



ŚMIERTELNE POBICIE w Jachrance

- STR. 3

TYGODNIK LOKALNY



3,50 zł
W TYM 5% VAT



NR 21 (1671)
24 - MAJA 2022

JABŁONNA
LEGIONOWO
NIEPORĘT
SEROCK
WIELISZEW

INDEKS 378461
ISSN 1426-6504

M A Z O W I E C K I E
Legionowo
C O T N I D Z I E Ń 5 M A J A 1 9 9 0 R O K U

Skosztuj historii naszego miasta...



www.legionowska.pl
505-360-809

LEGIONOWO

**Flagi wyrwane
z pomnika Papieża**

- STR. 2

CHOTOMÓW

**Centrum
przesiadkowe**

- STR. 2

LEGIONOWO

**Plan ws.
dogęszczenia
„Bukowca A”**

- STR. 3

LEGIONOWO

**AMW nie liczy się
z mieszkańcami?**

- STR. 3

LEGIONOWO

**Pościg, narkotyki
i korupcja
- 36-latek trafił
do aresztu**

- STR. 3

KRONIKA KRYMINALNA

- STR. 4

LEGIONOWO

**Nie chcą likwidacji
ZIELONEGO SKWERU!**

- STR. 5

LEGIONOWO

**Niebezpieczny
chodnik na
legionowskim
wiadukcie!**

- STR. 5

WIELISZEW

400 tanich mieszkań

- STR. 5

LEGIONOWO

**Park przy
ul. Wąskiej?**

- STR. 5

**SOLIDARNI Z UKRAINĄ
Agresor traci impet**

- STR. 6-7

WOJSKO

**5-lecie
terytorialsów
na Mazowszu**

- STR. 8

PRAWO

**Odszkodowania
za zmiany
w planie**

- STR. 9

SPORT

NA STRONACH
23, 24



Wybór patrona owiany tajemnicą...



CZYTAJ NA STRONIE 2

ŻĄDAJĄ OTWARCIA BASENU

- STR. 22

REKLAMA

Kolejny etap inwestycji w Wieliszewie



Villa Park Wieliszew 3

Biuro sprzedaży
692-705-913



www.budomur.pl
MIESZKANIA I DOMY

PRZYCHODNIA DLA ZWIERZĄT

lek. wet. MIROSLAW KADO
specjalista
chorób psów i kotów

ŁAJSKI ul. Nowodworska 93
tel. (cały czas) 22 782 22 82
602 237 021

RENTGEN CYFROWY, USG, EKG
LASER, ANALIZY KRWI,
CHIRURGIA, KRIOTERAPIA,
ULTRADŹWIKOWE USUWANIE KAMIENIA
WYDAWANIE PASZPORTÓW, CHIPY

INFORMACJE
zakładu energetycznego

**GDZIE I KIEDY
WYŁĄCZĄ PRĄD**

- STR. 17

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

AUTO NAPRAWA

• MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
• WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA

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

KRÓTKO I NA TEMAT...

Samorządowcy jak dzieci

Po raz kolejny nasi samorządowcy odebrali jakieś statuetki i wyróżnienia w jednym z licznych organizowanych dla nich rankingów czy konkursów. Nie ma w tym niczego dziwnego, bo nagrody takie przyznawane są co roku i to niemal każdemu samorządowi. Jak nie w jednym, to w innym konkursie.

Pracuje nad tym od lat cały przemysł kręcący się wokół samorządów, organizujący im imprezy integracyjne, szkolenia, wycieczki, wyjazdy, akademie, koncerty i inne imprezy. Jednym słowem przemysł ten zaspakaja wszelkie potrzeby i zachcianki, a jedną z nich jest niewątpliwie potrzeba wyróżnienia, docenienia i splendoru. Dlatego wszelkie tego typu rankingi obfitują w olbrzymią ilość kategorii, a co za tym idzie również podobną ilość wyróżnień i nagród. Jeśli ktoś nie załapie się akurat na wyróżnienie w kategorii „najbardziej oszczędny samorząd”, to z pewnością zdobędzie taki laur w kategorii najbardziej rzutkich albo najwięcej inwestujących.

