrzywdzonemu pozbawieniem życia i zdrowia. Po zebraniu przez policjantów materiału dowodowego prokurator wystąpił do sądu z wnioskiem o tymczasowego aresztowanie mężczyzny. Teraz legionowianin najbliższe 3 miesiące spędzi w areszcie. Za popełnione przestępstwo odpowie w warunkach recydywy.

W miniony weekend, w nocy z soboty na niedzielę, dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Legionowie otrzymał telefoniczne zgłoszenie o zakłóceniu ciszy nocnej, które ma miejsce w jednym z domów jednorodzinnych na terenie miasta.

W trakcie podjętych czynności funkcjonariusze ustalili, iż 33-letni mężczyzna od kilku miesięcy wszczyna awantury w stosunku

do ojca. Jest agresywny, popycha i uderza starszego mężczyznę, w nocy słucha głośno muzyki, wyrzuca pokrzywdzonego z domu, a nawet grozi pozbawieniem życia. Po wysłuchaniu pokrzywdzonego mundurowi podjęli natychmiastową decyzję o zatrzymaniu agresywnego syna. 33-latek trafił do policyjnego aresztu.

Zebrany przez śledczych materiał dowodowy pozwolił na przedstawienie mężczyźnie zarzutów gróźb karalnych oraz stosowania przemocy wobec osoby najbliższej. Prokurator nadzorujący czynności w tej sprawie wystąpił do sądu z wnioskiem o tymczasowe aresztowanie 33-latka. Sąd Rejonowy w Legionowie przychylił się do wniosku miejscowej prokuratury i zastosował wobec mężczyzny środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania na 3 miesiące.

Legionowianin wcześniej już dopuścił się przestępstwa przeciwko rodzinie i opiece, dlatego za swoje zachowanie odpowie teraz w warunkach recydywy.

JABŁONNA.

Śmiertelne potrącenie pieszej



Policjanci pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Legionowie ustalają dokładne przyczyny i okoliczności śmiertelnego wypadku, do którego doszło w sobotę w Jabłonie. W wyniku odniesionych obrażeń zmarła 88-letnia kobieta.

Do tragicznego w skutkach zdarzenia drogowego doszło w sobotę (2 lipca) w Jabłonie. Na przejściu dla pieszych 88-letnia mieszkanka gminy została potrącona przez opla. Niestety kobieta mimo podjętej reanimacji zmarła. Badanie na zawartość alkoholu w organizmie wykazało, że kierowca był trzeźwy.

Na miejscu wypadku pod nadzorem prokuratora policjanci wykonali szereg niezbędnych czynności procesowych, które mają wyjaśnić dokładne przyczyny i okoliczności tego tragicznego zdarzenia.

NOWY DWÓR MAZ.

Policjanci o bezpieczeństwie nad wodą

Okres wakacji, czas wolny, słoneczna pogoda - wszystko to sprzyja wypoczynkowi nad wodą. Aby ten czas upłynął bezpiecznie i przyjemnie, nowodworscy policjanci kolejny raz włączyli się w 6 edycję ogólnopolskiej kampanii „Kręci mnie bezpieczeństwo... nad wodą”. Mundurowi starają się dotrzeć do jak największej ilości osób wypoczywających w rejonie akwenów wodnych, edukując i informując przebywających tam plażowiczów, szczególnie dzieci.

W minionym tygodniu nowodworskie funkcjonariuszki, wspólnie z policjantami Komisariatu Rzecznego, udały się w rejon zbiorników wodnych i plaż na terenie Nowego Dworu Mazowieckiego, gdzie rozmawiały z wypoczywającymi tam osobami o bezpieczeństwie nad wodą. Wszystko odbyło się w ramach ogólnopolskiej kampanii „Kręci mnie bezpieczeństwo... nad wodą”.

Spotkania miały na celu przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas letniego wypoczynku. Mundurowi zwrócili uwagę na wybieranie strzeżonych kąpielisk, stosowanie się do regulaminu kąpieliska, niekorzystania z kąpeli wodnych po spożyciu alkoholu, korzystania ze sprawdzonego sprzętu pływackiego oraz z kapoków, niepozostawiania rzeczy osobistych bez opieki, pilnowania dzieci i przebywania zawsze w pobliżu swoich pocieków, nieprzeceniań swoich umiejętności pływackich oraz nieskakania do wody płytkiej i o nieznanym dnie.

Takie spotkania będą na bieżąco realizowane przez najbliższe, wakacyjne tygodnie. Wszystkie będą miały na celu zwrócenie uwagi na zagrożenia, jakie mogą wystąpić podczas rekreacji w rejonie akwenów wodnych. Wypoczynek w tych miejscach powinien wiązać się z promowaniem odpowiedzialnych postaw wśród osób wypoczywających nad morzem i jeziorami, a w rezultacie przyczynić się do ograniczenia liczby utonięć.

Policjanci zachęcali dzieci i młodzież do wzięcia udziału w konkursie „Artystyczny przewodnik”, którego celem jest bezpieczne przebywanie w wodzie lub nad wodą. Rozdawali też ulotki informacyjne, dotyczące zasad bezpieczeństwa nad wodą.

KPP: Legionowo/
Nowy Dwór Maz./ Pułtusk

INTERCARS

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

INTERCARS.COM.PL



17 VII Niedziela

godz. 12:30 Wernisaż wystawy Wiesławy Starskiej - "Kostiumy"

WSTĘP WOLNY

godz. 13:30 Zwiedzanie pałacu i małej architektury parkowej

Obowiązują bilety: 30zł normalny, 20zł ulgowy REZERWACJA BILETÓW: Restauracja, Recepcja hotelu, biletyna.pl

LICZBA MIEJSC OGRANICZONA

godz. 18:00 Koncert piosenki francuskiej "RETRO CAFE DE PARIS"

Obowiązują bilety: 120zł normalny, 80zł ulgowy REZERWACJA BILETÓW: Restauracja, Recepcja hotelu, biletyna.pl

LICZBA MIEJSC OGRANICZONA



www.palacjablonna.pl

Znajdź nas na
facebook

PUŁTUSK

Tu będzie bezpieczniej

Zakończono przebudowę wyniesionych skrzyżowań i przejść dla pieszych w ciągu ulicy Rafała Krajewskiego

Jak informuje Urząd Miejski, w ramach dofinansowania z **Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg**, zakończyła się realizacja inwestycji dotyczącej budowy przejść dla pieszych w okolicach skrzyżowań w ciągu ulicy Rafała Krajewskiego z ulicami Komisji Edukacji Narodowej oraz Łączną. Celem była poprawa bezpieczeństwa ruchu drogowego na przejściach dla pieszych. Wykonane zostały tzw. wyniesione skrzyżowania, znacznie poprawiające bezpieczeństwo, co jest bardzo ważne ze względu na bliskość żłobka i przedszkola przy ulicy Rafała Krajewskiego. Przejścia dla pieszych



wyposażone zostały w elementy świetlne, pulsacyjne, a to znacząco wpływa na lepszą widoczność w ich okolicach. Wyniesione skrzyżowania

skutecznie wymuszają ograniczenie prędkości pojazdów i wymuszają zwiększenia koncentracji kierowców. Skrzyżowania i bezpieczne przejścia

wykonała firma Drogi i Mosty Jan Kaczmarczyk.

Wartość inwestycji – **1 494 949,49 zł.**

źródło: pultusk.pl

KRONIKA POLICYJNA

05.07.2022, Glinice Domaniewo

54-letni mieszkaniec pow. pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości 0,75 mg/l.

06.07.2022, Pułtusk

22-letnia mieszkanka pow. pułtuskiego kierowała rowerem po drodze publicznej wbrew zakazowi sądowemu.

06.07.2022, Pobyłkowo Małe

59-letni mieszkaniec pow. pułtuskiego kierował pojazdem mechanicznym po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości 1,21 mg/l.

06.07.2022, Ciepelin

Nieznany sprawca, w celu osiągnięcia korzyści majątkowej, za pośrednictwem komunikatora, pod pretekstem zakupu towaru, doprowadził do niekorzystnego rozporządzenia mieniem w kwocie 100 zł, w ten sposób, że przyjął na wskazane konto bankowe połowę kwoty za zakupiony towar, towaru nie dostarczył ani nie zwrócił pieniędzy, działając na szkodę 41-letniej mieszkanki powiatu pułtuskiego.



07.07.2022, Plusy

Nieznany sprawca, nieustalonym przedmiotem, dokonał wybicia podwójnej szyby balkonowej powodując straty nie mniejsze niż 500 zł, działając na szkodę mieszkanki powiatu pułtuskiego.

07.07.2022, Gzowo

Nieznany sprawca, przedstawiając się za pracownika bankowego, nakłonił pokrzywdzoną do zainstalowania aplikacji internetowej, po czym przelał pieniądze w kwocie 9995 zł, działając na szkodę mieszkanki powiatu pułtuskiego.

08.07.2022, Zatory

34-letni mieszkaniec pow. pułtuskiego kierował motocyklem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości 0,94 mg/l.

Liczba legitymowań: 1136
Interwencji policyjnych: 32
Nietrzeźwych kierujących: 4.
KPP w Pułtusku

KRONIKA STRAŻACKA

W dniach 04.07.2022 r. – 10.07.2022 r. jednostki straży pożarnych z terenu powiatu pułtuskiego uczestniczyły w 20 zdarzeniach. Oto wybrane

4 lipca Dwa zastępy z JRG Pułtusk (8 ratowników) oraz jeden zastęp z OSP Grabówiec (5 ratowników) usunęły skutki wypadku samochodu osobowego w miejscowości Gładczyn Rządowy, gm. Zatory. W zdarzeniu uszkodzona została jedna osoba.

Dwa zastępy z JRG Pułtusk (8 ratowników) oraz jeden zastęp z OSP Głodo-wo (6 ratowników) usunęły skutki wypadku samochodu osobowego w miejscowości Przemiarowo, gm. Pułtusk. W zdarzeniu uszkodzona została jedna osoba.

Dwa zastępy z JRG Pułtusk (8 ratowników) usunęły skutki kolizji samochodu ciężarowego z osobowym w Pułtusku, na ul. Warszawskiej.

6 lipca Jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 strażaków) ugasił pożar samochodu osobowego w Pułtusku, na ul. 17 Stycznia.

Dwa zastępy z JRG Pułtusk (8 ratowników) oraz jeden

zastęp z OSP Pokrzywnica (6 ratowników) i jeden zastęp z OSP Pobyłkowo Małe (5 ratowników) usunęły skutki dachowania samochodu osobowego w miejscowości Pobyłkowo Małe, gm. Pokrzywnica. W zdarzeniu uszkodzona została 1 osoba.

9 lipca Jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 strażaków) oraz jeden zastęp z OSP Obryte (4 strażaków) ugasiły pożar samochodu osobowego w miejscowości Psary, gm. Obryte.

Jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 ratowników) zadysponowano do Pułtuska na ul. Wyszkowskiej do zalanego budynku. Po przybyciu na miejsce zdarzenia okazało się, że osoby wykonujące prace budowlane pozostawiły bez nadzoru włączoną pompę do wody, w wyniku, czego zalaniu uległ przyległy teren budowy.

10 lipca Trzy zastępy z JRG (8 ratowników) oraz zastępy OSP Pokrzywnica, Trzepowo oraz Gzowo usunęły skutki wypadku dwóch samochodów osobowych w miejscowości Gzowo, gm. Pokrzywnica.



Niedzielną interwencją strażaków w kamienicy przy ul. Rynek. Czarny dym wydostawał się z mieszkania na najwyższej kondygnacji

W zdarzeniu uszkodzone zostały 3 osoby.

Trzy zastępy z JRG (8 strażaków) ugasiły pożar potrawy w garnku pozostawionej bez nadzoru na kuchence

gazowej w mieszkaniu budynku wielorodzinnym na ul. Rynek w Pułtusku. W zdarzeniu uszkodzona została 1 osoba.

KP PSP

Sternik odpowie za przestępstwo

Zgodnie z zapowiedziami, policja prowadzi kontrole amatorów rejsów po rzece Narew. Głównym zamiarem stróżów prawa jest sprawdzenie czy sternicy nie znajdują się pod wpływem alkoholu. Mundurowi interweniują wobec osób stojących za sterami łodzi, żaglówek, kajaków, rowerów wodnych i innych obiektów pływających

W niedzielę, patrolując rzekę Narew, na wysokości Pogorzec policjanci zatrzymali do kontroli 33-letniego mieszkańca powiatu piaseczyńskiego. Mężczyzna sterował łodzią napędzaną silnikiem spalinywym. Badanie na trzeźwość wykazało ponad promil alkoholu w jego organizmie. Teraz

odpowie za przestępstwo prowadzenia pojazdu mechanicznego w ruchu wodnym, za które Kodeks Karny przewiduje karę do 2 lat pozbawienia wolności. Przypominamy, że szlak wodny jest jak droga- jeśli pływasz łodzią motorową i masz do pół promila alkoholu w organizmie, odpowiesz za



wykroczenie. Jeśli stężenie alkoholu wyniesie powyżej pół promila, staniesz przed sądem jako sprawca przestępstwa.

Apelujemy o rozsądek! Alkohol w połączeniu

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

Autor. sierż. Renata Soból

Dopłacą do zakupu telewizora i dekodera

W poniedziałek, 27 czerwca br. w regionie mazowieckim nastąpiła zmiana standardu nadawania bezpłatnej naziemnej telewizji

Mieszkańcy, których telewizory nie odbierają nowego sygnału nadawania bezpłatnej telewizji naziemnej DVB-T2/HEVC, a ich sytuacja materialna nie pozwala na samodzielne poniesienie kosztów zakupu nowego sprzętu do odbioru, mogą skorzystać z rządowego programu dofinansowania. Dofinansowanie możesz otrzymać w wysokości: **100 zł** do zakupu **dekodera** lub **250 zł** do zakupu **telewizora**.

Dekoder lub telewizor musi być zgodny z zapisami rozporządzenia w sprawie wymagań technicznych i eksploatacyjnych dla odbiorników cyfrowych, czyli taki, który umożliwia poprawny odbiór sygnału telewizyjnego w nowym standardzie DVB-T2/HEVC.

Zakup odbiornika cyfrowego za kwotę niższą niż wysokość dofinansowania nie będzie uprawniał do otrzymania zwrotu lub innego wykorzystania pozostałej kwoty dofinansowania. W przypadku zakupu odbiornika cyfrowego na wyższą kwotę niż wysokość dofinansowania obowiązek zapłaty pozostałej części ceny będzie trzeba uregulować we własnym zakresie.

Komu przysługuje dofinansowanie?

Dofinansowanie przysługuje na gospodarstwo domowe, które ze względu na swoją sytuację materialną nie może samodzielnie ponieść kosztów zakupu nowego sprzętu. Wniosek o przyznanie świadczenia może złożyć jedna osoba z gospodarstwa domowego. Aby otrzymać świadczenie, osoba składając wniosek będzie musiała złożyć oświadczenie, iż bez dofinansowania nie ma możliwości dostosowania sprzętu odbiorczego do zmiany standardu nadawania sygnału telewizyjnego.

Gdzie można złożyć wniosek?

Wniosek o dofinansowanie na zakup dekodera lub telewizora można złożyć za pośrednictwem: Formularza online na platformie gov.pl, Poczty Polskiej w tradycyjnej formie papierowej.

W jaki sposób zostanie przekazane świadczenie?

Po złożeniu wniosku osoba uprawniona otrzyma specjalny kod na podany w formularzu online adres e-mail lub w postaci wydruku przekazanego przez pracownika Poczty Polskiej, który będzie rejestrował wniosek w systemie.

Gdzie można zrealizować przyznane świadczenie?

Otrzymany kod z przyznanym świadczeniem można zrealizować w sklepach internetowych i stacjonarnych, które przystąpiły do programu. Wyszukiwarka sklepów jest dostępna na stronie. Więcej na ten temat na stronie <https://www.gov.pl/web/dvbt2/nowy-program-dofinansowania-do-zakupu-odbiornika-cyfrowego> www.gov.pl/



NASZE WILKOWYJE

O empirii

Wyszło słońce i rozmowy na ławeczce od razu inne. Po pierwsze mniej paliwa trzeba, by utrzymać ciepło. Po drugie szybciej człowiek wchodzi w nastrój filozoficznej akceptacji wszystkiego. No bo ciepło alko szybciej swoje robi. Japycz opowiadał, że w pewnych kręgach, jak się pije, to się nie mówi, bo alkohol trzymany w ustach szybciej do mózgu się wchłania. No ale to barbaria jakaś, my pijemy, żeby pogadać.

No więc, panie władzo, było tak: zaświeciło słońce i grzało całkiem po letniemu. Dużo my nie wypili, jeno Japycz młody nie jest i szybciej go rozłożyło. Nie tak dosłownie, tylko filozoficznie. Bo słońce dużo witaminy posiada, a jak wiadomo ona do filozofowania jest niezbędna, bo inaczej strasznie ponura ta filozofia. Solejukowa nawet twierdzi, że te wszystkie hegle, nicze i kanty to się z pochmurnej pogody biorą, długich zim itepe. Myśleliśmy, że chodzi o heble, znicze i przekręty, ale to mylno interpretacja była.

No już przechodzę do rzeczy, ale bez tła, to się nie da, bo to właśnie o tło się rozeszło. Bo Japycz jak się napił, to mówi, że wedle niektórych teorii, to świat się już skończył jakiś czas temu, a to co zostało, to procesy gnilne i powidoki istnienia. Przeciwno procesom gnilnym, to my nic nie mamy, bo bez gnicia nie ma fermentacji, a bez fermentacji ławeczka smutna i pechowe teorie dla ludzkości mogą z tego powstać. Poszło o te powidoki istnienia. Zapal nas jakiś ogarnął, no bo jak już tylko powidoki zostały, to korzystać trzeba koniecznie i bez zwłoki. Więc że na mnie kolej była, to po Mamrota poszedłem i z rozpędu wziąłem jeszcze dwa, ponad zwykłą liczbę. W tej kolejce rozważali my głównie czy powidoki to lepiej widać po ciemku czy po jasności. Zgody nie było, bo być nie mogło, skoro Hadziuk myślał, że powidoki to widoki po seksie, a ja żem nic nie myślał, tylko głupawki dostał, bo ten powidok to strasznie śmieszne słowo i dziwnie inne od innych. No bo panie władzo, sam pan zobaczy: słuch – posłuch, strach – postrach, wuj – powuj, daj – podaj, wszystko zwykłe słowa, a taki widok ma powidok i to już jest słowo filozoficzne, więc w kolejnej kolejce debata była, co takiego w tym widoku się ukrywa. Na pozór nic. Sklep, ławeczka, kościół, przystanek – niby jak zawsze, ale inne. Nie że w słońcu, tylko z tego niepewnego istnienia. Bo to chodzi o to, czy świat jak się kończy, to zaczyna od rzeczy czy od ludzi. Mnie się zdało, że musi od ludzi, bo gdyby rzeczy najpierw znikły, to gołuśki tłum by se wisiał we próżni jak jakaś kosmiczna plaża dla nudystów. Więc logiczne, że najpierw ludzie. Albo zwierzęta. Ale to na jedno, bo nam Japycz wytłumaczył, że człowiek też zwierzę, nie tylko w sensie, że bydlę i świnia, ale też tak ogólnie. No i że te ludzie i zwierzęta, to pewnie będą znikać stopniowo, bo jakby na raz, to żadnego powidoku by nie było.

Więc to nieprawda panie władzo, że my pijane poszły kobity obmacywać, bo my macali wszystkich, nawet Myćkę, chociaż miał widły i nie z powodów zbereźnych, ale filozoficznych. Rozchodziło się nam o to, od której to części ciała powidok się zaczyna. I jak Hadziuk Węclawską w pośladek uszczypnął, to nie żeby jej dietę jakąś sugerować, ale dlatego, że jak się długo na czymś siedzi, to się szybciej zużywa, więc my myśleli, że może od tego się to znikanie zaczyna. I siebie my też obszczypali, panie władzo, sumiennie, więc żadne mi-tuu w grę nie wchodzi. Nie, Violetki my nie szczypali, panie władzo, tak bardzo pijani to my nie byli, żeby zapomnieć, że pan posterunkowy bardzo nie lubi, jak się pana żonie pewną młodzieńczą rozwiązość przypomina.

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

Pietrek

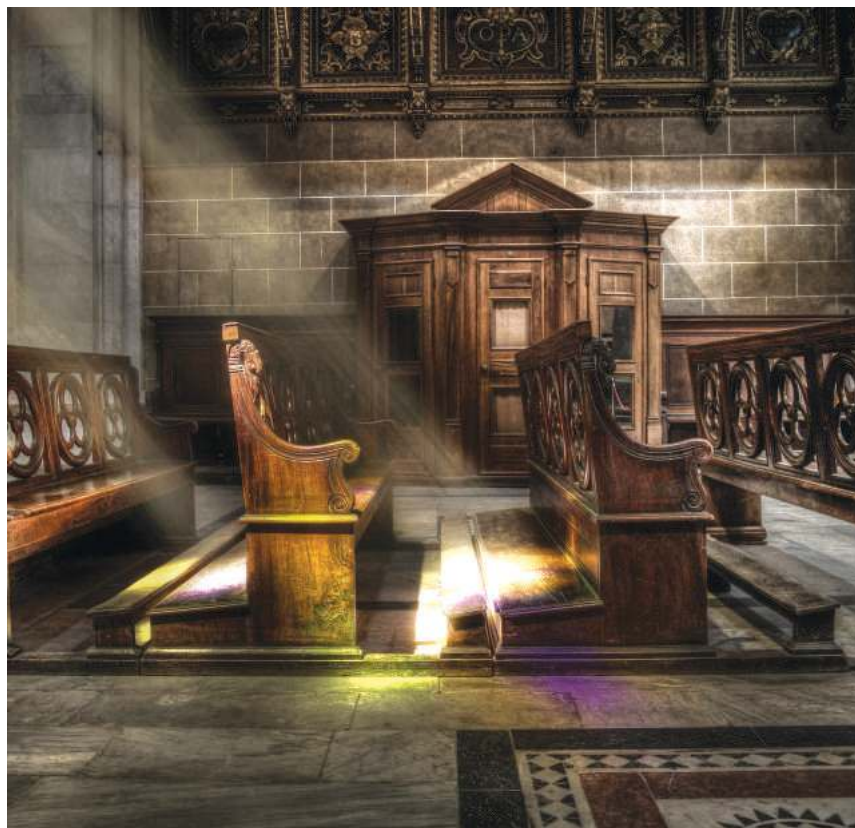
Pandemia COVID-19 spowodowała nie tylko ogólną deintensyfikację praktyk religijnych wśród Polaków, ale też wyraźnie osłabiła ich subiektywne poczucie religijności. Dodatkowo przyspieszyła proces polaryzacji polskiej religijności - wykazali badacze z Instytutu Nauk Socjologicznych i Pedagogiki SGGW

W opublikowanym na łamach czasopisma „PLoS One” artykule (<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0269015>) przypominają, że pojawienie się wirusa SARS-CoV-2, a następnie pandemia COVID-19, spowodowały globalne zagrożenie dla zdrowia publicznego. W takich trudnych i niepokojących sytuacjach można się spodziewać, że ludzie będą szukać pocieszenia w religii. Jednocześnie nigdy wcześniej żyjący współcześnie ludzie nie byli świadkami tak poważnych zakłóceń praktyk religijnych. Na całym świecie, ze względu na regulacje dotyczące dystansu społecznego, wyznawcy różnych religii przestali móc praktykować w taki sposób, w jaki czynili to przed 2020 rokiem.

„Pomysł na to badanie pojawił się już na początku pandemii - opowiada autor publikacji dr Rafał Boguszewski. - Jednak wtedy interesowały nas postawy Polaków wobec nowo zaistniałej sytuacji w ogóle: pytaliśmy o ich zachowania, obawy, doświadczenia i opinie. Religijność była tylko jednym z elementów. Ponieważ jednak zauważyliśmy, że w tym właśnie zakresie zachodzą istotne zmiany, postanowiliśmy temat zgłębić, stąd też dwie najnowsze fale naszego badania w szerszym zakresie dotyczyły tej właśnie kwestii”.

Badania, do których odwołuje się artykuł przeprowadzono na próbie około tysiąca respondentów w listopadzie 2020 r. oraz na podobnej liczbie w kwietniu 2021 r. Były to odpowiednio II i III fala pandemii. Dane zbierano w oparciu o ankiety internetowe.

Jak wyjaśnia dr Boguszewski, udział w badaniu wzięli wyznawcy różnych religii, jednak wiadomo, że ze względu na strukturę naszego społeczeństwa zdecydowaną większość stanowili katolicy. „Nie była to grupa doborowa pod względem wyznania; za to zależało nam, żeby jak najlepiej odzwierciedlała polską populację pod względem wieku, płci, wykształcenia, województwa i wielkości miejscowości zamieszkania”.



Pandemia osłabiła religijność Polaków

Naukowcy zapytali uczestników badania o przemiany ich religijności w związku z pandemią: u kogo ona spadła, u kogo się umocniła. Zebrane dane analizowano zarówno osobno dla obu fal badania, jak i łącznie, co dzięki większej liczebności odpowiedzi umożliwiło bardziej pogłębione analizy.

„Pytaliśmy m.in. o tradycyjne praktyki religijne realizowane przed pandemią oraz po jej wybuchu. Żeby jednak wykluczyć, że odejście od praktykowania jest wyłącznie konsekwencją lockdownu i ograniczonego dostępu do kościołów, zadaliśmy pytanie także o subiektywną ocenę własnego zaangażowania religijnego. Interesowało nas to, czy Polacy zauważają jakąś zmianę w tym zakresie, czy po wybuchu pandemii poświęcają więcej czy mniej czasu na modlitwę własną, medytację oraz inne praktyki religijne” - mówi dr Boguszewski.

Szybko okazało się, że widoczny jest pewien trend: w początkowym okresie pandemii przekonanie o wzroście własnej religijności było nieco większe, potem zaczęło spadać. „Na początku, gdy poczucie zagrożenia było duże, a ludzie nie wiedzieli, czego się spodziewać i czuli, że stoją w obliczu zagrożenia życia, bardziej kierowali się do Boga, co jest zgodne z wcześniejszymi ustaleniami, że część ludzi w religii szuka poczucia bezpieczeństwa. Natomiast potem, wraz z oswojeniem sytuacji, poczucie wzrostu zaangażowania religijnego zaczęło maleć” - mówi naukowiec.

Dokładna analiza pokazała, że regularny udział w instytucjonalnych praktykach religijnych w badanej grupie spadł podczas pandemii trzykrotnie - z 31,2 proc. przed czasami COVID-19 do 11,9 proc. w trakcie. Liczba osób, które w ogóle nie chodziły do kościoła, wzrosła z 23,1 proc. do 57 proc. Między drugą a trzecią falą nastąpił niewielki powrót do regularnych praktyk (z 10,1 proc. do 14,1 proc.).

Jeśli chodzi o subiektywną ocenę ilości czasu poświęconego na modlitwę, to sumarycznie wyraźnie mniej osób zgłaszało wzrost (10,6 proc.) niż spadek (20,1 proc.) zaangażowania religijnego w pandemii, a zmienną, która miała najsilniejszy związek z tą sytuacją okazało się zaangażowanie religijne przed pandemią.

„Nasze badanie bardzo wyraźnie uwiaryściło, że wzrost zaangażowania religijnego nastąpił szczególnie wśród tych, którzy już przed pandemią cechowali się ponadprzeciętną religijnością mierzoną

uczestnictwem w praktykach. Natomiast osoby okazjonalnie praktykujące zaczęły w pandemii zupełnie porzucać obrzędową religijność. Myślimy, że pandemia, nakaz dystansu społecznego, ograniczenia dotyczące zgromadzeń, a w konsekwencji osłabienie kontroli społecznej, stały się dla nich usprawiedliwieniem dla zaprzestania praktyk” - wyjaśnia dr Boguszewski.

Badacze pytali także o uczestnictwo w praktykach religijnych online oraz za pośrednictwem radia i telewizji. Formy te okazały się atrakcyjne szczególnie dla tych, którzy już wcześniej byli bardziej religijni. „Stały się one raczej uzupełnieniem tradycyjnych praktyk religijnych niż alternatywą dla nich, bo osoby praktykujące w pandemii za pośrednictwem mediów, nierzadko nadal także regularnie chodzą do kościoła. Natomiast Polacy, którzy przed pandemią praktykowali sporadycznie lub wcale, nie byli też zainteresowani religijnością online” - podkreśla naukowiec.

Wśród innych zmiennych, które miały istotny statystycznie wpływ na wzmocnienie lub osłabienie religijności, dr Boguszewski wymienia wiek (wzrosła religijność osób starszych, spadła młodszych) oraz liczbę dzieci w gospodarstwie domowym. Okazało się, że im więcej dzieci, tym silniejszy spadek religijności. „Jest to jednak dość logiczne: z powodu zamknięcia szkół i przedszkoli dzieci musiały zostać w domach, przez co ich rodzice mieli więcej obowiązków, a mniej czasu na inne aktywności, w tym praktyki religijne”.

Ostatnią zmienną wpływającą na badaną kwestię było zadowolenie z życia: osoby bardziej zadowolone ze swojego życia częściej deklarowały wzrost religijności w pandemii. „To bardzo ciekawe odkrycie, które jednak wymaga bardziej pogłębionych analiz i szczegółowej weryfikacji kierunku zależności w tej hipotezie” - mówi autor badania.

Naukowiec podkreśla, że omawiane badania ujawniły wzrost polaryzacji religijności w społeczeństwie podczas pandemii. Zresztą od takich samych wniosków prowadzą inne badania, w tym m.in. systematycznie realizowane przez CBOS.

Zdaniem rozmówcy istotna będzie kolejna fala pomiaru - w kontekście całkowitego poluzowania pandemicznych obostrzeń. „Pokaże nam ona, jak sytuacja zmieniła się po pandemii. Mamy jednak silne podstawy, aby podejrzewać, że trend odchodzenia społeczeństwa od religijności nie tylko się nie odwraca, ale wręcz nasila, co zresztą sugerują wyniki przytoczonych wyżej badań CBOS” - zaznacza dr Boguszewski.

Na zakończenie naukowiec dodaje, że kluczowe będzie dopytanie o bezpośrednie powody spadku religijności. Pandemia zbiegła się bowiem w czasie z innymi wydarzeniami, które mogły przyczynić się do odchodzenia ludzi od Kościoła katolickiego. „Dotąd o to nie pytaliśmy, jednak można przypuszczać, że takie kwestie jak zaostrzenie prawa aborcyjnego oraz kolejne afery związane z przedstawicielami Kościoła mogły nawet bardziej znacząco wpłynąć na zniechęcenie ludzi do religii, w tym zwłaszcza młodych obywateli naszego kraju, niż sama pandemia” - tłumaczy badacz z SGGW.

„Podsumowując: odwrót od religijności w czasie pandemii jest w naszym kraju dość wyraźny. Tylko osoby najbardziej zaangażowane, które wcześniej częściej niż pozostali uczestniczyły w obrzędach religijnych, umocniły się w swojej religijności. Pozostała część społeczeństwa, zwłaszcza młodsza, wyraźnie ograniczyła swoje zaangażowanie religijne” - mówi.

PAP - Nauka w Polsce, Katarzyna Czechowicz



CAFE DE PARIS

Wykonawcy:
Chris Schittulli -wokal
Wiesław Prządka - akordeon, bandoneon
Marek Piątek - gitary

NIEDZIELA, 17 LIPCA GODZ.18.00

Pałac w Jabłonnie
ul. Modlińska 105

BILET NORMALNY - 120 ZŁ

BILET ULGOWY - 80 ZŁ

KUP BILET: NA MIEJSCU W GODZ. 10-18, ON-LINE: WWW.BILETYNA.PL
REZERWACJE: NFO@PALACJABLONNA.PAN.PL, +48 509 081 438 / 535 585 661



Czekolada ma wiele właściwości sprzyjających zdrowiu

Czekolada wyprodukowana z owoców kakaowca, o wysokiej zawartości miazgi, ma sprzyjające zdrowiu właściwości – oceniła w komunikacie przesłanym w środę PAP dr Joanna Orzeł z Instytutu Chemii Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach

Czekolada jest bogata w antyoksydanty, które, jak zaznacza dr Orzeł, wspomagają walkę z wolnymi rodnikami i stresem oksydacyjnym przez nie wywołanym.

„Zawarte w niej flawonoidy mogą polepszyć kondycję naszego układu sercowo-naczyniowego oraz pozytywnie wpłynąć na ochronę naszej skóry przed promieniowaniem UV” – wyjaśniła. Co więcej, czekolada dobrze wpływa również na gospodarkę cholesterolu i obniża ryzyko ataku serca. Jej wpływ na układ nerwowy często skutkuje poprawą nastroju

Jak podkreśliła w komunikacie dr Orzeł, wymienione korzyści spożywania czekolady są możliwe wówczas, gdy dawkowana jest ona racjonalnie.

„Czekolada jest zalecana do umiarkowanego spożycia i z pewnością jest smaczną opcją na dostarczenie porcji dobrych składników do naszego organizmu” – dodała. Jednak ostrzegła, że jest wysokokalorycznym produktem, może wywoływać reakcje alergiczne u osób wrażliwych, a w skrajnych przypadkach jej regularne, niekontrolowane spożycie prowadzi do uzależnienia.

W komunikacie wyjaśniono również, że czekolada wytwarzana jest z owoców kakaowca, a dokładniej z nasion, z których pozyskiwana jest tzw. miazga kakaowa. „Obok miazgi kakaowej w czekoladzie znajdziemy tłuszcz kakaowy (lub inny roślinny) oraz, w zależności od rodzaju, substancje słodzące oraz inne dodatki (np. mleko, bakalie czy orzechy)” – przekazano.

Wśród podstawowych rodzajów czekolady wskazano cztery – ciemną (o najkrótszym składzie i wysokim procencie zawartości kakao), deserową (zawiera dodatek cukru lub innej substancji słodzącej), mleczną (w składzie dodatkowo obok miazgi i tłuszczu ma cukier i mleko) oraz białą (nie zawiera kakao i jest mieszaniną utwardzonych tłuszczu i cukru).

PAP - Nauka w Polsce, Aleksandra Kielczykowska
foto: Fotolia

Ja - najlepszy ekspert od samego siebie.

Ludzie często uważają się za najlepszych ekspertów w temacie samego siebie i dlatego - jeśli chodzi o opinie na swój temat - za najbardziej wiarygodne uznają głosy spójne z samooceną. Są tu jednak wyjątki - zwracają uwagę badacze z UJ

Masz silnie wyrobione zdanie o sobie? Uważaj, bo możesz być stronniczy we wsłuchiwanie się w opinie innych na ten temat.

Np. jesteś przekonany, że dobrze negocjujesz? Albo uważasz, że jesteś świetnym kierowcą? Jest większa szansa, że bardziej zaufasz tym, którzy też mówią, że jesteś dobry w te klocki niż tym, którzy sugerują, że nie do końca ci to wychodzi. Analogicznie - kiedy nie wierzysz w swoje możliwości - np. uważasz, że słabo radzisz sobie z publicznymi wystąpieniami - statystycznie rzecz biorąc - bardziej weźmiesz sobie do serca głos krytyki w tym zakresie niż pochwałę. Niezależnie od tego, jaka jest prawda.

Mechanizm takiego błędu poznawczego wyjaśnia tzw. teoria autoweryfikacji. Proponuje ona, że wolimy komunikaty spójne z własnym spojrzeniem na siebie, aby zachować poczucie spójności, przewidywalności, kontroli nad sobą i otaczającym światem. Gdyby jednak takie wyjaśnienie było kompletne, żadna zmiana zdania na swój temat nie byłaby możliwa: otaczalibyśmy się jedynie głosami spójnymi z naszym spojrzeniem na siebie i jeszcze bardziej utwierdzali się w swoim początkowym mniemaniu o sobie. A przecież nie zawsze tak jest. Czego więc wyjaśnieniu proponowanemu przez tę teorię brakowało.

“To wytłumaczenie oznaczałoby, że ludzie nie zważają na prawdziwość otrzymywanych informacji. Tymczasem ludzie przyjmują do wiadomości to, co uważają za prawdziwe” - uważa współautorka badania dr Ewa Szumowska z UJ. Dlatego wspólnie z kolegami z zespołu szukała innego wyjaśnienia

Ale czy zawsze?

tego zjawiska. Naukowcy przedstawili je w publikacji w Psychological Science

W pracy tej badacze tłumaczą, że interesujemy się opiniami spójnymi z naszą samooceną, bo uznajemy się za najlepszego eksperta w swojej sprawie. A w związku z tym - jeśli chodzi o temat samego siebie - opinie zbliżne ze swoją oceniamy jako bliższe prawdy, bardziej wiarygodne. Skoro wiemy, jacy jesteśmy naprawdę, każdy, kto uważa podobnie, ma rację. Natomiast jeśli ktoś uważa inaczej, najpewniej się myli.

W eksperymencie badacze pokazują, że istnieją inne osoby, które uznajemy za wiarygodnych ekspertów w naszej sprawie. Przynajmniej w niektórych aspektach. A ich głos - niespójny z naszym - jest dla nas ciekawszy niż głos, z którym się zgadzamy.

Dr Ewa Szumowska zwraca uwagę, że np. kiedy mamy problem ze zdrowiem - np. boli nas noga, nie mamy zwykłego problemu, żeby oddać się w ręce specjalisty i zdać się na jego diagnozę i leczenie. Są więc sytuacje, kiedy uznajemy, że ktoś jest lepszym ekspertem w naszej sprawie, niż ja sam. Problem, żeby pokazać taką zależność eksperymentalnie.

Do eksperymentu wybrano osoby, które - jak wynikało z ankiet - miały zdecydowane zdanie o swoich umiejętnościach społecznych: te, które uważały, że świetnie radzą sobie z innymi ludźmi oraz takie, które uważały, że są w tym bardzo słabe. Osobom tym robiono kolejną serię testów dotyczących tych umiejętności, a potem mówiono, że przygotowano dla nich dwie diagnozy w tym zakresie. Wszyscy badani otrzymywali dostęp do krótkiego opisu dwóch skrajnie różnych ocen swoich umiejętności społecznych - jednej pozytywnej, jednej negatywnej. A także informację, kto ją przygotował: czy był to psycholog, czy student. Każdy badany mógł zdecydować, którą diagnozę woli przeczytać w całości. Eksperymentatorzy interesowało to, czy badani będą chcieli zapoznać się z opiniami sprzecznymi z ich mniemaniem o sobie, jeśli wiedzieli, że będzie to

opinia przygotowana przez specjalistę - psychologa.

No i rzeczywiście - badani byli taką opinią przeczącego im ekspertowi zainteresowani nie rzadziej niż głosem wspierającym. Oznacza to, że badani nie faworyzowali opinii spójnej ze swoją samooceną. A to całkiem dobry znak, że są sytuacje, w których jesteśmy w stanie dopuścić głos przeczący temu, co sami o sobie myślimy. To zaś pierwszy krok, aby doprowadzić do zmiany tego, jak na siebie patrzymy.

Co więcej w badaniach przeprowadzonych na żywo w laboratorium osoby z negatywnym obrazem siebie wolały opinię pozytywną, czyli niespójną z ich mniemaniem o osobie, istotnie bardziej niż spójną, jeśli ta opinia pochodziła od psychologa. W innej edycji tych samych badań, ale wykonywanych online, taka preferencja nie wystąpiła. Co też pokazuje różnicę w podejściu do ekspertów w sferze online i na żywo. Kluczowe jednak, że w obu wersjach eksperymentu zniknęła typowo pojawiająca się preferencja opinii spójnej z tym, co sami o sobie myślimy.

Dr Szumowska zaznacza, że oczywiście nie jest niczym nowym to, że ludzie traktują czasem psychologów za ekspertów od pewnych aspektów samego siebie i zdają się na ich diagnozę. Nowością jest jednak nowe spojrzenie na kwestię zaufania do opinii innych na swój temat.

Może nam się wydawać, że znamy siebie na wylot, ale w wiedzy tej jest wiele dziur. Dr Szumowska wymienia, że dziury te są m.in. wynikiem błędów poznawczych, których nie zauważamy czy też braku wiedzy. Czasem więc zaczynamy mijać się z prawdą na swój temat. Jaskrawo to widać na przykładzie depresji, w której pacjenci mają tak negatywne, że czasem aż oderwane od rzeczywistości spojrzenie na swój temat. I szukają dla tego potwierdzenia. To tylko jeden z przykładów, który pokazuje, jak ważne jest w psychologii dobre zrozumienie mechanizmów przetwarzania informacji na swój temat.

PAP - Nauka w Polsce, Ludwika Tomala

REKLAMA

CENTRUM MEDYCZNE
GABINTER

ul. Krasińskiego 64, 05-120 Legionowo

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

Gabinter.pl

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

LEKARZE SPECJALIŚCI

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

REJESTRACJA

tel: 22 774 09 66 tel: 737 144 444



Zielona ściana zamiast betonu

Udoskonalaniem miejskich ogrodów i upraw warzywnych zlokalizowanych na ścianach domów, firm i instytucji, oraz bezglebowych upraw hydroponicznych na dachach budynków, zajmują się m.in. badacze z Politechniki Gdańskiej

Hydroponika to bezglebowa metoda uprawy roślin pozwalająca sadzić rośliny na pożywece zawierającej roztwór soli mineralnych. Uprawy hydroponiczne mogą być prowadzone nie tylko w skali przemysłowej, ale również w ogródkach przydomowych. Podnoszą wówczas samowystarczalność miast w produkcji żywności.

Minusem tego rozwiązania jest relatywnie duże zapotrzebowanie na wodę oraz konieczność oczyszczania zużytej pożywki - wyjaśniają na stronie uczelni badacze z Wydziału Inżynierii Lądowej i Środowiska PG, które zamkają obieg wody w miejskiej hydroponicznej uprawie sałaty i poprzez oczyszczenie odcieku w systemie zielonej ściany.

ROLNICTWO MIEJSKIE NIEZALEŻNE OD POGODY

Uprawy wertykalne nie wymagają dużej powierzchni, dlatego mogą być prowadzone w warunkach gęstej zabudowy. Trend „urban farming” staje się popularny również w polskich aglomeracjach.

Prof. Ewa Wojciechowska i dr inż. Karolina Matej-Lukowicz z Katedry Inżynierii Sanitarnej WILiS oraz studentka Joanna Stycharz prowadzą badania nad połączeniem dwóch systemów wertykalnych. Pierwszy z nich służy do hydroponicznej uprawy sałaty, natomiast drugi to tzw. zielona ściana, której zadaniem jest oczyszczanie odcieku z uprawy hydroponicznej.