Pod pewnym względem samorządowe konkursy przypominają konkursy organizowane obecnie dla dzieci. Nie liczy się w nich to kto wygra, ale raczej samo uczestnictwo. Podobnie jak to było na samym początku w ruchu olimpijskim. Z małą różnicą, bo tam wspominało się też o współzawodnictwie i uczciwej rywalizacji. Z tego też powodu, idea jest taka aby każdy wyszedł z gali laureatów wyróżniony, jeśli nie jakąś statuetką to przynajmniej jakimś dyplomem. Tak aby nikt nie miał powodów do płaczu.

Z tych samych powodów dawno zrezygnowano już z robienia tzw. audytów, bo czasami mogło w ich trakcie dochodzić do nieprzyjemnych sytuacji. A nie o to przecież chodzi. Zamiast tego rozsyła się do samorządów ankiety, które skwapliwie wypełniają sami samorządowcy. Kto najlepiej potrafi się chwalić ten ma największe szanse na uzyskanie licznych wyróżnień.

Zabawowe są także same nazwy konkursów, w których samorządy i ich przedstawiciele ubiegają się o laur: diament, perłę czy szmaragd itp. I na końcu wszyscy mogą cieszyć się jak dzieci...

Paweł Szyling

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

wieloletniego serockiego lekarza,

żołnierza AK i PSZ na Zachodzie

TADEUSZA JÓZIŃSKIEGO

Łączymy się w żałobie i smutku składając kondolencje oraz wyrazy głębokiego współczucia Rodzinie i Bliskim

Przewodniczący Rady
Miejskiej w Serocku
Mariusz Rosiński

Burmistrz Miasta i Gminy
Serock
Artur Borkowski



**RADNY SEJMIKU
WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO**

**STEFAN
TRACZYK**

zapraszam na swoje dyżury

- w sprawie umówienia terminu
i miejsca spotkania proszę o kontakt
telefonicznie lub mailowo

stefan.traczyk@mazovia.pl
tel. 692 216 532

LEGIONOWO. Jan Paweł II na cenzurowanym

Flagi wyrwane z pomnika Papieża

Pomimo obecności miejskich kamer, w nocy z soboty na niedzielę (21 na 22 maja) ponownie został ograbiony pomnika Jana Pawła II znajdujący się w parku jego imienia. Skradziono flagi. Policja prowadzi śledztwo ws. usuwania flagi lub innego znaku państwowego

Do zdarzenia doszło w nocy z soboty na niedzielę (21 na 22 maja). Jak udało nam się dowiedzieć, tym razem skradzione zostały flagi przytwierdzone do kamienia znajdującego się obok figury przedstawiającej papieża Jana Pawła II.

Nie działający monitoring

Jak podaje policja, prowadzone jest śledztwo z art 137 par. 1 kodeksu karnego tzn. w kierunku publicznego znieważenia, niszczenia, uszkodzenia lub usuwania godła, sztandaru, chorągwi, bandery, flagi lub innego znaku państwowego. Zgodnie

ze słowami podkom. Justyny Stopińskiej policjanci prowadzą czynności w celu zatrzymania sprawców kradzieży flag. W przypadku ich zatrzymania grozi im grzywna, kara ograniczenia lub nawet do roku pozbawienia wolności.

Z naszych informacji wynika natomiast, że znajdujący się przy pomniku monitoring nie działa. Dlatego znalezienie sprawców może być trudne, o ile w ogóle możliwe.

Kolejny „zamach” na papieża

To nie pierwszy raz, kiedy pomnik Jana Pawła II



pada „ofiara” dewastacji. Tylko w 2018 r., w ciągu dwóch tygodni dwa razy kradziono trzymane przez figurę krzyże. Ostatnia dewastacja miała miejsce pod koniec 2020 r., kiedy to na figurze papieża pojawił się symbol błyskawicy utożsamiany ze Strajkiem Kobiet. Zaś na internetowych mapach zmieniono nazwę parku.