Jak wyjaśniają ekspertki, uprawa hydroponiczna eliminuje konieczność sadzenia roślin w ziemi. Rośliny mogą być uprawiane w zamkniętych pomieszczeniach, bo do fotosyntezy wystarczą specjalne lampy o odpowiednim natężeniu światła. Eliminuje to problem z niekorzystnymi warunkami atmosferycznymi – uprawy można prowadzić przez cały rok.



Rośliny nie są też podatne na choroby przenoszone przez glebę, co redukuje użycie chemicznych środków uprawy roślin.

ŁATWIEJ WYŻYWIĆ MIASTO

„Uprawa hydroponiczna jest też odpowiednią na długie łańcuchy dostaw produktów żywnościowych oraz na rosnące ceny świeżej żywności w miastach. Dzięki uprawianiu roślin na użytek prywatny, skracamy drogę między miejscem produkcji, a naszym stołem. Uprawy bezglebowe stanowią odpowiedź na wyzwania związane z koniecznością wyżywienia dynamicznie rosnącej populacji” – podkreśla prof. Ewa Wojciechowska.

W kierowanym przez nią projekcie powstał układ do hydroponicznej uprawy sałaty. Rozsady sałat dojrzewają w szklarniach, następnie przesadzone są do specjalnych koszyków, wydrukowanych na drukarce 3D i umieszczane w rurach wypełnionych pożywką, z wyciętymi na doniczki otworami. Dzięki takiej konstrukcji uprawy można umieścić w wybranym pomieszczeniu zarówno poziomo jak i w pionie, w zależności od potrzeb i od dostępności miejsca.

„To tanie rozwiązanie. Poza koszykami, których zakup sprawiał trudność i z pomocą przyszedł nam student Wydziału Elektroniki i Technik Informacyjnych, który umiał

zaprojektować i wydrukować na drukarce 3D odpowiedniej wielkości i kształtu ażurowe pojemniczki do rozsady, użyliśmy rur kanalizacyjnych, które otrzymaliśmy od firmy Pipelife. Do tego odpowiednia lampa – sałata wymaga akurat światła o temperaturze 6500 K i nasza hydroponiczna uprawa ma już odpowiednie warunki” – wyjaśnia cytowana w materiale prasowym dr inż. Karolina Matej-Lukowicz.

Badaczki pracują obecnie nad możliwością oczyszczania ścieków z hydroponicznej uprawy sałaty z zastosowaniem zielonej ściany i zamknięcia obiegu wody w tej hodowli.

ODPOWIEDŹ NA „BETONOŻĘ” I BRAK MIEJSCA

Zielone ściany to coraz popularniejszy trend w aglomeracjach miejskich. Stanowią odpowiedź na nękającą miasta „betonożę”, ale ich funkcja nie ogranicza się tylko do estetycznego wyglądu. Korzystnie oddziałują na mikroklimat, redukując efekt „miejskiej wyspy ciepła”. Mogą też z powodzeniem oczyszczać wodę – najczęściej stosowane są do oczyszczania wody deszczowej lub tzw. ścieków szarych, umożliwiając ich powtórne wykorzystanie. Nowatorskim pomysłem w projekcie jest wykorzystanie zielonej ściany do oczyszczania odcieku z uprawy hydroponicznej.

„Chcemy zbadać, czy woda użyta do podlewania naszych upraw, która tworzy dalej pożywkę, może być zastosowana powtórnie, a nawet kilkakrotnie. Zamknięty obieg pozwala na znaczące zmniejszenie ilości wody użytej do upraw hydroponicznych, co jest niezwykle ważne ze względu na zmiany klimatu, których rezultatem jest m.in. problem z dostępnością wody. Żeby jednak taki obieg zamknąć, musimy wodę oczyszczać. I tu z pomocą przychodzi zielona ściana zbudowana z kilku pięter roślin, które naszą wodę przefiltrują, oczyszczą i będzie mogła po raz kolejny być zastosowana do upraw sałaty” – tłumaczy dr inż. Karolina Matej-Lukowicz.

Badaczki używają różnych roślin do tworzenia zielonych ścian, m.in.: trzmieliny (Eonymus) czy żurawki (Heuchera) i sprawdzają ich możliwości filtrujące.

„Naszym celem jest stworzenie odpowiedniej pożywki, by sałata rosła w najlepszych możliwych warunkach oraz odpowiednia zielona ściana do oczyszczania zużytej pożywki i wprowadzenie obiegu zamkniętego” – podsumowuje Joanna Stycharz, studentka inżynierii środowiska.

PAP - Nauka w Polsce,
Fot. Krzysztof Krzempek/PG

SZPITAL W LEGIONOWIE WOJSKOWY INSTYTUT MEDYCZNY

**Z MYŚLĄ O WAS
DLA WAS
LECZYMY NOWOCZEŚNIE
I BEZPIECZNIE**



www.wim.mil.pl



Amatorów grillowania w naszym kraju nie brakuje. Z ankiety przeprowadzonej wśród Polaków wynika, że zaledwie 6,7% rodaków wcale nie grilluje. Około 10% uważa, że grillowanie jest zdrowe, niemniej zdaniem 43% należy odpowiednio przygotować jedzenie, by uzyskać zdrowe potrawy. Co ma wpływ na ich prozdrowotne wartości? Przede wszystkim jakość samych użytych produktów, ale także to, na jakim grillu posiłek zostanie przygotowany

Który grill wybrać i o czym pamiętać?

Bardzo wysoka temperatura, konieczna do grillowania jedzenia, sprzyja powstawaniu związków rakotwórczych, bardzo niebezpiecznych dla ludzkiego organizmu. Tradycyjne i najbardziej popularne grillowanie na węglu drzewnym jest najmniej bezpieczne dla naszego organizmu. Powodem tego stanu rzeczy jest brak stałej kontroli nad rozpalonym ogniem, który w kontakcie z jedzeniem tworzy doskonałe warunki do powstawania szkodliwych związków — w szczególności toksycznego benzopirenu.

Jak wynika z wielu badań, pod względem bezpieczeństwa, zdrowia i jakości jedzenia, najbezpieczniejsze jest przygotowywanie potraw na grillu elektrycznym, który posiada regulację temperatury i często specjalny pojemnik, do którego ścieka tłuszcz, co zapobiega powstawaniu toksycznych związków. W porównaniu z potrawami przygotowanymi na grillu gazowym czy węglowym, te z grilla elektrycznego zawierają nawet 40 razy mniej szkodliwych substancji². Ponadto w świetle prawa z grilla elektrycznego można korzystać praktycznie wszędzie, ponieważ nie stanowi on zagrożenia pożarowego.

Jak zorganizować grillowanie w plenerze?

Jeśli chce się urządzić grill poza własnym podwórkiem czy działką, należy pamiętać, że zgodnie z prawem, nie wszędzie można rozpać grill węglowy czy gazowy. Często poza wytycznymi natury prawnej, ograniczenia nakłada także zarządca terenu. Ustalenie czy w danym miejscu można, czy nie można rozpać grilla, może być kłopotliwe. Niemniej mając do dyspozycji odpowiednie urządzenie elektryczne i przenośną stację zasilania, grillowanie można urządzić praktycznie wszędzie, nie martwiąc się o źródło prądu. — Stacja o pojemności 1260Wh jest w stanie zasilić grill elektryczny o mocy 1150W przez godzinę, ale już stacja o pojemności 3600Wh zapewni zasilanie grilla o tej samej mocy niemal trzy razy dłużej. — wyjaśnia Paweł Tomiczek z EcoFlow. Grillowanie w plenerze ciężko jednak ograniczyć do godziny czy trzech. Co w przypadku, gdy planujemy całodzienny wyjazd i dłuższe grillowanie? — Czas zasilania można swobodnie wydłużyć poprzez podłączenie stacji do paneli fotowoltaicznych. Panele będą zasilają stację, a jednocześnie stacja posłuży za źródło zasilania grilla. — dodaje przedstawiciel marki EcoFlow.

Co najczęściej łąduje na ruszcie?

Grillowanie na przestrzeni ostatnich lat zmieniło swój charakter. Podstawą nie jest już tylko to, by zjeść smacznie, ale przede wszystkim — zdrowo. Na ruszcie zagościły ryby, chude mięso, owoce morza,



Grillowanie - co wolno, a co nie? Przewodnik z przepisami

warzywa, a nawet owoce, którym ustąpiły miejsca tradycyjna kiełbasa, karkówka czy kaszanka. Często jednak brakuje nam pomysłów na to, co mogłoby się znaleźć na ruszcie, poza tym, co do tej pory znamy. Warto zainspirować się sprawdzonymi przepisami, rekomendowanymi przez najlepszych speców w dziedzinie kulinarii. Przepisy na rozpluwające się w ustach pieczarki z rusztu rekomendują szefowie kuchni Dwór Korona Karkonoszy.

Grillowane pieczarki z kozim serem

Składniki:

- 5 dużych pieczarek
- 70g sera koziego twarogowego
- starty ząbek czosnku
- bazyli
- pieprz

Wykonanie:

Pieczarki umyć, trzon odkroić i posiekać. Ser kozi skroić w drobne kostki, wymieszać z pokrojonymi trzonkami i czosnkiem, przyprawić bazylią i pieprzem. Kapelusze pieczarek wypełnić masą serową. Grilować ok 10 minut.

Pieczarki nadziewane serem mozzarella i suszonymi pomidorami

Składniki:

- ½ kg dużych pieczarek
- kilka łyżek oliwy z oliwek
- 2 starte ząbki czosnku
- 100g suszonych pomidorów
- 100g pesto bazyliowego
- sól,
- pieprz
- 3 kulki sera mozzarella

Sposób wykonania:

Pieczarki umyć, odciąć trzonki, zostawić tylko kapelusze. Oliwę wymieszać z czosnkiem i posmarować nią pieczarki. Mozzarellę zetrzeć na tarce i odrobinę włożyć do kapelusza.

Do kapelusza włożyć także suszonego pomidora, nałożyć pół łyżeczki pesto, przykryć mozzarellą, znowu pesto i „zamknąć” pomidorem suszonym. Grillować 10-15 minut do momentu rozpuszczenia się sera.



ZORGANIZUJ W 18-WIECZNYM
PAŁACU W JABŁONNIE
KRÓLEWSKIE PRZYJĘCIE Z OKAZJI:

CHRZCIN I KOMUNII
ŚLUBU LUB WESELA
URODZIN CZY JUBILEUSZU

Rezerwacje:

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



STUDIA GLOBALNYCH MOŻLIWOŚCI

Akademia im. Aleksandra Gieysztora w Pułtusk

Filia Akademii Finansów i Biznesu Vistula

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

SKORZYSTAJ Z PROMOCJI 3x0 ZŁ*

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

APLIKUJ

vistula.edu.pl/pultusk



INFORMACJE I ZAPISY:



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

KIERUNKI STUDIÓW:

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



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

środa

13 lipca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej 07:30 Rodzinny ekspres 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Ranczo - serial obyczajowy 09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:40 Rok w ogrodzie Extra 12:55 Natura w Jedyńce - Bliskie spotkania ze zwierzętami 4	05:00 Na sygnale - serial 05:30 M jak miłość - serial 06:25 Pożyteczni.pl - magazyn 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Serial fabularny 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc - film obyczajowy 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej	06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Milionerzy - magazyn 07:20 Bunt - serial, Polska 07:55 Tajemnice miłości 09:00 Ten moment 09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment - program 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty - informacje 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Malanowski i Partnerzy - Bronisław Malanowski rozwiązuje zagadki kryminalne, prowadząc biuro detektywistyczne. 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja - magazyn prod. Polska 16:40 Gliniarze 17:40 Sekrety rodziny 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Duże dzieci	07:00 Teledyski 07:15 Przestrzenie Sztuki - cykl reportaży 07:45 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:15 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 08:55 Jasminum - film obyczajowy, prod. Polska, 2005, reż. Jan Jakub Kolski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska, Wiktoria Gąsiorowska, Janusz Gajos, Krzysztof Pieczyński, Monika Dryl, Patrycja Soliman, Grzegorz Damięcki, Krzysztof Globisz, Franciszek Pieczka 11:00 Dyrektorzy - serial 12:35 Oczy uroczone - film TVP, prod. Polska, 1977, reż. Piotr Szulkin, wyk. Mariola Chmielewska, Leszek Herdegen, Edward Raczkowski, Józef Dusza 13:30 Przewodnik Putifara - serial dokumentalny	06:00 Kobra - oddział specjalny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Reportery. Z życia wzięte 12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Reportery. Z życia wzięte 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 17:00 Prawdziwe motywy - serial obyczajowy 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Han Solo: Gwiezdne wojny - historie 22:50 Impostor 00:25 Champion	05:00 Szpital - program obyczajowy 06:00 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:05 Idealna niania - program obyczajowy 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:50 Totalne remonty Szelągowskiej 11:50 Tajemnice miłości 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy prod. Polska 14:55 Rozwód. Walka o wszystko 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska 17:00 Tajemnice miłości 18:00 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Ukryta prawda	06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierścionek z rubinem 11:00 Ryzykanci 12:00 Sędzia Judy 13:55 STOP! Drogowka 15:55 Nowe Sekrety Sąsiadów 16:55 Pierścionek z rubinem 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Wielka Ucieczka - film akcji 22:00 W cywilu 6: Bezpośrednie starcie Carter i jego dawny kolega z Marines, Luke Trapper łączą siły, by uratować dziewczynę porwaną przez międzynarodowy gang na czele którego stoi Maddy Hayes. 23:50 Mistrz Dowcipu 00:55 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda 01:55 Śmierć na 1000 sposobów
SERIAL KOSTIUMOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	FILM SENSACYJNY	FILM OBYCZAJOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	FILM OBYCZAJOWY	TV Trwam
14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gras słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial obyczajowy 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Tajemnice - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka - serial obyczajowy 21:05 Bolivar - serial 22:00 07 zgłoś się - serial 23:25 Ukraińcy - serial 00:25 Zabójcze urodziny 02:00 Film fabularny 03:55 Wojsko - polskie.pl	18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:10 Hallo Szpicbródka czyli ostatni występ Króla Kasiarzy - komedia, prod. Polska, 1978, reż. Janusz Rzeszeński, Mieczysław Jahoda, wyk. Piotr Fronczewski, Gabriela Kownacka, Ewa Wiśniewska, Irena Kwiakowska 22:00 Strażnik dzikiej przyrody - serial obyczajowy 23:45 Medyceusze Wspaniali 00:55 Tacy po prostu jesteśmy - film 02:25 Archiwista - serial 03:25 Ukryte zamiary	20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Za szyby, za wściekli - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2003, reż. John Singleton, wyk. Paul Walker, Tyrese Gibson, Eva Mendes, Cole Hauser, James Remar, Devon Aoki 23:45 Seks w wielkim mieście II - film komedia, USA, 2010, reż. Michael Patrick King, wyk. Sarah Jessica Parker, Kim Cattrall, Kristin Davis, Cynthia Nixon 02:50 Wewnętrzny wróg 03:50 Uwaga! - magazyn 04:10 Noc magii 05:30 Kto was tak urządził	22:15 Brzydka prawda - Abby to niezwykle utalentowana i ambitna producentka popularnego programu telewizyjnego. W sprawach sercowych jest bardzo wymagająca i w związku z tym wciąż szuka idealnego mężczyzny. Pewnego dnia spotyka ją niemiła niespodzianka. 00:35 Wieżien labiryntu: Próby ognia 04:15 Świat według Kiepskich - serial obyczajowy 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:25 Telezakupy TV Okazje	14:40 Hania - film TVP, prod. Polska, 1984 16:25 Mała Apokalipsa - film obyczajowy, prod. Polska, Włochy, Francja, 1992, reż. Costa-Gavras 18:30 Informacje kulturalne 18:50 Serialowa nostalgia - Magiczne drzewo - serial 20:00 W trzy miesiące dookoła świata - Chiniżyk na wynos - film 21:45 Więcej niż fikcja - Klimt i Schiele: Eros i Psyche 23:30 Lekkie obyczaje - Zwariować ze szczęścia 01:35 Scena Klasyczna - Atom String Quartet - koncert 02:30 Informacje kulturalne 03:00 Kino nocne - Dwa księżycy - film obyczajowy	02:25 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 03:35 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 04:15 Z archiwum policji - program dokumentalny prod. Polska 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska Podstarzały złodziej, jego syn i wnuk planują skok, dzięki któremu zarobią milion dolarów.	20:00 Honey - film obyczajowy, USA, 2003, reż. Bille Woodruff, wyk. Jessica Alba, Mekhi Phifer, Romeo, David Moscow, Zachary Isaiah Williams, Joy Bryant 22:05 Firefox - film sensacyjny, USA, 1982, reż. Clint Eastwood, Freddie Jones, David Huffman, Warren Clarke, Ronald Lacey 00:40 Grindhouse: Planeta Terror - film horror, USA/ Meksyk, 2007, reż. Robert Rodriguez, wyk. Rose McGowan, Freddy Rodriguez, Josh Brolin 02:50 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	09:30 Sanktuaria polskie 09:50 Święty na każdy dzień 10:00 Informacje dnia 11:00 Z wędką nad wodę w Polskę i Świat 11:25 Jestem mamą 11:40 Prosto o gospodarce 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Możesz - 10 przykazań 13:30 Msza Święta 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Pianista był! 15:05 Kardynał Stefan Wyszyński 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Na zdrowie 16:30 Wyszyński 17:00 Po stronie prawdy 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Brat Franciszek 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Mysiąc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski



czwartek

14 lipca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Pełnia Wiary - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Ranczo - serial obyczajowy 09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:40 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 To się opłaca - magazyn 12:55 Natura w Jedyńce - Bliskie spotkania ze zwierzętami 5	05:00 Na sygnale - serial fabularyzowany 05:30 M jak miłość - serial 06:25 Smaki świata - magazyn 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Z polskiej ziemi 11:50 Rodzinka.pl 12:30 Koło fortuny 13:15 Zranione ptaki 14:05 Va Banque 14:35 Na sygnale 15:10 Serial fabularny 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc - film obyczajowy, prod. Turcja, 2019, reż. Neslihan Yesilyurt, wyk. Talat Bulut, Onur Tuna 18:00 Panorama	06:05 Uwaga! - magazyn 06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Milionerzy 07:20 Bunt - serial, Polska 07:55 Tajemnice miłości 09:00 Ten moment - program 09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty - informacja 19:55 Uwaga!	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Malanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:40 Gliniarze 17:40 Sekrety rodziny 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda Pretty Woman Laura to współczesna, kultowa wersja bajki o Kopciuszku z Julią Roberts oraz Richardem Gere'em w rolach głównych.	07:00 Teledysk 07:45 Informacje kulturalne 08:15 Księga Przestrzeni 08:55 Mała Apokalipsa - film obyczajowy 11:00 Dyrektorzy - serial 12:30 Przygoda Stasia - film TVP, prod. Polska, 1970, reż. Andrzej Konic, wyk. Anna Seniuk, Marek Perepeczko, Ludwik Benoit, Andrzej Głoskowski, Antoni Żukowski 13:30 Nie marnuj jedzenia - film dokumentalny, prod. Australia, 2018 14:35 Mirai - film animowany, prod. Japonia, 2018 16:25 Frantz 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Serialowa nostalgia - Magiczne drzewo 20:00 Teatr Telewizji - Kobra - Jak błyskawica cz. 2 - spektakl teatralny 21:05 Tamte lata, tamte dni	06:00 Kobra - oddział specjalny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Reporterzy. Z życia wzięte 12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Reporterzy. Z życia wzięte 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 17:00 Prawdziwe motywy 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Straszny film 5 21:30 Kariera Nikosia Dyzym - komedia	05:00 Szpital - program obyczajowy 06:00 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:05 Idealna niania - program obyczajowy 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:50 Totalne remonty Szelągowskiej 11:50 Tajemnice miłości 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:55 Rozwód. Walka o wszystko 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 17:00 Tajemnice miłości 18:00 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Ukryta prawda	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom - magazyn 09:00 Pierścionek z rubinem 11:00 Rzykanci 12:00 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 15:55 Nowe Sekrety Sąsiadów 16:55 Pierścionek z rubinem 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Czyste szaleństwo Dwóch nieudaczników, bezrobotny dramaturg i aktor podejmują pracę w banku, który dziwnym zbiegiem okoliczności zostaje okradziony, a oni są jedynymi podejrzanymi. Brawurowa komedia gwarantująca świetną zabawę. 23:30 Frankenstein Młody, zdolny naukowiec z Genewy pracuje nad metodą, która pozwoli przywrócić życie zmarłym. 01:55 Śmierć na 1000 sposobów
SERIAL KOSTIUMOWY 14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Tajemnice - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka - serial obyczajowy 21:05 Bolivar - serial 21:55 Sprawa dla reportera 22:55 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn 23:35 Magazyn kryminalny 997 - magazyn 00:30 Film fabularny	TELETURNIEJ 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:10 Córka prezydenta - komedia romantyczna, prod. USA, 2004, reż. Forest Whitaker, wyk. Katie Holmes, Marc Blucas, Michael Keaton 22:05 Sanctum - dramat 00:10 Dzień Bastylli - film sensacyjny, prod. Wielka Brytania, Francja 01:50 Ona to on - komedia 03:50 Gomorra - serial 04:45 Rodzinka.pl - serial 05:10 Zakończenie	PROGRAM KULINARNY 20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy - program 21:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 22:45 Gruby i chudszy - film komedia, USA, 1996, reż. Tom Shadyac, wyk. Eddie Murphy, Jada Pinkett Smith 00:45 Za szybcy, za wściekli - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2003, reż. John Singleton, wyk. Paul Walker, Tyrese Gibson, Eva Mendes 03:05 Uwaga! - magazyn 03:25 Noc magii	FILM OBYCZAJOWY 22:45 Mój chłopak się żeni Potter i Michael O'Neal byli kilka lat temu parą. Ich związek nie był udany, mimo to jednak pozostali najlepszymi przyjaciółmi. Obiecali sobie, że jeżeli do 28 urodzin nie znajdą sobie partnera, pobiorą się. Na krótko przed wyznaczonym terminem Michael dzwoni do Julianie i informuje ją, iż za kilka dni się żeni. 01:00 Tamte dni, tamte noce 03:50 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:25 Telezakupy TV Okazje	DRAMAT 21:50 Kino Mistrzów - Volver - dramat 24:00 Berlin Live - Billy Corgan - koncert 01:15 Nocny dokument - Stres - film 02:45 W trzy miesiące dookoła świata - Chińczyk na wynos - film obyczajowy 04:35 Informacje kulturalne - informator kulturalny 05:05 Teledyski 05:30 Afisz kulturalny ekstra 05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream. tvp.pl 05:50 Zakończenie	DRAMAT 23:55 Showgirls - dramat Młoda autostopowiczka podróżuje po Las Vegas, aby stać się gwiazdą rewii. Kiedy zostaje okradziona, w akcie desperacji przyjmuje pracę tancerki erotycznej. 02:25 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 03:20 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę - program kulinarny 04:00 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska	KOMEDIA 20:00 Akademia policyjna II: Pierwsze zadanie - film komedia, USA, 1985, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Art Metrano, George Gaynes 21:55 Snajper - film wojenny, USA, 2014, reż. Clint Eastwood, wyk. Bradley Cooper 00:40 Licencja na miłość - film komedia, USA/Australia, 2007, reż. Ken Kwapis, wyk. Robin Williams, Mandi Moore, John Krasinski, Eric Christian Olsen 02:40 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	TV Trwam 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Ziemia Obiecana 13:10 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Spektakl teatralny: Powrót posła 15:45 Święty na każdy dzień 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Z wędką nad wodę w Polskę i Świat 16:35 Porady Medyczne Bonifratrów 17:05 Akademia pro-life 17:10 17 sładami historii 17:15 Hostia stała się Ciałem, wino stało się Krwią 17:30 Odpowiedzialni za Kościół 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Przyjaciele i bohaterowie 20:00 Informacje dnia 20:10 Różaniec 20:50 Myśląc Historią 21:00 Apel Jasno-górski 21:20 Informacje dnia

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

piątek

15 lipca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej 07:30 Agape - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Ranczo - serial 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Okrasa tamie przepisy - Dzikizna i karp na dziko - magazyn kulinarny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:55 Natura w Jedyńce - Bliskie spotkania	05:30 M jak miłość - serial 06:20 Anna Dymna - spotkajmy się 06:55 Rodzinka.pl - serial 07:30 Pytanie na śniadanie 10:40 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Smaki świata - pośród mórz - magazyn 11:50 Rodzinka.pl - serial komediowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc - film obyczajowy 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej	06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Milionerzy 07:20 Bunt - serial, Polska 07:55 Tajemnice miłości 09:00 Ten moment 09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda 19:00 Fakty 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:50 Uwaga! - magazyn	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Malanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:40 Gliniarze 17:40 Sekrety rodziny 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 20:00 Miss Supranational W dniach: 15-17 lipca Nowy Sącz po raz drugi stanie się światową stolicą piękna, a na antenie telewizji Polsat poznamy dwie najpiękniejsze kobiety i najprzystojniejszego mężczyznę.	07:00 Teledysk 07:40 Informacje kulturalne 08:10 Tamte lata, tamte dni - magazyn 08:50 Frantz 11:00 Dyrektorzy - serial 12:15 Awatar, czyli zamiana dusz - film TVP, prod. Polska, 1964, reż. Janusz Majewski, wyk. Wanda Koczeska, Jan Machulski, Henryk Boukołowski, Gustaw Holoubek 13:30 Ostatnie tango - film animowany 15:10 Świat w Operze - film animowany 15:35 Oskar i pani Róża - film fabularny, prod. Francja, 2009, reż. Éric - Emmanuel Schmitt, wyk. Michèle Laroque 17:30 Scena muzyczna 18:30 Informacje kulturalne - informator kulturalny 18:50 Reżyserzy	06:00 Kobra - oddział specjalny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Reporterzy. Z życia wzięte 12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Reporterzy. Z życia wzięte 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 17:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial	05:00 Szpital - program obyczajowy 06:00 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:05 Idealna niania - program obyczajowy 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:50 Totalne remonty Szelągowskiej 11:50 Tajemnice miłości 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:55 Rozwód. Walka o wszystko 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska 17:00 Tajemnice miłości 18:00 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Cordell Walker jest jednym z najlepszych Strażników Teksasu. Ma dosyć „ostre” metody zwalczania przestępców. Po-magają mu w tym inni Strażnicy Teksasu oraz C.D. Parker - emerytowany policjant, obecnie prowadzący bar, były piłkarz - intelektualista James Trivette i Alex Cahill - prokurator - prywatnie sympatia Walkera. 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierścionek z rubinem 11:00 Rzykanci 12:00 Sędzia Judy 15:55 Nowe Sekrety Sąsiadów 16:55 Pierścionek z rubinem 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Gwiazdy Kabaretu 21:00 Wielka Ucieczka 22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial kryminalny prod. Polska 00:00 Zwierz 02:00 Ucho Prezesa
SERIAL KOSTIUMOWY 14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial obyczajowy 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Wojenne dziewczyny 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:35 Bolivar - serial 21:35 Wyjście awaryjne - komedia 23:15 W tajnej służbie Jej Królewskiej Mości - film sensacyjny 02:05 Lekkoatletyka	SERIAL OBYCZAJOWY 18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:10 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwojki 2022 - Wilno 21:15 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwojki 2022 - Augustów - Hity domówek 23:30 Ona to on - komedia 01:25 Córka prezydenta - komedia romantyczna, prod. USA, 2004, reż. Forest Whitaker 03:20 Strażnik dzikiej przyrody - serial 05:05 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:30 Zakończenie	FILM S-F 20:00 Niepamięć - film S-F, USA, 2013, reż. Joseph Kosinski, wyk. Tom Cruise, Morgan Freeman, Olga Kurylenko, Andrea Riseborough, Nikolaj Coster-Waldau, Melissa Leo 22:45 Władacpieścieni: Dwiewieża - film przygodowy, Nowa Zelandia, USA, Niemcy, 2002, reż. Peter Jackson, wyk. Elijah Wood, Ian McKellen, Viggo Mortensen, Liv Tyler, Sean Astin, John Rhys-Davies 02:25 Kuba Wojewódzki 03:30 Uwaga! - magazyn prod. Polska 03:50 Noc magii 05:15 Kto was tak urządził	FILM PRZYGODOWY 23:05 Ewolucja planety małp - film przygodowy Dziesięć lat po epidemii wirusa, który uśmiercił niemal wszystkich ludzi, genetycznie zmodyfikowane małpy prze-wodzą wielotysięcznej populacji orangutanów, szympanów i goryli. Caesar, wychowany przez człowieka samiec, który swego czasu poprowadził człekokształtne do rewolucji, jest ich liderem. 01:55 Duże dzieci 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:25 Telezakupy TV Okazje	KOMEDIA 20:00 Komediove lato - Nie ma róży bez ognia - komedia, prod. Polska, 1974, reż. Stanisław Bareja, wyk. Jacek Fedorowicz, Stanisława Celińska, Mieczysław Czechowicz 21:45 Legendy Rocka - Lynyrd Skynyrd 22:15 Legendy Rocka - The Kinks 22:50 Kino Mistrzów - Volver - dramat, prod. Hiszpania 01:05 Noc krótkich filmów - Koniec widzenia - dramat 01:20 Noc krótkich filmów - Łuska - film animowany 01:25 Noc krótkich filmów - Gość - film animowany	FILM AKCJI 20:00 Niepokonany 3: Odkupienie 22:00 Operacja: Zemsta 2 23:30 Sztos 2 01:30 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 02:25 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę - program kulinarny 03:00 Z archiwum policji - serial dokumentalny 03:50 Menu na miarę - program kulinarny prod. Polska 04:25 Z archiwum policji - serial dokumentalny 04:50 Dyżur - serial dokumentalny	KOMEDIA 20:00 W doborowym towarzystwie - film komedia, USA, 2004, reż. Paul Weitz, wyk. Topher Grace, Scarlett Johansson, Marg Helgenberger, David Paymer, Clark Gregg, Philip Baker Hall, Selma Blair, Malcolm McDowellDennis Quaid 22:20 Sully - film obyczajowy, USA, 2016, reż. Clint Eastwood, wyk. Tom Hanks, Aaron Eckhart 00:30 Bracia z ulicy - film sensacyjny, USA, 2018, reż. John Pogue, wyk. Trey Songz, Jack Kesey, China Anne McClain 02:15 Druga strona medalu 02:50 Noc magii	TV Trwam 12:03 Informacje dnia 12:20 Ziemia Obiecana 13:10 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc 14:30 Zrozumieć Antycywilizację 14:55 Słowo życia 15:00 Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia 15:20 Mocni w Wierze 15:45 Święty na każdy dzień 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Siódmy Sakrament 16:40 Prosto o gospodarce 17:00 Życie z Pasją 17:30 Geopolityka 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje 18:15 Westerplatte Młodych 19:00 Warto zauważyć 19:30 Opowieści Theo 19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Historią 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



sobota

16 lipca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Klan - telenowela 06:00 Magazyn Ekspresu Reporterów 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:40 Rok w ogrodzie 08:05 Rok w ogrodzie Extra - magazyn 08:20 Wojsko - polskie.pl 08:45 Pelnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych 09:15 Sprawa dla reportera 10:15 Fascynujący świat - Ziemia widziana z kosmosu - serial dokumentalny 11:20 Rolnik szuka żony 12:25 Rio Grande - western, prod. USA, 1950, reż. John Ford, wyk. John Wayne 14:10 Z pamięci - felieton 14:25 Okrasa łamie przepisy 14:50 Serial fabularny SERIAL OBYCZAJOWY  15:45 Jan Serce - serial obyczajowy 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:30 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 19:25 Sport 19:30 Wiadomości 20:05 Pogoda 20:10 Alamo! - magazyn 20:35 Bolivar - serial kostiumowy 21:30 Hit na sobotę - Niemożliwe - film fabularny, prod. USA 23:35 Tylko teraz - film fabularny, prod. USA 01:15 S. W. A. T. - Jednostka specjalna - serial	05:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial 07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 11:45 Rodzinny ekspres - magazyn 12:25 Kino familijne - Napoleon - film familijny, prod. Australia, 1995, reż. Mario Andreacchio, wyk. Philip Quast, Susan Lyons, Coralie Sawade 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces - widowisko muzyczne 16:20 Na dobre i na złe - serial 17:20 Smaki świata - magazyn prod. Polska 17:45 Słowo na niedzielę 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej TELETURNIJ  18:40 Postaw na milion - teleturniej 19:35 Lajk! 20:00 Lekkoatletyka - Mistrzostwa Świata - Eugene dz. 2, prod. Szwajcaria, 2022 23:25 Hity wszech czasów - magazyn muzyczny 00:30 Sanctum - dramat, prod. USA, 2011, reż. Alister Grierson, wyk. Richard Roxburgh, Ioan Gruffudd 02:30 Czwarta władza - dramat, prod. USA, 2017, reż. Steven Spielberg, wyk. Meryl Streep, Tom Hanks 04:40 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:10 Zakończenie	06:30 Uwaga! - magazyn 06:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rynkowy 08:30 Wymarzone ogrody 09:00 Dzień Dobry Wakacje 11:30 Na Wspólnej - serial, Polska 13:25 MasterChef Junior 15:05 Totalne remonty Szelągowskiej 16:15 Weekendowa metamorfoza 17:20 Wymarzone ogrody 17:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:35 Pogoda 19:45 Uwaga! - magazyn KOMEDIA  20:00 Seks w wielkim mieście II - film komedia, USA, 2010, reż. Michael Patrick King, wyk. Sarah Jessica Parker, Kim Cattrall, Kristin Davis 23:10 American Pie: Zjazd absolwentów - film komedia, USA, 2012, reż. Jon Hurwitz, Hayden Schlossberg, wyk. Jason Biggs, Alyson Hannigan, Chris Klein 01:30 Bardzo Dzikie Zachód - film western, USA, 1999, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Will Smith, Kevin Kline, Kenneth Branagh, Salma Hayek, M. Emmet Walsh, Ted Levine 03:45 Noc magii - program ezoteryczny	06:00 Nowy dzień z Polsat News 07:50 Karate Kid 3 Trzecie spotkanie z parą sympatycznych bohaterów: Danielem, amerykańskim nastolatkiem o przydomku i jego nauczycielem Miyagim - japońskim mistrzem sztuki walki. 10:10 Ewa gotuje 10:40 Bogate dzieciaki bez kasy 11:40 Bogaty Dom - Biedny Dom 12:45 Śluby gwiazd 13:10 Dr Emma 13:40 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 14:40 Rolnicy. Podlasie 15:45 Wiezienie 17:45 Chłopaki do wzięcia 18:50 Wydarzenia 19:15 Prezydenci i Premierzy 20:00 Mister Supranatural THRILLER  22:40 Obcy kontra Predator 2 - W pewnej miejscowości w stanie Kolorado rozbija się statek kosmiczny Predatorów przewożący hybrydę Obcych i Predatorów. 00:40 Sprawiedliwość ulicy - Gdy śmierć zastrzelonego z premedytacją policjanta zostaje uznana za przypadkowy akt przemocy, ojciec ofiary wkracza do akcji, by dokonać pomsty, jakiej świat jeszcze nie widział! 02:45 183 metry strachu 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Scena muzyczna 08:00 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:30 Słobowanie - magazyn 09:05 Marzycielki miast 10:35 Tamte lata, tamte dni - Agnieszka Duczmal - magazyn 11:20 Serialowa nostalgia - Czerdziestolatek 13:30 Wydarzenie aktualne 14:00 Komediove lato - Nie ma róży bez ognia - komedia, prod. Polska, 1974, reż. Stanisław Bareja, wyk. Jacek Fedorowicz, Stanisława Celińska, Mieczysław Czechowicz, Stanisław Tym, Wiesław Gołas, Jan Kobuszewski, Bronisław Pawlik, Henryk Kluba, Wojciech Siemion, Jacek Fedorowicz 15:45 Muzyka Skalnego Podhala - Drobne - felieton KOMEDIA  16:10 Retro kino - Chleb, miłość i... - komedia, prod. Włochy, 1955, reż. Dino Risi, wyk. Vittorio De Sica, Sophia Loren, Lea Padovani, Antonio Cifariello 17:55 Co dalej? - program publicystyczny 18:35 Legendy Rocka - The Byrds 19:00 Legendy Rocka - Buddy Holly 19:30 Informacje kulturalne 20:00 Bilet do kina 22:15 Koncert - I Festiwal Trójmorza Via Dukt 23:25 Mocne Kino - Samowolka - dramat obyczajowy 00:35 Co dalej? - program publicystyczny	06:00 Castle - serial Poszukujący inspiracji pisarz otrzymuje pozwolenie na przyłączenie się do jednego zespołu z wydziału zabójstw nowojorskiej policji. 07:00 Taki jest świat - program informacyjny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodu różnych życiowych zawirowań. 20:00 Mocne sobotnie kino: Triumf sprawiedliwości THRILLER  21:50 Zabójcze polowanie - By ratować córkę, Jim Rhodes decyduje się pomóc grupie przestępców przemierzyć las. 23:50 Domino śmierci - film sensacyjny 01:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Biesiada na cztery pory roku 02:15 Biesiada na cztery pory roku 03:00 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 03:50 Menu na miarę - program kulinarny prod. Polska 05:00 Dyżur - serial dokumentalny prod. Polska	05:05 Szkoła 06:05 Wiza na miłość: dalsze losy 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 07:35 Jestem na tak - film komedia, USA, Australia, 2008, reż. Peyton Reed, wyk. Jim Carrey, Zooey Deschanel, Bradley Cooper, John Michael Higgins, Fionnula Flanagan, Terence Stamp 09:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:50 Gremliny II - film S-F, USA, 1990, reż. Joe Dante, wyk. Zach Galligan, Phoebe Cates, John Glover, Robert Prosky, Robert Picardo, Christopher Lee, Dolby 16:05 Sully - film obyczajowy, USA, 2016, reż. Clint Eastwood, wyk. Tom Hanks, Aaron Eckhart KOMEDIA  18:20 Akademia policyjna II: Pierwsze zadanie - film komedia, USA, 1985, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Art Metrano, George Gaynes 20:00 Grawitacja - film S-F, USA, Wielka Brytania, 2013, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Sandra Bullock 22:00 Wysłannik przyszości - film sensacyjny, USA, 1997, reż. Kevin Costner, wyk. Kevin Costner, Will Patton, Larenz Tate 01:40 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 02:45 Noc magii	06:00 Galileo 11:00 Straszny dom Dwunastoletni DJ Walters i jego dwójka przyjaciół zauważają, że w wszystkim, cokolwiek pojawia się w pobliżu domu sąsiadów, znika bez śladu. Tuż przed Halloween dzieci odkrywają, że dom jest tak naprawdę żyjącym potworem, pożerającym wszystko i wszystkich. 13:00 Barabas 15:00 STOP Drogowka 17:00 Policjantki i Policjanci 22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:00 Bez litości 3 Bohaterka to ofiara grupowego gwałtu i tortur, która dokonała krwawej zemsty na swoich oprawcach, próbuje uporać się psychicznie z przeszłością i zacząć nowe życie w innym mieście, pod zmienionym nazwiskiem. 01:55 Ucho Prezesa 02:25 Disco Polo Life 03:25 TOP 10 TV Trwam 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Warto zauważyć... 12:50 Siódmy Sakrament 13:20 Ocalić od zapomnienia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela” 14:35 Isaac Hecker, podróż do katolickiej Ameryki 15:30 Wierzę w Boga 15:55 Święty na każdy dzień 16:00 Informacje dnia 16:10 Mój Tatus walczył pod Monte Cassino 16:30 Pianista był! 17:00 Z Parlamentu Europejskiego 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Wolność Słowa 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Manna z Nieba 19:45 Modlitwa