Wtedy też parafianie oraz radni zdecydowali o zamontowaniu w tym miejscu monitoringu. Jak się jednak okazuje, monitoring ten jest fikcją. Podobnie jak w innych miejscach miasta, kiedy dochodzi do jakichś zdarzeń, zawsze okazuje się, że był on wyłączony lub niesprawny.

red.

CHOTOMÓW. Komunikacja

Centrum przesiadkowe Chotomów

Trwa budowa nowoczesnego Centrum Przesiadkowego przy stacji PKP w Chotomowie zlokalizowanego przy ul. Kolejowej pomiędzy ulicami Sielską i Rajską (nieopodal stacji PKP Chotomów). Znajdzie się tam przystanek nowej, bezpłatnej linii autobusowej

Naterenie pomiędzy ulicami Sielską i Rajską powstaje 198 miejsc postojowych dla samochodów oraz ok. 30 miejsc postojowych dla rowerów. Znajdą się tam również usprawnienia dla osób z niepełnosprawnościami oraz wiaty przystankowe. Oprócz obsługi stacji kolejowej centrum ma także

obsługiwać przystanek linii autobusowej 9 P.

Nowa linia ma skomunikować zachodnie miejscowości gminy Jabłonna z placówkami oświatowymi różnych szczebli, Urzędem Gminy w Jabłonie i siedzibą Starostwa Powiatowego w Legionowie, a także ze stacjami

kolejowymi PKP Chotomów i Legionowo Przystanek.

Na terenie Centrum Przesiadkowego powstaje budynek socjalno-techniczny z toaletą dla podróżnych oraz punkt z ładowarką dla samochodów elektrycznych. Teren ma zostać oświetlony i objęty monitoringiem.

Koszt budowy i nadzoru budowlanego wynosi 4 mln 206 tys. zł. Zakończenie robót planowane jest na 30 września 2022 r. Natomiast oddanie obiektu do użytku planowane jest na 30 października 2022 r.

red

LEGIONOWO. Wybór patrona owiany tajemnicą...

Kardynał Wyszyński patronem Legionowa?

W dniach 27-28 maja w Legionowie mają odbyć się uroczystości związane z nadaniem miastu patrona w osobie bł. Stefana kard. Wyszyńskiego. Informacje takie podano w gazecie ratusza „Puls Miasta”. Nie wiadomo jednak, kto złożył taki wniosek oraz kto go zaakceptował?

Uroczystości nadania miastu patrona mają rozpocząć się w piątek (27 maja) o godz. 19.00 w Kościele pw. Najświętszego Ciała i Krwi Chrystusa w Legionowie wykładem dr Mileny Kindziuk, autorki książki pt. „Kardynał Stefan Wyszyński. Prymas Polski” - czytamy w „Pulsie Miasta”.

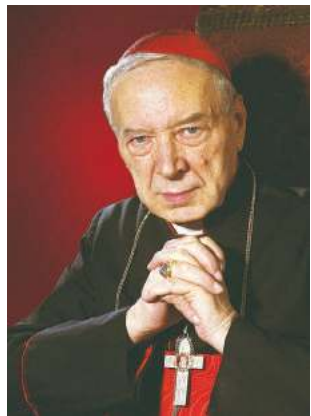
Niewiele wiadomo

Dowiadujemy się stamtąd, że wnioskodawcami byli „mieszkańcy Legionowa” a uroczystości uzyskały zgodę ordynariusza Diecezji Warszawsko-Praskiej. Nie wiadomo jednak kto i kiedy podjął decyzję o nadaniu miastu patrona w osobie bł.

Stefana kard. Wyszyńskiego? Tymczasem o nadaniu miastu patrona nic nie wiedzą ani radni, ani mieszkańcy, którzy być może chcieliby się przygotować do tak ważnych i podniosłych uroczystości.