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

niedziela

17 lipca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
06:00 Słownik polsko@polski - talk - show 06:25 Wojsko - polskie.pl 06:55 Słowo na niedzielę 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia 08:00 Tydzień 08:30 Zakochaj się w Polsce 09:00 Fascynujący czas wiosny - Nowy Początek 09:25 W tajnej służbie Jej Królewskiej Mości - film sensacyjny 11:55 Między ziemią a niebem 12:00 Anioł Pański 12:15 Między ziemią a niebem 12:50 Więcej niż solidarni - cykl reportaży 13:15 BBC w Jedynce - Naczelne 14:15 Z pamięci - felieton 14:25 Przyrodnik na tropie 14:55 Serial fabularny SERIAL TVP  15:45 Letni seans filmowy - Jan Serce - Lusja - serial TVP, reż. Radosław Piwowarski, wyk. Kazimierz Kaczor, Hanna Stankówna, Wiesław Michnikowski 17:00 Teleexpress 17:30 Jaka to melodia? 18:25 Komisarz Alex - serial kryminalny 19:20 Tour de Pologne - kroniki - felieton 19:30 Wiadomości 20:15 Bolivar - serial kostiumowy 21:15 Zakochana Jedynka - Jak ona to robi? 22:55 Legenda Herkulesa - film fabularny 00:45 Film dokumentalny	05:20 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial 07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 12:00 Kino familijne - Artur i Minimiki - film animowany, prod. Francja 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko 16:15 Big Music Quiz 17:05 Lajk! 17:25 Rodzinka.pl - serial komediowy 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:50 Na sygnale - serial 20:00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022 21:00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022 DRAMAT  23:25 Kino bez granic - Czwarta władza - dramat, prod. USA, 2017, reż. Steven Spielberg, wyk. Meryl Streep, Tom Hanks, Sarah Paulson 01:30 Lata różce - film obyczajowy, prod. Polska, 2017, reż. Anna Jadowska, wyk. Marta Nieradkiewicz, Michał Żurawski, Halina Rasiakówna, Konrad Skolimowski 03:20 Kierowca - film fabularny, prod. Polska, 2008, reż. Jérôme Dassy, wyk. Christopher Lambert, Agnieszka Grochowska	05:20 Uwaga! - magazyn 05:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rynkowy 07:25 Nowa Maja w ogrodzie 07:55 Akademia ogrodnika 08:00 Ślub od pierwszego wejrzenia 09:00 Dzień Dobry Wakacje 11:31 Weekendowa metamorfoza 12:35 Co za tydzień - magazyn 13:20 Mask Singer 14:50 Alvin i wiewiórki III - film przygodowy, USA, 2011, reż. Mike Mitchell, wyk. Jason Lee, David Cross, Jenny Slate, Justin Long 16:45 Bardzo Dzikie Zachód - film western 19:00 Fakty 19:45 Uwaga! - magazyn FILM PRZYGODOWY  20:00 Władca pierścieni: Powrót króla - film przygodowy, Nowa Zelandia, USA, Niemcy, 2003, reż. Peter Jackson, wyk. Elijah Wood, Ian McKellen, Viggo Mortensen, Sean Astin, Bernard Hill, John Noble, John Rhys-Davie 00:10 Niepamięć - film S-F, USA, 2013, reż. Joseph Kosinski, wyk. Tom Cruise, Morgan Freeman, Olga Kurylenko, Andrea Riseborough 02:45 Uwaga! - magazyn prod. Polska 03:05 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska 04:30 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:15 Kung Fu Panda 3 Po spotyka swego dawno zaginionego ojca i obaj wyruszają do sekretnej krainy pand, gdzie poznają nowych, przeżabawnych bohaterów. 11:30 Podróż Guliwera - film przygodowy Uwspółcześniona ekranizacja słynnej powieści Jonathana Swifta. Kiedy wrak statku trafia na ląd, skromny pracownik pocztowy o imieniu Guliwer odkrywa, że znalazł się na fantastycznej wyspie Liliputów. Dzięki swoim opowieściom i heroicznym wyczynom Guliwer szybko zjednuje sobie malutkich Liliputów. 13:20 Trolle - film animowany FILM PRZYGODOWY  15:05 Indiana Jones i Świątynia Zagłady - Szanghaj, rok 1935. Indiana Jones przeprowadza transakcję z Lao Che, chińskim gangsterem. Przestępca nie ma jednak zamiaru oddać Amerykaninowi obieganego diamentu. Zamiast tego dosyduje mu trucizny do kieliszka. 17:40 Nasz Nowy Dom - magazyn 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 20:00 Miss Polski 23:05 Wykiwać klawisza 01:25 Bzdurna prawda 03:35 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy	07:00 35 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '98 - Pamiętacie o ogrodach - koncert jubileuszowy 08:00 Liturgia prawosławna z cerkwi św. Archanioła Michała w Michałowie 09:05 Z przytułem - widowisko kameralne 09:30 Animama - Baśnie z piasku - serial 10:15 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 10:50 Czeskie śniadanie - serial, prod. Czechosłowacja, 1981, reż. Jaroslav Dudek, wyk. Ladislav Chudík, Ladislav Frej, Miloš Kopecký, Marta Motlova 12:00 Twój Vincent - film animowany, prod. Wielka Brytania, Polska, 2017, reż. Dorota Kobiela, Hugh Welchman KOMEDIA ROMANTYCZNA  13:45 Bilet do kina - Sabrina - komedia romantyczna 16:05 Eufonie 2019 - Francesco Tristano 17:15 Niedziela z... Teresą Lipowską 18:05 Niedziela z... Teresą Lipowską - Ogłoszenie matrymonialne - film obyczajowy 19:05 Niedziela z... Teresą Lipowską 19:30 Informacje kulturalne 20:00 Daleki kraj - western 21:45 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 22:25 Marzycielki miast 24:00 Wydział Rosja - film sensacyjny 02:10 Mocne Kino - Samowolka	05:50 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 10:40 Żandarm i kosmici - Żandarmi z Saint-Tropez wpadają na trop kosmitów, którzy potrafią przybierać postać dowolnej osoby. 12:35 Zawieszeni na drzewie 14:30 Nowe przygody Kopciuszka - film przygodowy 16:20 Kariera frajera - film przygodowy Bohaterem filmu jest Bobby Boucher, trzydziestoletni mężczyzna, który nie potrafi wyrwać się spod skrzydeł matki. Bobby nie potrafi się odnaleźć w otaczającym go świecie. 18:00 XIX Mazurska Noc Kabaretowa - program rozrywkowy prod. Polska FILM AKCJI  20:00 Niedziela z gwiazdami: Żywiół. Deepwater Horizon - Wybuch morskiej platformy wiertniczej doprowadza do największego wycieku ropy w historii USA. 22:00 Apex 00:00 Wojenny biznes 02:05 Zobacz to! Blok powtórkowy: Dyżur - serial dokumentalny 02:45 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 03:25 Biesiada na cztery pory roku 04:00 Napisała: Morderstwo 05:00 Rodzinny interes	05:05 Szkoła 06:05 Wiza na miłość: dalsze losy 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 07:30 Ten moment 08:00 Beethoven VIII: Na tropie skarbu - film rodzinny 10:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 14:05 Psy i koty - film rodzinny, USA, 2001, reż. Lawrence Guterman, wyk. Jeff Goldblum, Elizabeth Perkins, Alexander Pollock 15:50 Jestem na tak - film komedia, USA, Australia, 2008, reż. Peyton Reed, wyk. Jim Carrey, Zooey Deschanel 18:05 Grawitacja - film S-F, USA, Wielka Brytania, 2013, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Sandra Bullock FILM SENSACYJNY  20:00 Infiltracja - film sensacyjny, USA, Hong Kong, 2006, reż. Martin Scorsese, wyk. Leonardo DiCaprio, Matt Damon, Jack NicholsonMartin SheenVera Farmiga, Anthony Anderson, Alec Baldwin 23:15 Kroniki Riddicka - film S-F, USA, 2004, reż. David Twohy, wyk. Vin Diesel, Colm Feore, Thandie Newton, Judi Dench, Karl Urban 01:40 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2 02:45 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	10:40 Cena nadziei 12:00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem 12:20 Jestem Puszczą XXI w. 13:20 Słowo życia 13:25 Papież Polak do Rodaków 13:45 Muzyczne chwile 14:00 Ziemia Warecka - kraina dotknięta historią 14:20 Święty na każdy dzień 14:30 7 Kościołów Apokalipsy 15:00 Wieś - to też Polska 16:00 Informacje dnia 16:10 Koncert zyczeń 16:45 Fatima - miejsce wybrane przez Maryję 17:00 Zostań Żołnierzem RP 17:15 Sekrety mnichów 17:30 Sól Ziemi 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Opowieści z Księgi Cnót 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Każde życie jest cudem 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



poniedziałek

18 lipca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Okiem Wiary - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Ranczo - serial 09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:40 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 BB w Jedynce 14:00 Wspaniałe stulecie 15:00 Wiadomości	05:00 Na sygnale - serial fabularny 05:30 M jak miłość - serial 06:25 Pasterz - serial dokumentalny 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 08:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc - film obyczajowy 18:00 Panorama	06:00 Uwaga! - magazyn 06:15 Nowa Maja w ogrodzie 06:40 Akademia ogrodnika 06:50 Co za tydzień - magazyn 07:20 Bunt - serial, Polska 07:55 Tajemnice miłości 09:00 Ten moment 09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda 19:00 Fakty 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Małanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja - magazyn prod. Polska 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:40 Gliniarze 17:40 Sekrety rodziny 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 20:05 MEGA HIT - Pojutrze Hall przekonany jest, że globalne ocieplenie przejdzie czy później doprowadzi do katastrofalnych zmian klimatycznych na naszej planecie. 22:50 Najlepszy Głównym bohaterem filmu jest sportowiec, który zachwycił świat, a który w Polsce, do dziś, pozostaje osobą praktycznie nieznaną. To fascynująca, pełna morderczego wysiłku, spektakularnych upadków i niezwykłej siły, historia inspirowana życiem Jerzego Górskiego, który ukończył bieg śmierci oraz ustanowił rekord świata w triathlonowych mistrzostwach świata. 01:05 Wykiwać klawisza 03:35 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska	07:00 Teledyski 07:35 Dziedzictwo Beethovena. Przesłania dla współczesności 07:50 Wydarzenie aktualne 08:20 Co dalej? - program publicystyczny 09:00 Oskar i pani Róża - film fabularny, prod. Francja, 2009, reż. Éric - Emmanuel Schmitt, wyk. Michèle Laroque, Amir Ben Abdelmoumen 11:00 Dyrektory - serial 12:45 Błękitny pokój - film TVP, reż. Janusz Majewski, wyk. Pola Raksa, Jerzy Nasierowski, Janusz Kłosiński, Artur Młodnicki, Jadwiga Skupnik, Witold Pyrkosz, Wojciech Skibiński, Andrzej Mrozek 13:30 Reżyserzy 14:30 Cwał - komediodramat, reż. Krzysztof Zanussi 16:25 Opowieść letnia - film obyczajowy 18:30 Informacje kulturalne 18:50 Serialowa nostalgia - Magiczne drzewo 20:00 Kultura jest kobietą - Zakochana Jane - film kostiumowy 22:10 Powidoki - program publicystyczny 22:35 Słodki kraj - film fabularny 00:40 Kobiety za kamerą - cykl dokumentalny 01:55 Kino nocne - Gry uliczne - film sensacyjny 03:45 Co to konia obchodzi? - film TVP 05:00 Tamte lata, tamte dni - Agnieszka Duczmal - magazyn	06:00 Kobra - oddział specjalny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Reporterzy. Życia wzięte 12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Reporterzy. Życia wzięte 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 17:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Poniedziałkowy Hit: Copland 22:00 Maczeta	05:00 Szpital - program obyczajowy 06:00 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:05 Idealna niania - program obyczajowy 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:50 Totalne remonty Szelągowskiej 11:50 Tajemnice miłości 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:55 Rozwód. Walka o wszystko 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 17:00 Tajemnice miłości 18:00 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Ukryta prawda	06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. Pomagają mu w tym inni agenci na czele z Jimmym Trivettem (Clarence Gilyard Jr.) oraz pani prokurator Alex Cahill Walker (Sheree J. Wilson). 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierścionek z rubinem 11:00 Rzykanci 12:00 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogowka 15:55 16:55 Pierścionek z rubinem 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Skok życia Kryminalny z mieszanymi uczuciami przyjmuje powrót swojego starszego brata, Frankiego, po dziesięcioletniej odsiadce. 23:00 Wzór 01:00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda
MAGAZYN	TELETURNIEJ	SERIAL OBYCZAJOWY	FILM SENSACYJNY	FILM OBYCZAJOWY	FILM AKCJI	FILM OBYCZAJOWY	TV Trwam
15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Wojenne dziewczyny 18:50 Jeden z dziesięciu 19:20 Tour de Pologne 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka - serial 21:05 Bolivar - serial kostiumowy 22:00 O7 zgłoś się - serial 23:25 Świat bez fikcji - Wielka alienacja 00:35 Jak ona to robi? - komedia 02:10 Lekkoatletyka - Mistrzostwa Świata	18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:10 Na skrzydłach miłości - film obyczajowy, prod. Kanada, 2020, reż. Lucie Guest, wyk. Morgan Kohan, Marcus Rosner, Brenda Matthews 21:45 C. K. Dezerterzy - cz. I - komedia 23:25 O mnie się nie martw - serial komediowy 00:25 Letnia szkoła życia - film fabularny 02:30 Replikanci - film akcji 04:20 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP	20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Na zabiójczej ziemi - film sensacyjny, USA, 1994, reż. Steven Seagal, wyk. Steven Seagal, Michael Caine, Joan Chen, John C. McGinley, R. Lee Ermy, Billy Bob Thornton 23:40 Ślub od pierwszego wejrzenia 00:45 Co za tydzień - magazyn prod. Polska 01:30 Wewnętrzny wróg - serial, USA 02:30 Uwaga! - magazyn prod. Polska 02:50 Noc magii 04:10 Kto was tak urządził	22:50 Najlepszy Głównym bohaterem filmu jest sportowiec, który zachwycił świat, a który w Polsce, do dziś, pozostaje osobą praktycznie nieznaną. To fascynująca, pełna morderczego wysiłku, spektakularnych upadków i niezwykłej siły, historia inspirowana życiem Jerzego Górskiego, który ukończył bieg śmierci oraz ustanowił rekord świata w triathlonowych mistrzostwach świata. 01:05 Wykiwać klawisza 03:35 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska	16:25 Opowieść letnia - film obyczajowy 18:30 Informacje kulturalne 18:50 Serialowa nostalgia - Magiczne drzewo 20:00 Kultura jest kobietą - Zakochana Jane - film kostiumowy 22:10 Powidoki - program publicystyczny 22:35 Słodki kraj - film fabularny 00:40 Kobiety za kamerą - cykl dokumentalny 01:55 Kino nocne - Gry uliczne - film sensacyjny 03:45 Co to konia obchodzi? - film TVP 05:00 Tamte lata, tamte dni - Agnieszka Duczmal - magazyn	00:20 Żył generał Zmuszona do ślubu z okrutnym samozwańcem generałem księżniczka Halo ucieka. Ściga ją żołnierz Warchild, który zaczyna wątpić w słuszność reżimu swojego władcy. 02:00 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny 02:50 Menu na miarę - program kulinarny 03:20 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 04:20 Menu na miarę - program kulinarny prod. Polska 05:00 Rodzinny interes	20:00 Bokser - film obyczajowy, Polska, 2011, reż. Tomasz Blachnicki, wyk. Anna Przybylska, Szymon Bobrowski, Krzysztof Kiersznowski, Marek Probosz, Katarzyna Maciąg, Emilia Stachurska 22:05 Kroniki Riddicka - film S-F, USA, 2004, reż. David Twohy, wyk. Vin Diesel 00:30 Honey - film obyczajowy, USA, 2003, reż. Bille Woodruff, wyk. Jessica Alba, Mekhi Phifer, Romeo, David Moscow, Zachary Isiah Williams, Joy Bryant 02:40 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	11:30 Przyroda w Obiektywie 11:45 100 cudownych miejsc na świecie 11:55 Święty na każdy dzień 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Możliwe - 10 przykazań 13:10 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Próba wiary 15:15 Tydzień, który zmienił świat 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Sanktuarium polskie 16:30 Żew natury 16:55 Świadkowie 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Na łowy 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Król Chwały 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Historia 21:00 Apel Jasnogórski

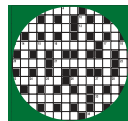
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

wtorek

19 lipca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Kościół z bliska 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial 09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 Natura w Jedynce - Chile: dzika podróż, prod. USA, 2017 SERIAL KOSTIUMOWY 14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Wojenne dziewczyny 18:50 Jeden z dziesięciu 19:20 Tour de Pologne 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka - serial obyczajowy 21:05 Bolivar - serial 22:00 O7 zgłoś się - serial 23:40 Ocaleni - reality show 00:45 Oddział specjalny: Wyspa śmierci - film	05:05 Na sygnale - serial fabularny 05:35 M jak miłość - serial 06:25 Dla duszy i serca... - reportaż 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 12:30 Koło fortuny 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc - film obyczajowy, prod. Turcja 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej SERIAL OBYCZAJOWY 18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. Polska 20:10 Zanim zasną - dramat, prod. Wielka Brytania, Francja, Szwecja, USA, 2014, reż. Rowan Joffe, wyk. Nicole Kidman, Colin Firth 21:55 Replikanci - film akcji, prod. Wielka Brytania, Chiny, USA, 2018, reż. Tanya Wexler 23:55 Ludzkie historie - Powiedz mi coś jeszcze - film dokumentalny 00:55 Na skrzydłach miłości - film obyczajowy, prod. Kanada, 2020, reż. Lucie Guest	06:05 Uwaga! - magazyn 06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Milionerzy 07:20 Bunt - serial, Polska 07:55 Tajemnice miłości 09:00 Ten moment 09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 17:55 Ukryta prawda 19:00 Fakty 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY 20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Pierwszy człowiek - film obyczajowy, USA, Japonia, 2018, reż. Damien Chazelle, wyk. Ryan Gosling, Claire Foy, Jason Clarke, Kyle Chandler, Corey Stoll Fragment życia astronauty Neila Armstronga i jego legendarnej misji kosmicznej, dzięki której jako pierwszy człowiek stanął na Księżycu. 00:25 Kuba Wojewódzki 01:30 Zabójcza broń - serial, USA 02:30 Uwaga! - magazyn 02:50 Noc magii	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Małanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja - magazyn 16:40 Gliniarze 17:40 Sekrety rodziny 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Wgiezać labiryntu: Lek na śmierć Thomas staje na czele grupy zbiegłych Streferów, którzy wyruszają z ostatnią misją. FILM SENSACYJNY 23:10 Linia życia Pięcioro studentów medycyny pragnie poznać tajemnicę tego, co niedostępne człowiekowi. Chcąc dowiedzieć się, co znajduje się tuż za granicą życia, biorą udział w niebezpiecznym, śmiałym eksperymencie. Poprzez czasowe zatrzymywanie akcji serca doświadczają stanów bliskich śmierci. 01:45 Pajęcznik 04:20 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Teledyski 07:35 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:10 Powidoki - program publicystyczny 08:35 Którędy po sztukę - magazyn 08:55 Opowieść letnia - film obyczajowy, prod. Francja, 1996, reż. Eric Rohmer, wyk. Melvil Poupaud, Amanda Langlet, Gwenalle Simon, Aurelia Nolin 11:00 Najważniejszy dzień życia - serial 13:30 Muzyka - Wojciech Kilar - reportaż 14:45 Ucieczka z kina „Wolność” - film obyczajowy, reż. Wojciech Marczewski, wyk. Janusz Gajos, Zbigniew Zamachowski, Teresa Marczevska, Piotr Fronczewski, Michał Bajor 16:35 Opowieść wiosenna - film obyczajowy, prod. Francja, 1990, reż. Eric Rohmer 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Serialowa nostalgia - Magiczne drzewo 19:25 Serialowa nostalgia - Szaletstwo Majki Skowron - serial 20:00 Lekkie obcizaje - Goodbye Berlin - komedia 21:35 Co dalej? - program publicystyczny 22:10 Portrety 23:55 Kultura jest kobietą - Zakochana Jane - film kostiumowy 02:05 The Metropolitan Opera - Rusałka - opera, prod. USA, 2017	06:00 Kobra - oddział specjalny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Reporterzy. Życia wzięte 12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Reporterzy. Życia wzięte 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska 17:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Czarny pies 21:50 Triumf sprawiedliwości 23:45 Straszny film 5 01:15 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 02:10 Następnie proszę! 03:10 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę - program kulinarny 03:50 Menu na miarę 05:00 Rodzinny interes	05:00 Szpital - program obyczajowy 06:00 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:05 Idealna niania - program obyczajowy 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:50 Totalne remonty Szelągowskiej 11:50 Tajemnice miłości 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:55 Rozwód. Walka o wszystko 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 17:00 Tajemnice miłości 18:00 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Ukryta prawda THRILLER 20:00 Atak na Królową - film thriller, USA, 2002, reż. Jerry London, wyk. Rob Estes, Joe Lando, Rachel Blakely 21:55 Sully - film obyczajowy, USA, 2016, reż. Clint Eastwood, wyk. Tom Hanks, Aaron Eckhart, Laura Linney, Mike O'Malley, Anna Gunn 23:50 Grindhouse: Planeta Terror - film horror, USA, Meksyk, 2007, reż. Robert Rodriguez, wyk. Rose McGowan, Freddy Rodriguez, Josh Brolin, Bruce Willis, Marley Shelton, Jeff Fahey, Michael Biehn 02:05 Druga strona medalu 02:45 Noc magii	08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierścionek z rubinem 11:05 Rzykanci 12:20 Sędzia Judy 13:50 STOP Drogowka 15:50 Nowe Sekrety Sąsiadów 16:55 Pierścionek z rubinem 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Merlin i księga bestii Czarnoksiężnik Arkadian, wraz z całą menażerią bestii ze swej magicznej księgi, przejmują we władanie Camelot. 23:00 Arena Jeden biznesmen z sadyistycznym zacięciem, zbudował swoje imperium na brutalnej stronie internetowej z gladiatorami walczącymi na śmierć i życie. Jego najnowszy wojownik to strażak David Lord, porwany uwięziony i skazany na walkę o życie. 01:00 Anatomia głupoty TV Trwam 11:40 Ma się rozumieć 11:50 Słowo życia 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Możliwe 13:10 Muzyczne chwile 13:25 Słowo życia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Powrót 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Jestem mamą 16:25 Tajemnice Watykanu 16:55 100 cudownych miejsc na świecie 17:05 Święty na każdy dzień 17:10 Prosto o gospodarce 17:30 Zostań Żołnierzem RP 17:50 Muzyczne chwile 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Każdy maluch to potrafi 19:45 Modlitwa 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Historia 21:00 Apel

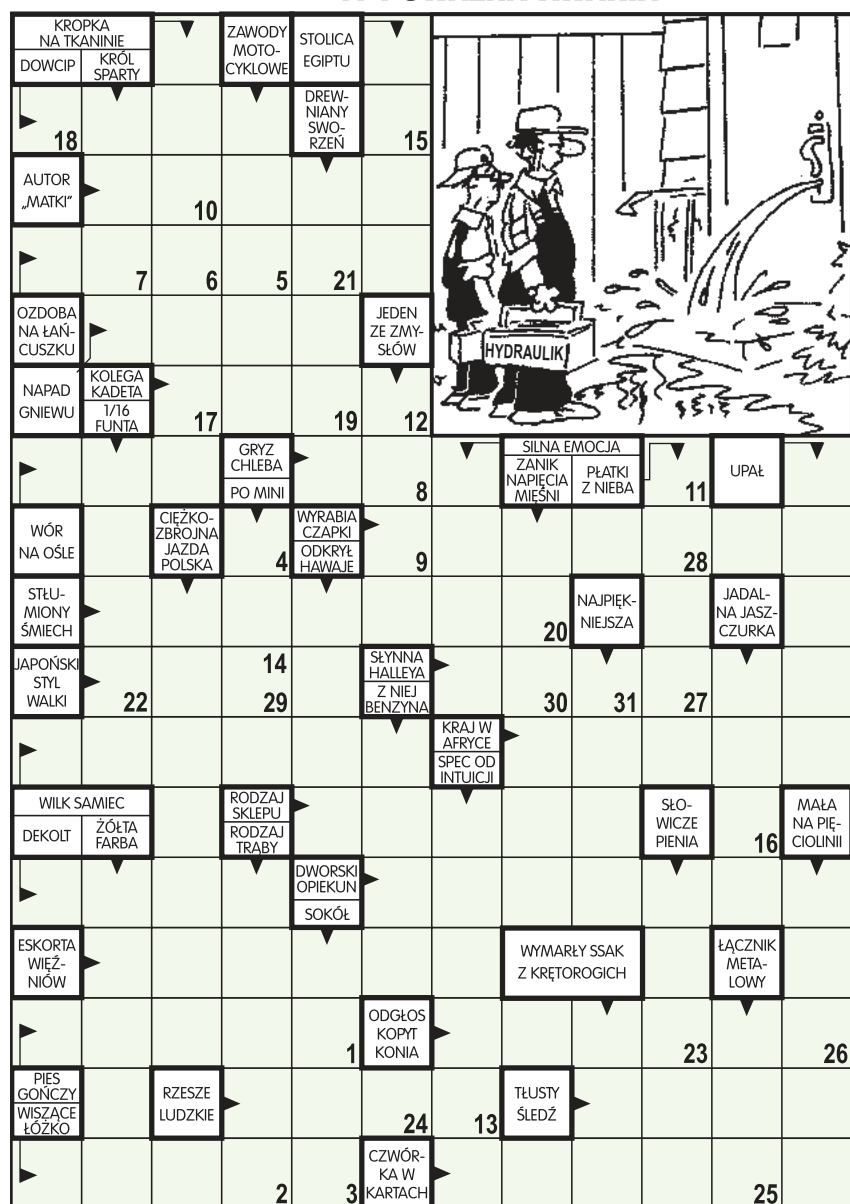
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



ROZRYWKOWE TO i OWO nr 275

Redaguje:
Władysław Firlik

1. POWAŻNA AWARIA

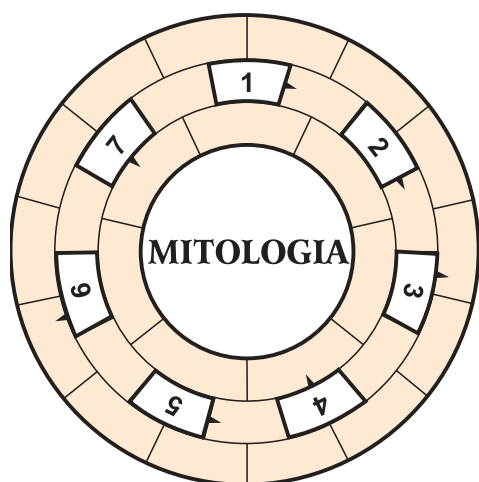


Litery z pól ponumerowanych od 1 do 31 utworzą wypowiedź hydraulika.

5. PALINDROM

Gdy wypływają rybaków _____ /,
_____ wnet w głębinę się kryje,
różne langusty oraz homarki
zmykają na łeb, na szyję.

8. WIRÓWKA OBRAZKOWA



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

ROZRYWKOWE TO I OWO
KUPON - 275

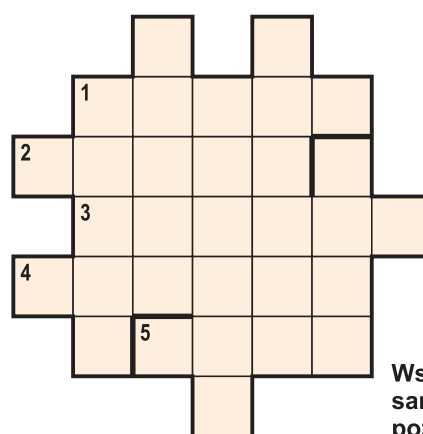
2. WYKREŚLANKA



Z diagramu należy wykreślić podane wyrazy poziomo, pionowo i ukośnie (także wspakowo), a nieskreślone litery czytane rzędami, utworzą wypowiedź klienta czarodziejki.

ALERT
AWANGARDA
GAWOT
GLORYFIKACJA
JEZDNIA
KŁĘBUSZEK
KOŁORATKA
KOPALINA
KRĘGOSŁUP
PARASOL
POLICJANT
POTOMSTWO
RZECZ
TROTUAR

MAGIA TAUTOGRAMOWA



Wszystkie odgadywane wyrazy posiadają taką samą literę początkową i należy je wpisywać poziomo i pionowo.

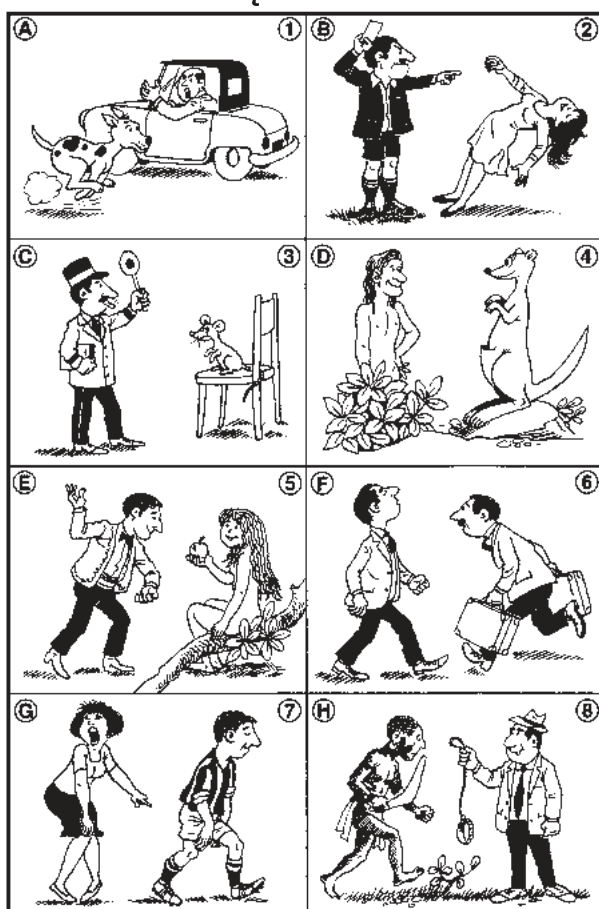
၁၁

- 1) marionetka, 2) miasto nad Ochnią, 3) zwitek wkładany do ust ofierze napadu, 4) nakrycie głowy wyższych duchownych grekokatolickich, 5) ciasto z rodzynkami.

4. PALINDROM

Bocian wygłaszać zaczął nauki, gdy się zebrała czereda cała.
Były tam szpaki, wrony / / , i czapla, i sroka mała.

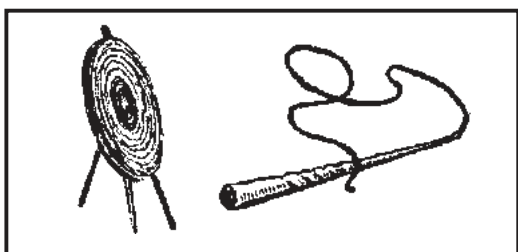
6. PORZĄDEK MUSI BYĆ



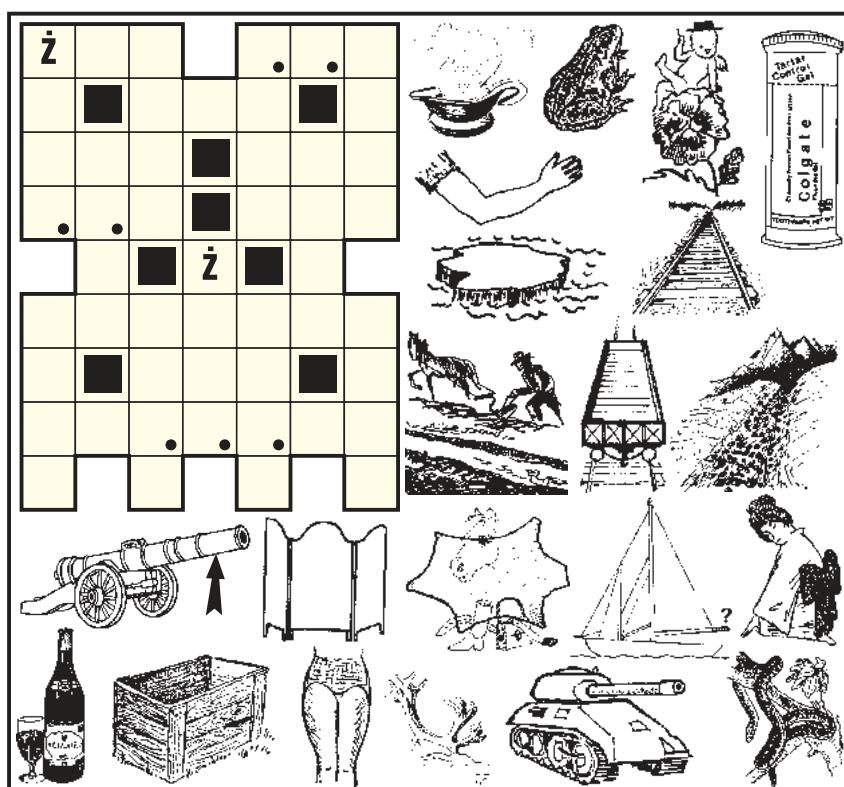
Przypatrz się uważnie sytuacjom rysunkowym i połącz je w logiczne pary, łącząc litery z odpowiednimi cyframi.

11. REBUS

Początkowa litera: C.



7. JOLKA OBRAZKOWA

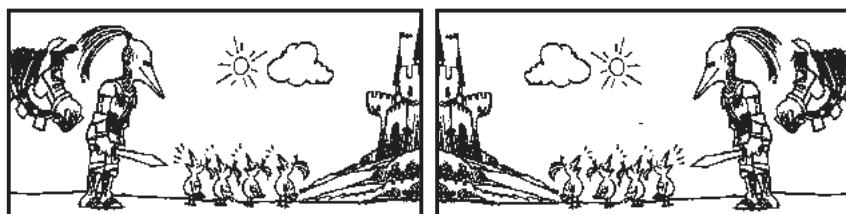


Litery „Ż” znajdują się już we właściwych miejscach, a litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.

9. KALAMBUR

O rzece fama - chętnie słuchana.

10. LUSTRZANE ODBICIE



Rysunek prawy jest lustrzanym odbiciem rysunku lewego, ale nie całkiem. Na prawym rysunku brakuje jednego szczegółu. Co zniknęło?



Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie?

ZGŁOŚ SIĘ DO NAS

Zapewniamy kompleksową obsługę
Pomagamy w uzyskaniu kredytu

784 611 270, 605 325 056



Zatrudnimy:

- **INŻYNIERÓW**
- **KIEROWNIKÓW BUDOWY**

tel. 23 692 09 75

KIEROWCA CYSTERNY (ADR<TDT,C+E)

Wymagania:

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

Zakres obowiązków:

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

Oferujemy:

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

Kontakt:

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

Rolety, Verticale, Moskitiery

tel. 608 682 772

Pomiar i wycena Gratis!

OGŁOSZENIE

Wójt Gminy Nieporęt informuje o naborze na stanowisko aplikanta/strażnika w Straży Gminnej w Nieporęcie

Szczegółowe informacje dotyczące naboru udostępnione są w BIP Gminy Nieporęt www.bip-nieporet.pl, na stronie internetowej Urzędu (zakładka praca w urzędzie) oraz na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Nieporęt, adres: Plac Wolności 1, 05-126 Nieporęt.



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

OGŁASZA PRZETARG

Ofertowy (pisemny) na wynajem lokalu użytkowego o pow. 221,40 m² w budynku przy ul. Mazowieckiej 8.

TERMIN SKŁADANIA OFERT DO DNIA 27.07.2022 r DO GODZ. 10⁰⁰

Pełny tekst ogłoszenia na stronie internetowej SML-W „Dążność” w Nowym Dworze Mazowieckim, www.smlw-daznosc.pl

Zastrzega się prawo unieważnienia przetargu bez podania przyczyny.

PRACA

dam pracę

Do produkcji i pomocy przy produkcji wędlin 609 577 362
PUL 52565

- Kierowca C+E, kółka PL/FR/PL, własna spedycja, brutto ok. 9000-9500 zł, ZUS. 660414244
LEG 52578
- Poszukiwany blacharz, pomocnik blacharza i zbrojarz do warsztatu sam. w Radzyminie. Możliwość dojazdu z drugą osobą. 501382194 Arek
LEG 52588
- Produkcja chusteczek nawilżających. 2-3 zmiany. Również dla osób z niepełnosprawnością. Radzymin. 734 108 163
LEG 52585
- Zatrudnię pomocników brukarzy oraz doświadczonych brukarzy. Dobrze widziane prawo jazdy kat. B. Proszę o kontakt telefoniczny. 518938622 zebrowski25@vp.pl
PUL 52554
- Zatrudnię stolarzy i pomocników z doświadczeniem przy produkcji i montażu mebli kuchennych, biurowych, sklepowych, szaf. 604358586 meblomargm@wp.pl
PUL 52574
- zbiór owoców miękkich 789466662 PS_INNA 52589
- Stanisławów Pierwszy. Jedna zmiana. Montaż wiązek kablowych. Również osoby z niepełnosprawnością. 734 108 163
NDM 52587

AUTO-MOTO

sprzedam

- **Kupię Każde Auto Osobowe Busy Skutery Motory Najlepsze Ceny Na Rynku** Możliwość Zwrotu Oczekiwanej Kwoty Natychmiastowo Odbioru Błyskawiczna Wycena Kupuję Calej rozbitę Bez Oci Przeładui Do Drobnych Napraw! Zadbane Auto Zaświadczenia Do Kaski 502964469
LEG 52584
- **Spółdzielnia Kółek Rolniczych w Leoncinie 05-155 Michałów 4 sprzeda: 1/Kombajn Bizon - Super-Z 056 Rok prod. 1986 stan dobry cena 18.000 zł 2/Ciągnik gąsienicowy DT-75 Rok prod. 1987 stan dobry cena 10.000 zł. 510293925**
NDM 52586

ZDROWIE

przychodnie



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

SPORT i URODA

TURYSTYKA

USŁUGI

remont i budowa

- Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757
LEG 52381
- Remonty mieszkań. Tanio i solidnie. Tadeusz. 508-074-201
NDM 52286
- Usługi dekarские, podbitki, mycie, malowanie elewacji 511385640
PUL 52496

ogrodnicze



- Wycinka drzew metodą alpinistyczną, sekcynna wycinka drzew, przycinanie, przesiewianie 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
- Wycinka i pielęgnacja drzew, krzewów + rębak 511385640
PUL 52497

naprawy

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

finanse i prawo

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



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

**WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU
BUDOWLANEGO I ELEKTRONARZĘDZI**

**RUSZTOWANIA
ZAGĘSZCZARKI
MŁOTY WYBURZENIOWE
CYKLINIARKI I INNE**

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

**WYCINKA DRZEW
METODĄ ALPINISTYCZNĄ**

- SEKCYNNA WYCINKA DRZEW
- PRZYCINANIE PRZESWIETLANIE KORONY DRZEW
- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARTWYCH
- USŁUGI RĘBAKIEM, ZRĘBKOWANIE GAŁĘZI ORAZ WYWÓZ UROBKU

698 991 470
Z PODNOŚNIKA • MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE • PROFESJONALNIE

inne

- Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582
LEG 52403
- Elektryk - złota rączka 515010373
LEG 52541

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam dom

- Gąsolin, 50m2, działka 600m2, cena 200 tys. do negocjacji 60222431
LEG 52575

sprzedam działkę

- Janopol k. Nowego Miasta, pod domki rekreacyjne, 13 500m2, prąd, cena 30zł/m2, tel. 60222431
LEG 52576

do wynajęcia

- Do wynajęcia w Pułtusk małe mieszkanie 509661909
PUL 52564

inne



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

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

ZWIERZĘTA

na 4 łapy



- Enola to roczna buro-biała kicia znaleziona na terenie gminy Czosnów. Trafiła do Nas ze starym złamaniem prawej, przedniej łapki. Po operacji (amputacja nogi), Dziewczyna czuje się dobrze i świetnie sobie daje radę. Dla Kogo radosna trójłapka? Tel: 795 845 242 fundacjapom.pl
NDM 52592



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

OGŁOSZENIA DROBNE

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



- Nera to długowłosa 4-latką znaleziona na terenie gminy Radziejów. Psina potrzebuje czasu na aklimatyzację. Delikatna i wrażliwa, jest przyjacielsko nastawiona do człowieka. Nera czeka. Tel: 795 845 242 fundacjapom.pl
NDM 52581



- Nikki to długowłosa dwulatka średniej wielkości, która trafiła do Nas z Ukrainy. Sunia jest przyjacielska, posłusznie chodzi na smyczy. Kto przysięgnie puchatego uchodźcę? Tel: 795 845 242 fundacjapom.pl
NDM 52582



- Presley to 3-latek w typie owczarka kaukaskiego (70 kg) znaleziony w brązowej, skórzanej obroży na terenie gminy Czosnów. Mocno zestresowany chłopak potrzebuje czasu na aklimatyzację. W stosunku do człowieka nie wykazuje agresji, jednak zachowuje dystans. Kogo Król Rock and Rolla? Tel: 795 845 242 fundacjapom.pl
NDM 52590



- Rewia to roczna, średniej wielkości spokojna ruda sunia, znaleziona 01.07.2022 w Markach. Psina lubi być głaskana i drapaną za uszkiem. Kto zgubił wrażliwą Rewię, nie tylko mody? Tel: 795 845 242 fundacjapom.pl
NDM 52580



- Segal to 4-latek w typie owczarka niemieckiego (40 kg) znaleziony na terenie gminy Brańszczyk. Onieśmielony nieznany środowiskiem, w stosunku do człowieka jest przyjazny, choć ostrożny. Segal czeka. Tel: 795 845 242 fundacjapom.pl
NDM 52591

SPRZĘT IT

MATRYMONIALNE

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

KOMUNIKATY

RÓŻNE

- Kupię szklarnie do rozbiórki mrożarki, gotówka 515924866
LEG 52390

**nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl**

TEL.



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

AUTO NAPRAWA

• MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
• WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA

Adam Szczypkowski ☎ **605 94 91 91**
05-110 JABŁONKA ul. WYGONOWA 1
pn - pn: 8.00 - 17.00 **022 782 49 10**







Dołącz do naszego zespołu w Kacicach

Poszukiwani pracownicy na stanowiska:

- Kierowca kategoria C
- Kierowca kategoria C+ E
- Mechanik
- Operator maszyn budowlanych
- Pomocnik Mechanika
- Pracownik budowlany (robotnik drogowy)

Dołącz do naszego zespołu w Nasielsku

Poszukiwani pracownicy na stanowiska:

- Automatyk
- Betoniarz - zbrojarz
- Brygadzysta linii produkcyjnej
- Kierowca kategoria C
- Kierowca kategoria C+ E
- Lider Magazynu (główny magazynier)

- Mechanik
- Operator linii produkcyjnej
- Operator węża betoniarzkiego
- Pomocnik Mechanika
- Pracownik magazynu (wózkowy)
- Pracownik produkcyjny
- Stolarz

Praca w Nasielsku,
z możliwością dojazdu z Pułtuska.

Gdzwoń 502 146 898

Prześlij swoje cv:
skopec@drogiimosty.com.pl



www.brix.net.pl





MIS to przestrzeń otwarta dla każdego

3 lipca odbył się piknik artystyczny z okazji otwarcia MIS Miejsca Integracji Społecznej w Ciekusynie (gm. Nasielsk). Pogoda dopisała i wszystko poszło zgodnie z planem! Dla przypomnienia: był teatr, koncerty, wybory miss, warsztaty artystyczne, mecz piłki nożnej, sąsiedzka wymiana książek, loteria, wioska smerfów a nawet szczudlarze. Specjały kulinarne serwowane przez KGW Wiejskie Sprawy Kobiet przeszły najsmielwsze oczekiwania. Dla wielu takie przysmaki jak zupa pokrzywowa czy smalec wegański z fasoli były nowym odkryciem. Wiele osób doceniło rodzinny klimat imprezy i wspólny wolny czas, pogawędki na leżakach czy kocykach i możliwość oderwania się od codziennych spraw. Podczas meczu Wkry Ciekusyn (oldboje kontra młodzieży) zostali wybrani i uhonorowani pucharem dwaj zawodnicy: najstarszy zawodnik na boisku Pan Zdzisław Kurpiewski (lat 65) i najmłodszy zawodnik Mateusz Majewski (lat 13)

Po meczu odbyło się oficjalne przecięcie wstęgi w którym wzięli udział: Magdalena Biernacka zastępca dyrektora Departamentu Kultury, Promocji i Turystyki Urzędu Marszałkowskiego, Paweł Calak wicestarosta nowodworski, Monika Nojbert członek Zarządu Powiatu Nowodworskiego, Bogdan Ruszkowski burmistrz Nasielska, Jerzy Lubieniecki przewodniczący Rady Miejskiej w Nasielsku, Janusz Gers radny Rady Miejskiej w Nasielsku, Monika Sitkiewicz sołtys sołectwa Ciekusyn, Andrzej Sosnowski prezes OSP Ciekusyn, Alicja Krasiewicz sekretarz Stowarzyszenia Dolina Wkry, Teresa Gerasik skarbnik KGW Wiejskie Sprawy Kobiet, Daniel Śmigasiewicz Prezes Klubu Sportowego Wkra Ciekusyn, Kinga Szczypek prezes Stowarzyszenia Skafander, Przemysław Banaszewski oraz Jacek Dublewski Biuro nieruchomości RE/MAX BEST. Po oficjalnej części odbył się pokaz

talentów. Na naszej plenerowej scenie wystąpili: Zuzia i Wiktoria Owczarczyk, 2. Asia Domżała, 3. Amelka Sobczyńska, 4. Nikifor Mlecza, Ola i Lila Nizińskie. Nagrody w pokazie talentów ufundowali: Przemysław Banaszewski „BANASZEWSKI” i Jacek Dublewski Biuro nieruchomości RE/MAX BEST.