Msza i relikwie

Główne uroczystości mają odbyć się w sobotę 28 maja. O godz. 11.00 odbędzie się Msza Święta pod przewodnictwem biskupa Romualda Kamińskiego w kościele św. Jana Kantego. W trakcie mszy zostaną instalowane relikwie błogosławionego. Po mszy ma odbyć się piknik parafialny (na parking przy kościele)



J.Kantego) - dyrektor Instytutu Prymasowskiego.

Przychyłość Watykanu

Wybór kard. Stefana Wyszyńskiego na patrona wnioskodawcy argumentują tym, że podobnie jak historia Miasta, historia kardynała dokonywała się w tym samym czasie - czytamy dalej w wydawanej przez ratusz gazecie. „Trudne dzieciństwo w okresie międzywojennym, (początki osady Jabłonna Legionowo), okresu międzywojennego (prześladowania i legionowskie getto), okresu walki z komunizmem (stanowcza postawa i rozwój mimo represji)”. Przypomniano również, że kardynał wielokrotnie przebywał w Legionowie i najbliższej okolicy. Zdaniem organizatorów legionowskie wydarzenie cieszy się przychylnością Watykanu.

red.



IZBA WYDAWCÓW PRASY



Stowarzyszenie
Gazet
Lokalnych

Redakcja: Maciej Lerman - Redaktor Naczelny, Jerzy Buze, Kuba Kamiński, Maja Zakaszewska.

Współpraca: Michał Derejski, Wojciech Dobrowolski, Olga Gajda, Sławomir Jakubczak, Antoni Kawczyński, Karol Krawczyk, Piotr Kucza, Zuzanna Maciakiewicz, Jacek Szczepański, Ewa Szulc, Paweł Szyling, Konrad Toporowicz, Jadwiga Wołynik.

Adres: 05-120 Legionowo, ul. Rynek 2; tel.: 22 784 92 00, 22 784 92 01; e-mail: toiowo@toiowo.pl.

Biuro ogłoszeń: 05-120 Legionowo, ul. Rynek 2; tel.: 22 784 22 22, 22 774 13 31; fax: 22 784 99 70; e-mail: reklama@toiowo.pl. Ogłoszenia i reklamy nie stanowią materiału pochodzącego od wydawcy.

Prenumerata realizowana przez RUCH S.A.: zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl. Pytania prosimy kierować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z infolinią pod numerem 22 693 70 00, w dni robocze w godzinach 7:00 - 17:00, koszt połączenia wg taryfy operatora.

Druk: Polska Press Łódź.

Wydawca: Agencja TIO Paweł Kozera, e-mail: agencja@toiowo.pl. Nakład poniżej 15.000 egz.



LEGIONOWO. Konsultacje społeczne w Ratuszu

Plan ws. dogęszczenia „Bukowca A”

W miniony piątek (20 maja) odbyły się konsultacje społeczne w sprawie wyłożenia projektu Miejscowego Planu Zagospodarowania Przestrzennego dla „Bukowca A”. Mieszkańcy czuli się zlekceważeni z powodu nieobecności prezydenta i jego zastępców

„Bukowiec A” w Legionowie to teren odgraniczony Rezerwatem Jabłonowskim oraz ulicami Warszawską i Wiejską oraz torami kolejowymi. Prace przygotowawcze rozpoczęto w 2018 r., jednak przerwała je pandemia. Teraz projekt planu został wyłożony ponownie.

Prezydenta nie było
W piątkowym spotkaniu uczestniczyły przedstawicielki Referatu Planowania Przestrzennego oraz projektantka nowego Miejscowego Planu



Zagospodarowania oraz licznie przybyli mieszkańcy. Było ich ponad 60 osób. Wielkim nieobecny był prezydent Smogorzewski oraz jego zastępcy. Władze miasta reprezentowało za to 5 radnych: Ryszard Brański, Mirosław Grabowski, Bogdan Kielbański, Artur Pawłowski i Dariusz Petryka,