Teatr Pinezka „EPIDEMIA ŚMIECHU” z Gdańska wywołał uśmiechy na twarzach i spotkał się z dużą sympatią publiczności. Kolejnym punktem programu był występ Wiejskiej Spec Kapeli. Oj, gwaro zrobiło się na deskach ciekusyńskiej sceny! Niektórzy nawet z przytupem ruszyli w tany! Wspaniała atmosfera towarzyszyła wyborom Miss, a nawet Mistera Ciekusyna! Konkursy takie jak miss mokrego podkoszulka, bicie piany, obieranie ziemniaków czy quiz wiedzy o Ciekusynie spotkały się z żywiołowym przyjęciem. Wszystkie Miss i Misterzy dostali nagrody ufundowane przez KGW Wiejskie Sprawy Kobiet. Pod wieczór na scenie wystąpiła Grupa Pasera Grupa Pasera, ekipa, którą łączy pasja do muzyki rockowej. Muzycy grający covery popularnych hitów naprawdę dali czadu, porywając ludzi do tańca. Frontmanka Agnieszka Tylewska wie jak rozkręcić imprezę. Ostatnim punktem wieczoru była potańcówka z zespołem Olga Prusik Band. Olga Prusik Band to propozycja dla wszystkich tych, którzy cenią sobie muzyczny oldschool w nowoczesnym wydaniu, na wysokim poziomie estetycznym. Frontmenka Olga Prusik pochodzi z nieodległej od Ciekusyna wsi Andzin. Ideą pikniku artystycznego była prezentacja lokalnych artystów, rzemieślników i pasjonatów. Wisienną na torcie był spontaniczny występ obu wokalistek Agnieszki Tylewskiej i Olgi Prusik, które wspólnie zaśpiewały utwór „Co mi Panie dasz”, znów porywając publiczność do tańca. Tego wieczoru nie zabrakło szalonych tańców. Występy zespołów przepłatał muzycznie DJ Mały.

Oprócz programu na scenie podczas pikniku odbył się MINI JARMARK Z RĘKODZIEŁEM. Była to niecodzienna okazja, aby zakupić atrakcyjne i oryginalne wyroby i poznać rękodzielniczek z gminy

Nasielsk. Tego dnia było mnóstwo atrakcji. Stowarzyszenie Dolina Wkry zorganizowało sąsiedzka wymianę książek, Monika Sitkiewicz Sołtys Ciekusyna ufundowała dla wszystkich dzieci lody. Imprezę ubarwił szczudlarz rozdający balony, który przyjechał na zaproszenie Janusza Gersa Radnego Rady Miejskiej w Nasielsku. Strażacy z OSP Ciekusyn przygotowali dla dzieci wioskę smerfów. Tego dnia każdy mały mógł poczuć się strażakiem, gasząc ogień. Stowarzyszenie Skafander przygotowało warsztaty artystyczne. Dzieci tworzyły barwne eko torby. Dział promocji z Urzędu Miejskiego w Nasielsku przygotował loterię, a KGW Wiejskie Sprawy Kobiet serwowały przepyszne jedzenie, słodkości, lemoniadę i dania z grilla.

Tego dnia każdy znalazł coś dla siebie. MIS to przestrzeń otwarta dla każdego. Zachęcamy do korzystania z niej, do relaksu i działań twórczych.

Organizatorami wydarzenia byli SKAFANDER Stowarzyszenie Artystyczno-Społeczne i KGW WIEJSKIE SPRAWY KOBIE
Partnerami wydarzenia byli: Samorząd Województwa Mazowieckiego Gmina Nasielsk Nasielsku Nasielski Ośrodek Kultury Softys Monika Sitkiewicz Radny Janusz Gers Klub Sportowy Wkra Ciekusyn Stowarzyszenie Dolina Wkry Ochotnicza Straż Pożarna w Ciekusynie Przemysław Banaszewski BANASZEWSKI CIEKUSYN Jacek Dublewski Biuro nieruchomości RE/MAX BEST

Piknik dofinansowano w ramach zadania publicznego z budżetu Gminy Nasielsk. MIS Miejsce Integracji Społecznej w Ciekusynie powstało z inicjatywy Stowarzyszenia Artystyczno-Społecznego Skafander. Sfinansowano z funduszu sołectkiego oraz budżetu Gminy Nasielsk

Organizatorzy dziękują wszystkim z całego serca, którzy przyczynili się do powstania MIS i zorganizowania pikniku.
Fot. Marta Czarnecka





3 września w gminie Jabłonna spotkamy się na cyklicznym wydarzeniu sportowym – 8. edycji Biegu po Złote Jabłko.

Bieg po Złote Jabłko

W tym roku organizatorzy wydarzenia – Gmina Jabłonna, OŚiR w Jabłonie i Fundacja Action-Life zapraszają do udziału w biegach na następujących dystansach. Dzieci i młodzież w wieku od 6 do 16 lat wezmą udział w Otwartych Mistrzostwach Gminy Jabłonna w Biegach Przelajowych. Pościgać będzie się można, w zależności od wieku, na dystansach 200, 400, 800 i 1000 metrów. Biegające rodziny będą mogły razem pobiec w Biegu Rodzinnym na dystansie około 1 km. Nie zapominamy również o coraz liczniejszej grupie osób uprawiającej Nordic Walking. Podobnie jak w zeszłym będą mogły się sprawdzić na 10 kilometrowej trasie z pomiarem czasu. A na zakończenie zawodów odbędzie się bieg główny na wymagającej, leśnej, crossowej trasie również na dystansie 10 km.

Od pierwszej edycji Biegu po Złote Jabłko, która odbyła się dziewięć lat temu, wydarzenie rozwinęło się z imprezy dla biegaczy rywalizujących na dystansie 10 km, w biegu święto dla całych aktywnych sportowo rodzin. – Jeszcze kilka lat temu, biegi dziecięce towarzyszące biegom dla dorosłych, nie były czymś bardzo popularnym. Miło mi, że Gmina Jabłonna zwróciła uwagę również na najmłodszych sportowców. Stąd też od kilku lat oprócz

biegu głównego i nordic walking organizujemy Bieg Rodzinny i Otwarte Mistrzostwa Gminy Jabłonna w Biegach Przelajowych Dzieci i Młodzieży – powiedział dyrektor OŚiR w Jabłonie Michał Smoliński, który jednocześnie już dziewięć lat temu był jednym z inicjatorów Biegu po Złote Jabłko.

Wszystkich, którzy już teraz chcieliby się przygotować do zawodów zapraszamy na otwarte treningi biegowe z Emilem Dobrowolskim. Treningi odbywają się we wtorki, o godzinie 19:00. Zbiórka przy bramie wejściowej do hali sportowej w Chotomowie przy ul. Prostej. Emil Dobrowolski jest aktualnym srebrnym medalistą 92. PZLA Mistrzostw Polski Mężczyzn w maratonie.

Organizatorzy przewidzieli w tym roku 120 miejsc w biegu głównym, 70 miejsc w Nordic Walking i 120 miejsc w biegach przełajowych. Nie chcąc by opłaty startowe były przeszkodą w udziale w zawodach w tym roku dorośli zapłacą opłatę startową w wysokości 20 zł a dzieci 5 zł. Więcej informacji i link do zapisów już wkrótce na stronach www.osirjablonna.pl i www.jablonna.pl Wydarzenie swoim patronatem objął Wójt Gminy Jabłonna.

Zapraszamy do udziału w 8. edycji Biegu po Złote Jabłko, do zobaczenia na linii startu!



ZAPRASZAMY

BACKYARD

ULTRA[®]

6706 METRÓW 4.167 MIL

POLSKA

START 8:00

26.08.2022 JABŁONNA

ZIELONY ZAWRÓT GŁOWY

Jest taki dom przy alei Tysiąclecia, przy nim ogród, w nim zielone cuda. Wiosną odwiedziliśmy go, aby sfotografować różaneczniki, które tam kwitną jak... szalone, w ubiegłym tygodniu przyglądaliśmy się drzewku granatu, kiwi i figowemu. Oprowadzał nas gospodarz, pan na posesji 5 tysięcy metrów, Erwin Kowalczyk

- Mam rękę do roślin - mówi Erwin, wskazując na cud-brzozę, bogato uliścioną. - Przyniosłem ją z lasu, gdy byłem na grzybobraniu. Była malutka, patyczek i trzy listki. Przechowywałem w doniczce, potem wsadziłem ją do ziemi i teraz чудо. Ale rękę do roślin

ma też Hania, wsadzi patyk do ziemi i ten już kiełkuje.

Dziełem Hanny jest dorodna figa i są dorodne granaty. Figa zaowocowała trzy lata temu zieloną kulą wielkości orzecha. I figa, i granaty to drzewka powstałe z nasionek. Granaty mają już po

15 lat, owszem, owocowały, ale owocki długo na drzewkach nie posiedziały - ptaki je zaatakowały. Co innego owoc kiwi - ten się uchował. Drzewko kiwi powstało z sadzonki, zasadzone ręką żony Erwina, zrodziło owoce wielkości fasolki JAŚ. Owoc był wyśmienity i tak słodki, jak cała łyżeczka cukru.

W ogrodzie państwa Kowalczyków rośnie wiele krzewów i drzew. Są w nim borówki amerykańskie, kanadyjskie, jest pigwa, są iglaki - srebrne świerki wyrosłe z nasion. Pięknie rosną bukszpany, które Erwin strzyże według własnych projektów. Cudowny jest ten uformowany w kształt oczka w pierścieniu, wyjątkowy jest też bukszpan - smok, bagatela, sześciometrowy. Z tymi bukszpanami to jest NEURASTENIA CAŁA, bo atakuje je ćma bukszpanowa, jej gąsienice są tak żarłoczne, że niszczą krzew w mgnieniu oka.

Przy smoku, jak wiosną przy bajecznych różanecznikach fotografują się przedszkolaki, a i dorośli pułtuszczykowie, ogrodnicy fani, którzy potem chwalać się zdjęciami na swoich FB.

- Lubię polskie rośliny - mówi Erwin Kowalczyk. Ich, jak zagraniczne palmy, które są w modzie, nie trzeba na zimę otulać, są dość łatwe w hodowli. On, jak Tadeusz MICKIEWICZOWSKI, woli swoją przyrodę od tej zagranicznej, lansowanej w epopei narodowej przez HRABIEGO.

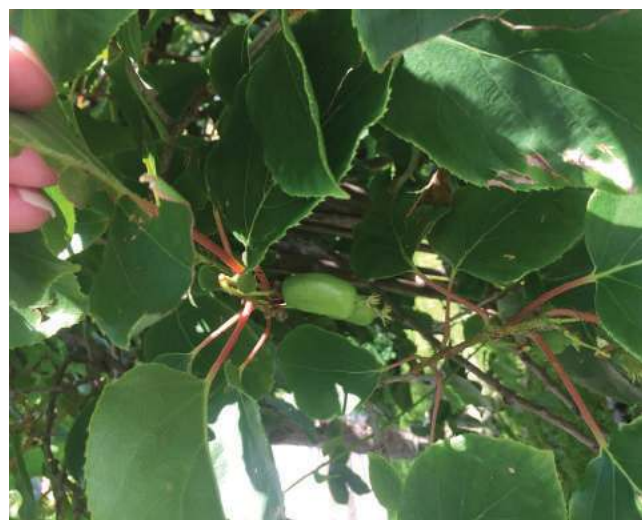
A żeby obraz Kowalczyka, emerytowanego rolnika, był pełniejszy, dodajmy, że przed kilkudziesięciu laty - jako pierwszy w Pułtuskach - osiągnął 10 ton pszenicy z jednego hektara. Rzepaku zebrał któregoś lata sześć ton i miał z tym zbiorem, z jego zbyciem, niemały kłopot.

Dziś się śmieje: - Byłem dobrym rolnikiem! - mówi.

Grażyna M. Dzierżanowska



W ogrodzie państwa Kowalczyków rośnie wiele krzewów i drzew



Kiwi



Granat

PŁOCIUSZEK

Wspomnienie wakacyjne - rok 2006 rok, lipiec

Leniwe wakacje. Garstka ludzi na ulicach. W sklepach bez tłoku. Na dzikiej plaży w Gnojnie, w zwykły dzień, gdzie woda jest jak ciepły krupnik, też nie jest ludnie. „Za gorąco” - wzdychają ludzie - najlepiej to w domu. Ale nie wszystkim. Ci z niespokojnymi nogami lubią latać, gonić po mieście, nawet po łąkach. I to w skwar. Ci zasiedli na trybunach lub karnie stanęli w wyznaczonych sektorach, by obejrzeć rekonstrukcję bitwy pod Pułtuskim, gdzie starły się ze sobą wojska rosyjskie i francuskie (dotyczy 1806 r.). Żarłał się z nieba, a ludzie ciągnęli długim szeregiem. Po wale. Panie pod parasolkami, w kapeluszach i w kapelusikach. Wiele osób z butelkami wody. Historyk WSH, Radek Lolo, szczególnie miły naszemu Tygodnikowi, dodatkowo dźwigał na barkach własnego synka, który - już na widowni - bronił się przed wrzawą i wybuchami największej armaty.

Brygadier Henryk Krasucki, żona Róża w słomkowym kapeluszu, filmował, co się dzieje na polu bitwy, ale okiem kamery ogarniał również trybuny. Jak to mundurowy - nie patrzy a widzi. Do komendanta POLICJI Zbigniewa Matysiaka, co rusz podbiegał ktoś potrzebujący konsultacji, a ten zostawiając swoją żonę, skakał między ławkami jak zwinna wiewiórka, albo jako gepard. Ale wracał na miejsce.

Dyrektor sanepidu Sławek Biesiecki, ten to szczęściarz, siedział blisko Daniela Olbrychskiego, dla którego jazda konna jest jak dla innych chleb powszedni, czyli codzienność. Sławomir więc komentował z pola bitwy miał za darmo i to fachowy. Sam Olbrychski jakiś zamyślony

był, taki W SOBIE, gdzieś daleko, chociaż rozmawiający - najczęściej z warszawką. Ciekawy facet, doskonały aktor, przyjechał z żoną, która w zielonym lnieniu, a może w bawełnie, przechadzała się w MANEŻU z psem przy piersiach. Taki warszawski styl.

W MANEŻU było parno, duszno i tłoczno, chociaż gościnnie. Dyrektor Walczyk witając swoich gości, dyrektor Borkowski, z którym sympatyczne gadu gadu, bo to człowiek naprawdę kulturalny. Towarzyski radny Gurgielewicz, któremu korona z głowy nie spadła, kiedy witał się z tym i owym. Uśmiechnięty radny powiatowy Wiernicki, zagadany komórkowo przewodniczący Purgacz. Zagadujący grzecznościowo radny Łachmański. Od pasa w dół w jasnym lnieniu. Miło witający nas wicestarosta Saracyn i wesoło gawędzący starosta Nalewajka.

I chłop nad chłopcy - Rosjanin Oleg Sokołow, westchnienie pań, który święcił w Pułtusk swoje 50. urodziny. I aż mu się oczy śmiały, mamy to na zdjęciu, a nawet czerwieniły. Kiedy przejeżdżał przez tłum na wałach, otrzymywał rzęsiste brawa. - Jak założy mundur, to istny z niego dowódca - powiedział nam burmistrz Dębski.

A burmistrz? Już po bitwie chodził z miną zadowolonego, ba, szczęśliwego chłopca. I Tygodnik wie, dlaczego. I powie, znaczy, napisze. Dlatego, że wojna była udana. Odjazdowa. Chociaż nie dla wszystkich. Niektórzy poczuli się dotknięci, że nie znaleźli się w szeregach VIP-ów, dlatego wojenkę oglądali w telewizji. Tyż piknie.

A nasz powrót z wojny ślimaczył się niemiłosiernie.

Wlekliśmy się na tyłach ratuszowych, ale przed starostowymi, a nawet przed samym starostą.

PS Rok 2022, lipiec

Dziś sobie przypominamy, że w rządzie za nami siedział poseł jakiś taki, zapomnieliśmy nazwisko, z żoną. Nie był wtedy jeszcze paniskiem jak dzisiaj, ot, garniturek ze stadionu, rozglądał się z pewnością nieśmiałością i nie w głowie było mu pytać o carycę Katarzynę.

GRAŻA





XVII Legionowski Festiwal Muzyki Kameralnej i Organowej

2022

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

31 lipca
godz. 16.30

Rodzinne Trio Wiolonczelowe
Katarzyna Olszewska – organy

7 sierpnia
godz. 17.00

Krakowskie Trio Stroikowe
Waldemar Gawiejnowicz – organy

14 sierpnia
godz. 17.00

AerOphonic
Paweł A. Nowak - akordeon, Maciej Zakrzewski - organy

21 sierpnia
godz. 16.30

Jan Bokszczanin – organy
recital organowy

28 sierpnia
godz. 16.30

Kwartet smyczkowy Prima Vista
Adam Sadowski – organy

4 września
godz. 19.00

Aleksandra Podwojska – sopran
Patryk Podwojski – organy

Dyrektor artystyczny: prof. dr hab. Jan Bokszczanin

organizatorzy

patronat honorowy

patronat medialny



Romuald Kamiński
Biskup Warszawsko-Praski





MINISTER ROLNICTWA I ROZWOJU WSI INFORMUJE

Udział wicepremiera Henryka Kowalczyka w IV Mazowieckim Kongresie Kół Gospodyń Wiejskich w Górznie.

2 lipca, wicepremier, minister rolnictwa i rozwoju wsi Henryk Kowalczyk wziął udział w Kongresie, który odbył się w Górznie koło Garwolina. W programie wydarzenia znalazły się: prelekcje i panele tematyczne; występy zespołów ludowych; prezentacja popisowych potraw, lokalnych smakowitości oraz rękodzieła ludowego Kół Gospodyń Wiejskich (KGW).

Wicepremier Kowalczyk podziękował kołom za ich cenny wkład w podtrzymywanie dziedzictwa kulinarnego i kulturalnego. Podkreślił rolę KGW w podtrzymywaniu tradycji i scalaniu życia społecznego mieszkańców wsi.

W trakcie kongresu nastąpiło także rozstrzygnięcie konkursu dla KGW „Bitwa Regionów” powiatu garwolińskiego.

Trzy pierwsze miejsca zajęły następujące potrawy: 1 miejsce – polędwiczka wieprzowa, KGW w Melanowie; 2 miejsce – pyzy, KGW w Kawęczynie; 3 miejsce – golonka w piwie, KGW w Stefanowie.

Gala wręczenia nagrody im. Oskara Kolberga z udziałem wicepremiera Henryka Kowalczyka.

6 lipca, na Zamku Królewskim w Warszawie odbyła się uroczysta gala 47. Nagrody im. Oskara Kolberga „Za zasługi dla kultury ludowej”. Śpiewacze i twórczyni ludowej Elżbiecie Kaszni z Kurpi Zielonych oraz Regionalnemu Centrum Kultury Kurpiowskiej im. Ks. Władysława Skierkowskiego z Myszyńca nagrody wręczył wicepremier, minister rolnictwa i rozwoju wsi Henryk Kowalczyk.

Wnioski o wsparcie na rozwój usług rolniczych.

Od 7 lipca można składać wnioski o wsparcie na rozwój usług rolniczych w ramach

działania *Wsparcie inwestycji w tworzenie i rozwój działalności pozarolniczej* finansowanego z PROW 2014–2020. W tym naborze zakres usług objętych wsparciem został rozszerzony - informuje Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Nabór potrwa do 19 sierpnia.

Podobnie jak w poprzednich latach z dofinansowania będą mogli skorzystać: osoba fizyczna, prawna czy jednostka organizacyjna nieposiadająca osobowości prawnej. Maksymalna kwota wsparcia wynosi 500 tys. zł na jednego beneficjenta. Refundacji będzie podlegać standardowo maksymalnie 50 proc. udokumentowanych, kwalifikowanych kosztów inwestycji. Natomiast w przypadku działalności związanej z zabezpieczaniem lub utrzymaniem urządzeń wodnych i tej z wykorzystaniem technologii cyfrowych będzie to 65 proc. Wnioski przyjmują oddziały

regionalne Agencji właściwe ze względu na miejsce realizacji inwestycji. Dokumenty można składać osobiście lub przez upoważnioną osobę albo przesyłką rejestrowaną nadaną w placówce Poczty Polskiej. Wniosek można również wysłać w formie dokumentu elektronicznego za pośrednictwem platformy e-PUAP.

Wsparcie na restrukturyzację małych gospodarstw

Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa przypomina, że w trwającym naborze wniosków o wsparcie na restrukturyzację małych gospodarstw można uzyskać do 60 tys. zł bezzwrotnej premii. Dotychczas ARiMR zarejestrowała 1590 wniosków, na kwotę 95,4 mln zł.

Rolnicy, którzy są zainteresowani tą formą wsparcia, powinni posiadać gospodarstwo obejmujące co najmniej 1 hektar użytków rolnych lub nieruchomości służącą do prowadzenia produkcji w zakresie

działów specjalnych produkcji rolnej. Wielkość ekonomiczna takiego gospodarstwa musi być mniejsza niż 13 tys. euro.