Nie chcą szeregowców
W trakcie spotkania poruszono kwestie obaw mieszkańców dotyczącą dalszego zagęszczania, dogęszczania oraz degradacji i zmniejszenia powierzchni biologicznie czynnej. Mówiono m.in. o złej inwentaryzacji, którą unaoczniała jedna z mieszkanki. Chodziło o działki przy skrzyżowaniu ul. Warszawskiej i Zakopiańskiej. Mieszkańcy pytali o zabudowę szeregową i o inne zapisy

planu, które ich zdaniem będą niekorzystnie wpływać na warunki ich życia, jak możliwość dzielenia działek na dużo mniejsze. Mieszkańcy kwestionowali również rzetelność wykonania prognozy oddziaływania na środowisko. Ich zdaniem, została ona zrobiona w sposób niechlujny m.in. z powodu likwidacji parku im. Kościuszki. Wyrażali też obawy o miejsca parkingowe i większą ilość nowych samochodów.

Przewodniczący „wywołany do tablicy”
W trakcie spotkania mieszkańcy poprosili o przedstawienie swojego zdania obecnego na spotkaniu Przewodniczącego Rady Miasta Ryszarda Brańskiego. Zdaniem przewodniczącego, winę za dogęszczenie ponoszą „sąsiedzi” sprzedający swoje działki deweloperom. Na

pytanie zadane wprost przez uczestników, czy będzie głosował za czy przeciw projektowi nowego planu, Brański nie odpowiedział. Na stwierdzenie, że jest decydującym w sprawie, przewodniczący odszedł od mównicy, twierdząc, że decyzje podejmowane są kolegiąlnie.

Do kiedy można składać wnioski i uwagi
Uwagi do nowego planu zagospodarowania przestrzennego dla „Bukowca A” można składać do 9 czerwca. Można to zrobić pisemnie - za pomocą poczty tradycyjnej lub za pomocą e-maila. Nowy plan zagospodarowania dla Bukowca będzie wyłożony w ratuszu tylko do 26 maja. Projekt planu jest dostępny na stronie Biuletynu Informacji Przejrzystej.

red.

SEROCK. Tajemnicza zbrodnia

Śmiertelne POBICIE w Jachrance

W nocy z soboty na niedzielę (21 na 22 maja) przy ul. Zegrzyńskiej w Jachrance (gm. Serock) znaleziono pobitego mężczyznę. Pomimo wysiłków ratowników, mężczyzny nie udało się uratować. Policja zatrzymała podejrzanego

Jak udało nam się dowiedzieć, kilka minut przed godz. 1.00 w nocy do służb trafiło zgłoszenie dotyczące leżącego przy drodze nieprzytomnego mężczyzny. Na miejscu okazało się, że około 35-letni

mężczyzna został najprawdopodobniej pobity.

Obecnie na miejscu służby, po opatrzeniu poszkodowanego zdecydowały o wezwaniu na miejsce śmigłowca Lotniczego Pogotowia Ratunkowego. Niestety, pomimo wysiłków lekarzy, pobity mężczyzna zmarł w szpitalu.

Zatrzymali jedną osobę
Jak poinformowała nasza redakcję podkom. Justyna Stopińska z Komendy Powiatowej Policji w Legionowie, w związku ze sprawą, policjanci zatrzymali jedną osobę.

Nieoficjalnie dowiedzieliśmy się, że między zatrzymanym, a ofiarą miało dojść do słownej sprzeczki.

Trwa śledztwo
Z rozmowy z prokuratorem Remigiuszem Krynke z Prokuratury Okręgowej Warszawa-Praga usłyszeliśmy, że prokuratura rozpoczęła śledztwo w kierunku zabójstwa, tzn art. 148 kodeksu karnego. Jednak z uwagi na dobro śledztwa i czynności procesowe z podejrzanym prokuratura nie będzie na razie udzielać żadnych informacji w tym temacie ani na temat okoliczności zdarzenia, ani

na temat zatrzymanego, ani ofiary. Zgodnie ze słowami prokuratora, prokuratura cały czas czeka na protokół z sekcji zwłok. Niestety do chwili zamknięcia numeru nie udało nam się ustalić kiedy zostanie ona wykonana. Jeżeli zatrzymany usłyszy zarzut zabójstwa, będzie podlegał karze pozbawienia wolności na czas nie krótszy od lat 12, karze 25 lat pozbawienia wolności albo karze dożywotniego pozbawienia wolności. QK