Premia w wysokości 60 tys. zł wypłacana jest w dwóch ratach. 80 proc. kwoty rolnik dostaje po spełnieniu warunków określonych w decyzji o przyznaniu pomocy, a pozostałe 20 proc. po poprawnej realizacji biznesplanu.

Wsparcie w całości należy przeznaczyć na działalność rolniczą lub przygotowanie do sprzedaży produktów rolnych wytwarzanych w gospodarstwie.

Co najmniej 80 proc. kwoty musi być wydane na środki trwałe, m.in. na: zakup nowych maszyn rolniczych, urządzeń i wyposażenia oraz na budowę, przebudowę lub remont budynków służących produkcji rolniczej; nabywanie gruntów rolnych lub stad podstawowych; zakładanie sadów albo plantacji roślin wieloletnich.

Wnioski o dofinansowanie można składać w oddziałach regionalnych ARiMR. Dokumenty można dostarczyć osobiście, przekazywać za pośrednictwem platformy ePUAP lub wysłać rejestrowaną przesyłką pocztową.

Ubezpieczenie społeczne rolników na korzystniejszych zasadach.

Ustawa o ubezpieczeniu społecznym rolników, której przepisy weszły w życie 15 czerwca br., wnosi wiele korzystnych dla rolników zmian: pracujący rolnik-emeryt z prawem do pełnej emerytury, służba wojskowa wliczana do kwoty emerytury, skrócenie okresu umowy dzierżawy dla rolników-rencistów, rozszerzony katalog ubezpieczonych, rehabilitacja w Centrach Rehabilitacji Rolników KRUS dla rolników-emerytów, turnusy regeneracyjne dla opiekunów osób niepełnosprawnych.

więcej na www.minrol.gov.pl

„CZWÓRKA” Z ERASMUSEM+ NA SYCYLII

W dniach 19-25 czerwca nauczyciele – członkowie zespołu współpracy międzynarodowej Publicznej Szkoły Podstawowej Nr 4 w Pułtusku oraz 25 partnerów z Włoch, Rumunii, Północnej Macedonii i Bułgarii wzięli udział w pierwszym spotkaniu szkoleniowym na Sycylii w ramach projektu Erasmus+ KA220 „Future Classrooms’ Leadership”

Projekt potrwa 2 lata. Do głównych celów projektu należy promowanie rozwoju kompetencji cyfrowych, zarówno wśród nauczycieli, jak i uczniów oraz świadome wykorzystywanie technologii w procesie edukacji. Inspiracją do podjęcia takiego tematu stała się pandemia związana z Covid-19 i zaobserwowane podczas zdalnego nauczania braki uczniów w umiejętnościach technologicznych, krytycznego myślenia oraz pracy zespołowej. To na ich rozwoju koncentrują się założenia projektu.

Wspomniane w tytule projektu „Klasy przyszłości” to klasomające wyznaczyć długofalowe innowacyjne standardy nauczania z wykorzystaniem

najnowszych metod i strategii cyfrowych.

Po pierwszym „roboczym” spotkaniu w Polsce (Pułtusk, 3-5 kwietnia 2022), przyszedł czas na merytoryczne szkolenie w słonecznej Sycylii. Gospodarzem zgrupowania szkoleniowego była szkoła średnia Istituto Comprensivo Statale „Ignazio Buttitta” w Bagherii, natomiast tematem przewodnim wykorzystanie narzędzi i technologii informacyjno-telekomunikacyjnych (ICT) w procesie uczenia się i szkolenia. Organizatorzy zapewnili swoim gościom ciekawy program, w którym elementy szkoleniowe przeplatały się z możliwością obcowania z historią i kulturą regionu Sycylii.

Pierwszego dnia, po oficjalnym powitaniu, uczestnicy wzięli udział w szkoleniu o roli ICT w procesie nauczania, a także wymienili się osobistymi doświadczeniami nt. cyfryzacji w edukacji. Ostatnim punktem programu tego dnia było zwiedzanie Bagherii, nazywanym też „Miastem Willi”, z powodu XVIII-wiecznych letnich rezydencji zbudowanych przez starożytnych arystokratów.

Drugi dzień zgrupowania upłynął na intensywnych szkoleniach, warsztatach i dyskusjach z zakresu metod i strategii cyfrowych w nauczaniu i szkoleniu. Aktywny i pełen inspiracji dzień zakończyła wizyta w malowniczo położonej stolicy Sycylii, Palermo.

Trzeci dzień poświęcony był planowaniu szkoleń, w tym szkoleń wewnętrznych instytucji współpracujących oraz narzędziom ewaluacyjnym. Po wyczerpującym dniu przyjemną ochłodą był rejs łodzią wzdłuż wybrzeża Sycylii.

Czwartego dnia uczestnicy wzięli czynny udział w warsztatach nt. efektów werbalnej i niewerbalnej komunikacji w wirtualnych spotkaniach. Dopelnieniem dnia stała się wycieczka do urokliwego Cefalu, położonego w przepięknym otoczeniu lazurowego Morza Tyrreńskiego oraz gór.

Piąty i ostatni dzień szkolenia upłynął na zgłębianiu strategii oraz korzyści zastosowania wizualizacji w nauczaniu oraz ewaluacji szkoleń. Zgrupowanie zbieńczyło uroczyste wręczenie certyfikatów.

„Wracamy zmęczeni, ale pełni inspiracji. To było naprawdę owocne spotkanie” – twierdzą zgodnie wszyscy uczestnicy.





ZE WSPOMNIENI (ROK 2006)

Oto list, który napisała pani Elżbieta Laskowska, pułtuszcanka, absolwentka pułtuskiej CZWÓRKI, jeszcze tej z ulicy Kościuszki. Otrzymałam go drogą mejlową, przyszedł z Włoch, i jest jakoby odpowiedzią na felieton mojego autorstwa, w którym znalazły się wspomnienia pana Andrzeja Ryczanowskiego, też pułtuszczanina. List jest piękny - ciepły i świetnie przenosi w czasy szkolne, przywołuje zdarzenia i ludzi, nawet smaki. Dla takich czarownych wspomnień warto go przeczytać, mimo że „trzeba patrzeć do przodu”

Sprawiła mi Pani wielką frajdę swoim felietonem. Przede wszystkim wywołał we mnie falę wspomnień i wzruszenia, przed którymi zawsze się bronię, bo wytrącają mnie z równowagi, którą z trudem buduję dzień po dniu. A więc żadnych sentymentów, przekopywania przeszłości - trzeba patrzeć do przodu. Ale jakże można się oprzeć temu syreniemu śpiewowi: obrazom przywołanym przez mojego uroczego towarzysza szczenięcych lat, dzisiaj statecznego mężczyznę - Andrzeja Ryczanowskiego. Ileż strun poruszył w moim sercu, moje myśli wracają do tamtych błogosławionych lat: beztrojskich, bezpiecznych i słodkich

jak krówki - ciagutki i raczki, i kukulki, które w tymże samym sklepiku, który przywołuje do pamięci, można było kupić na sztuki. Nie wspomniał Panny Bochenkówny! A to dopiero była postać! Na chwilę zamykam oczy i widzę ją, jak żywą: kruczoczarne włosy, ułożone w karkowej koturnie, obiekt pożądania 10-letnich kobietek. Malownicza, okryta szalem, bardzo teatralna w gestach, mówiąca z emfazą. Przeżyła Ravensbruck, a my w naszej okrutnej dziecięcej nieświadomości robiliśmy jej na złość, wiedząc, że to ją wyprowadza z równowagi (najgorsze, że nie pamiętam już, co to było). A więc Panna Bochenek miała

ogromną namiętność do teatru i dawała temu upust, organizując przedstawienia szkolne. Już nie pamiętam, czy inscenizowaliśmy teksty literackie, czy ona sama była ich autorką. Była z tym pyszna zabawa, zaczynała się o podziału ról, uczenia się tekstów, prób, przygotowywania kostiumów. Nasza reżyser czuła się w tym jak ryba w wodzie, a my czuliśmy się jak prawdziwi aktorzy. Aż wreszcie nastawał gorączkowy dzień premiery. W sali gimnastycznej, która w ten dzień zmieniała się w salę teatralną ze sceną, prawie jak prawdziwa, i kurtyną, zza której z przejęcia wyglądaliśmy, jak powoli zapelniała się naszymi rodzicami, ciociami

i wujkami. A potem trema, która czasami plątała nam figle i zapominało się tekstu, i „Marzenie” Schumanna grane za sceną przez naszego znakomitego nauczyciela muzyki pana Stanisława Piotrowskiego. I nikomu nie przeszkażało, że bohater prostaczek udaje, że gra na skrzypcach nie jakieś tam „oj dana dana”, które w tym momencie byłoby jak najbardziej na miejscu, ale wzniosłe tony. Ale tak było ładniej i bardziej światowo. I o to chodziło. Ach, gdzież te niedysięsze śniegi! A potem zbliżał się wielkimi krokami utęskniony koniec roku szkolnego, zazwyczaj około świętego Jana. I następował sądny dzień dla

róż, lewkonii i peonii z ogrodu pastwa Czulińskich, który rozciągał się od ulicy Kościuszki aż do Zastodolnej. Bo każdy uczeń odświętnie ubrany podchodził przejęty do nauczycielskiej katedry z bukietem kwiatów (szczytem luksusu było opakowanie z celofanu). I otrzymywał świadectwo, a co poniektórzy nagrodę książkową z wykalgafowaną przepięknie dedykacją. I już od południa zaczynała się wakacyjna labba. Dzieciarnia z mojego podwórka czynszowej kamienicy przy Kościuszki 43, własność pani Żbikowskiej, zaopatrzona w blaszane bańki (zwane potocznie kankami) i suchy prowiant ładowała się na furmankę zaprzężoną w konia i wyruszało się na jagody do gromnickiego lasu. Koń niespiesznie przebiegał kopytami, podróż (całe pięć kilometrów) wydawała się nie mieć końca. Aż wreszcie dojeżdżało się na skraj lasu, siadało się wokół wielkiego kamienia (ciekawe, czy jeszcze się tam znajduje?) i zaczynało się tłuczenie jajek na twardo i zajadanie pająd chleba grubo posmarowanego masłem „od baby”

kupowanym na targu, w oselkach zawiniętych chrzanowe liście. A potem szło się w las. Nikt nie bał się kleszczy, co najwyżej żmij. Każde z nas wiedziało dokładnie, jak wygląda żmija, a nie jakiś tam głupi zaskroniec, ten nie robił na nas większego wrażenia. Wracało się do domu nieprzytomnie zmęczonymi, z buziami i rękami czarnymi od jagodowego soku.

Dziękuję Pani za wciągnięcie mnie do zabawy. Pozdrawiam Elżbieta Laskowska

PS Gdyby ktoś z CZWÓRKOWICZÓW, po 16 latach od wspomnień PANI ELI, przysłał mi swoje, byłabym uradowana i wdzięczna.

Wspomnienia wyszperała Grażyna M. Dzierżanowska, też CZWÓRKOWICZKA, polonistycznie wychowana przez panie: Stanisławę Bochenek i Halinę Król. Zdjęcie z archiwum rodzinnego GMD - klasa z wychowawczynią p. Zadrożną oraz z FB - też CZWÓRKOWICZKI - Hanny Sadkowskiej - Wiśniewskiej.



FAJNE FOTO

To jest naprawdę FAJNE FOTO, bo kojarzy się mnie, żonie trenera tenisa, z fajnymi opowieściami kortowymi. Andrzej Gołoś, stomatolog, Andrzej Bednarczyk, również dentysta, Zenon Kowalewski, najpierw dyrektor JEDYNKI, potem zastępca burmistrza, mój mąż Kazimierz Dzierżanowski to byli pierwsi z pierwszych grających w tenisa i nie tylko dobrzy tenisisci, ale też faceci z dużym poczuciem humoru, żartownisie kortów - zamkowego i stadionowego. Kpili sami z siebie, z siebie nawzajem i ze swoich żon. Żartowali i podczas meczów, i po nich, kiedy zasiadali w kawiarence przy kortach. Sporo obrywał Kazimierz, zwany SIWYM - CHŁOPCY dokuczali mu z powodu... dwu żon: Grażyny i Marii. Nieraz też współczuli, bo mieć dwie baby na głowie to znaczyło: mieć przechlapane. Mówili: - Siwy to ma bardziej przechlapane niż my - on ma dwie baby. Uciekali tym BABOM z domów, co sobota, rano, regularnie, więc nic dziennego, że one ciągle DŹWAGAŁY.

Potem, kiedy tenis stawał się coraz popularniejszy, dołączyli do tenisowej braci Tadeusz Nalewajk, doskonała Bożena Kędzierska, Tomasz Wanieliasta, Grzegorz Śniadowski, Tomasz Węglowski, Jerzy Lesiuk, Grzegorz Kowalski i inni, i inni...

Na zdjęciu pułtuscycy tenisisci po jakichś tam zmaganiach - ze sponsorką Różą Krasucką.

GMD

Czy młodzież dostanie szansę na zaangażowanie się w lokalne środowisko?

8 lipca, pułtuski działacz Kacper Piętka złożył do Starostwa Powiatowego w Pułtusku wniosek o utworzenie młodzieżowej rady powiatu, która miała by zwiększyć zaangażowanie pułtuskiej młodzieży w sprawy lokalne. Wniosek popiera trzech przewodniczących Samorządów Uczniowskich szkół średnich na terenie powiatu pułtuskiego. -Chciałbym, żeby pułtuska młodzież mogła w bardziej skuteczny sposób pracować na rzecz rozwoju powiatu jako wspólnoty wszystkich jego mieszkańców. Głos młodzieży jest niezwykle ważnym głosem, ponieważ to my stanowimy przyszłość naszej społeczności. Niesamowicie cieszę się, że

wniosek poparło aż trzech przewodniczących Samorządów Uczniowskich z trzech szkół średnich na terenie naszego powiatu, chodzi o Liceum Ogólnokształcące im. Piotra Skargi, Zespół Szkół Zawodowych im. Jana Ruszkowskiego i Zespół Szkół im. Bolesława Prusa. Powołanie młodzieżowej rady powiatu ma korzyści obustronne, z jednej strony daje nam, młodym, możliwość podniesienia stanu wiedzy na temat funkcjonowania jednostek samorządu terytorialnego, a z drugiej spowoduje, że rada powiatu oraz jego zarząd będą mogli uzyskać realnego partnera do współpracy na rzecz rozwoju powiatu - powiedział Kacper Piętka, wnioskodawca.



Liczymy na to, że już niedługo w Pułtusku młodzież będzie miała okazję na aktywniejsze działanie na rzecz rozwoju naszego powiatu poprzez pomoc radzie powiatu

oraz jego zarządowi. Kacper Piętka po raz kolejny angażuje się w życie powiatu. Miejmy nadzieję, że nie poprzestanie na swoich działaniach.

red.

ZŁODZIEJ NIE MA WAKACJI!

Pułtusczy policjanci apelują o właściwe zabezpieczanie mieszkań i domów oraz czujność sąsiedzką. Wakacje, dobra pogoda i czas urlopów - sprzyja wyjazdom. Podczas naszej nieobecności, wszystko staje się idealnym łupem dla potencjalnego złodzieja. Jak skutecznie zabezpieczyć swoje mienie przed kradzieżą?

W minionym tygodniu w Pułtusku miało miejsce włamanie do mieszkania na alei Tysiąclecia. Sprawcy, po uszkodzeniu zamka i górnej zasuw, dostali się do wnętrza pomieszczeń. Nie zdążyli dokonać kradzieży przedmiotów wartościowych, ponieważ zostali spłoszeni przez właścicielkę mieszkania.

Pułtusczy policjanci doradają jak uniknąć tych nieprzyjemnych sytuacji i jak chronić własne mienie.

Jeżeli mieszkasz w domu jednorodzinnym:

zabezpiecz go poprzez okratowanie okien piwnic, tarasów i drzwi balkonowych,

zwłaszcza tych z tyłu budynku; nie zapomnij o zabezpieczeniu drzwi garażowych oraz innych pomieszczeń gospodarczych, poprzez które łatwo można dostać się do domu; zadbaj o oświetlenie ciemnych obszarów wokół domu oraz garaży wolnostojących. Złodziej nie lubi światła, a wyższy rachunek z nawiązką zrekompensuje Ci wzrost poczucia bezpieczeństwa; zapisz numery fabryczne wartościowych przedmiotów (komputer, telewizor, kamera, spawarka, silnik, wiertarka, szlifierka, inne urządzenia elektryczne itp.), oznakuj je w indywidualny, trwały sposób, niewidoczny dla złodzieja; sporządź listę,

a jeżeli to możliwe, również dokumentację fotograficzną cennych przedmiotów (biżuteria, antyki, cenne obrazy, stare zegarki itp.) – w przypadku kradzieży zwiększy to znacznie szansę ich odzyskania.

Jeżeli mieszkasz w mieszkaniu:

wyposaż drzwi do mieszkania w odpowiednie zamki patentowe – wykazy tych zamków posiadają firmy ubezpieczeniowe i specjalistyczne sklepy; doskonałym zabezpieczeniem jest system alarmowy; w drzwiach zamontuj również zabezpieczenie przeciwyważeniowe; w mieszkaniach w bloku warto jest obić blachą

standardowe drzwi, zastąpić je drzwiami z drewna lub zamontować drugie dodatkowe drzwi; dbaj o to, aby zawsze działało oświetlenie przed drzwiami wejściowymi – włamywacz unika miejsc oświetlonych; mieszkania na parterze i najniższych piętrach są najbardziej narażone na włamanie przez drzwi balkonowe – warto pomyśleć o zamontowaniu w nich dobrych klamek (pojawiały się w sprzedaży klamki zamykane na klucz) lub chociaż zwykłych zasuwek; doskonałym zabezpieczeniem są domofony, jednak pamiętaj, aby za pomocą domofonu nie otwierać drzwi obcym, wpajaj tę zasadę również innym.

Poznaj swojego sąsiada:

Dobrze znający się i zorganizowani sąsiedzi mogą skutecznie przeciwstawić się



włamaniam, i kradzieżom. Porozmawiaj z Twoim sąsiadem o bezpieczeństwie w Waszym miejscu zamieszkania, ustalcie jak zachować „sąsiedzką czujność”:

Poinformuj Policję gdy:

zauważysz cokolwiek, co wzbudzi Twój niepokój w miejscu zamieszkania,

usłyszysz hałasy w mieszkaniu sąsiada, a wiesz, że mieszkańcy wyjechali, zobaczysz nieznajomego, próbującego otwierać drzwi u sąsiada, a wiesz, że nie ma go w domu, zauważysz podejrzaną zachowującą się osobę na klatce schodowej, na ulicy lub na parkingu.

Autor: sierż. Renata Soból

Festiwal Kultury Kurpiowskiej

Festiwal Kultury Kurpiowskiej w Broku realizowany przez Fundację Akomodacja, w partnerstwie z Fundacją PZU, przeszedł już do historii. Plaża w Broku mieniła się barwnymi strojami Puszczy Białej i Puszczy Zielonej. Ostatecznie na scenie zaprezentowało się 19 zespołów śpiewających i tanecznych, które występowały według wylosowanej kolejności. Jury w składzie: Krystyna Paczuska i Edward Szabat, pod przewodnictwem Janusza Pawlaka, stanęło przed trudnym zadaniem. Ostatecznie, zgodnie z werdyktem, w kategorii

zespołów śpiewających I miejsce zajęła Męska Grupa Śpiewacza z „Czarni”, II miejsce przypadło „Warmińskiej Kuźni”, na III miejscu uplasował się Zespół Śpiewaczy ze Zbojnej, przyznano dwa wyróżnienia specjalne dla Żeńskiej Grupy Śpiewaczej „Kurpie Białe” oraz dla Kobiecego Zespołu Śpiewaczego z Nowogrodu. Natomiast w kategorii zespołów tanecznych I miejsce dla Zespołu Pieśni i Tańca „Oberek”, II miejsce zajął Kurpiowski Zespół Folklorystyczny „Czarniacy”, III miejsce dla Zespołu Folklorystycznego

„Kurpiowszczyzna” , wyróżnienie specjalne otrzymał zespół „Kurpie Białe” z Dąbrowy.

Wszystkim uczestnikom serdecznie dziękujemy i mamy nadzieję na kolejne twórcze spotkania. Swoją obecnością na Festiwalu Kultury Kurpiowskiej zaszczyliły nas Muzeum Kultury Kurpiowskiej w Ostrołęce, Skansen im. Marii Żywirskiej z Brańszczyka, Muzeum Kurpiowskie w Wachu, Kuźnia Kurpiowska z Pniewa oraz twórczy ludowi i przedstawiciele ginących zawodów.



NASI też tam byli

Kuźnia Kurpiowska z Pniewa na festiwalu w Broku

Reprezentacja naszego Stowarzyszenia podczas Dni Broku i Puszczy Białej to Halina Witkowska i Monika Poteraj. W niedzielę, 10 lipca, panie prowadziły warsztaty naszym stoisku Kuźni oraz wzięły udział w konkursie kulinarnym „Kurpiowskie specjały”. I to z ogromnym sukcesem!

Halina Witkowska:
I miejsce - w kategorii napoje i nalewki,
I miejsce - w kategorii ciasta i desery,
II miejsce - w kategorii zupy i polewki.
Monika Poteraj:
I miejsce - w kategorii przekąski i wypieki obrzędowe,
II miejsce - w kategorii napoje i nalewki.
Serdecznie gratulujemy!
Zdjęcia z fb Kuźni Kurpiowskiej.

red.