LEGIONOWO. Nieskuteczna ucieczka

Pościg, narkotyki i korupcja - 36-latek trafił do aresztu

Sceny jak z filmu rozgrywały się kilka dni temu w Legionowie. 36-letni mężczyzna najpierw motocyklem, później pieszo próbował uciec przed policjantami. Powodem ucieczki była jazda po alkoholu i ogromna ilość posiadanych narkotyków

Policjanci chcieli zatrzymać do kontroli motocykl, za względu na jego styl jazdy. Kierujący motocyklem najpierw zwolnił, a następnie gwałtownie przyspieszył i zaczął uciekać. Po kilkuminutowym pościgu kierowca porzucił motocykl i kontynuował ucieczkę pieszo. Uciekinier

został zatrzymany, a okazał się nim 36-letni mieszkaniec powiatu nowodworskiego. Następnie próbował on przekupić policjantów oferując im pieniądze w zamian za odstąpienie od czynności służbowych. Wtedy usłyszał od interwenujących, że popełnił kolejne przestępstwo.

Po przewiezieniu na komendę okazało się, że mężczyzna był pod wpływem alkoholu, ponad 0,5 promila. Następnie policjanci znaleźli u niego narkotyki, marihuanę i metamfetaminę o łącznej wadze ponad 100 gramów.

Sąd zastosował wobec motocyklisty tymczasowy areszt na 3 miesiące. Śledztwo w tej sprawie prowadzone jest pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Legionowie.

red. na podst. KPP Legionowo

NA SYGNALE

SIKORY

PIJANY MOTOCYKLISTA

W poniedziałek (16 maja) około godz. 14.30 w Sikorach (gm. Wieliszew) doszło do groźnego wypadku z udziałem motocyklisty

Z relacji służb ratunkowych biorących udział w akcji wynika, że kierujący motocyklem około 30-letni mężczyzna jadąc ul. Bagieną wypadł na łuku z drogi i przewrócił się. W wyniku upadku doznał urazu głowy. Obecny na miejscu Zespół Ratownictwa Medycznego zdecydował o przetransportowaniu mężczyzny do szpitala. Wykonane na miejscu badanie trzeźwości wykazało, że kierujący motocyklem był pijany. Badanie wykazało blisko promil alkoholu. Teraz nieodpowiedzialnemu motocykliście grozi nawet do 2 lat pozbawienia wolności.

BIAŁOBRZEGI

OGROMNY POŻAR LASU

W poniedziałek (16 maja) około godz. 14.00 w Białobrzegach (gm. Nieporęt) doszło do pożaru lasu. Na miejsce zadysponowano 6 zastępów strażaków z terenu powiatu oraz samolot gaśniczy

O płomieniach strażaków powiadomili pracownicy Lasów Państwowych, którzy zauważyli pożar z wień obserwacyjnych. Po przybyciu na miejsce, strażacy od razu przystąpili do walki z żywiołem. Ogień był na tyle rozwinęty, że z powietrza działania gaśnicze wspomagał samolot Lasów Państwowych. Po prawie trzech godzinach udało się ugasić pożar. W wyniku pożaru spłonęło blisko 0,5 ha lasu.

MICHAŁÓW-REGINÓW

KARAMBOL 4 AUT PRZY WIADUKCIE

W środę (18 maja) około godz. 7.00 w pobliżu wiaduktu kolejowego w Michałowie-Reginowie doszło do kolizji czterech aut osobowych

Jak podawała policja, kilka minut po godz. 7.00 otrzymali zgłoszenie dotyczące karambolu na Drodze Krajowej 61 na ul. Warszawskiej. Prowadzący samochód marki Skoda, 28-letni mężczyzna nie dostosował prędkości do warunków panujących na drodze i uderzył w tył Opla, którym kierowała 55-letnia kobieta. Siła uderzenia była na tyle duża, że Opel wjechał w poprzedzającą go Toyotę, którą jechał 43-latek. Zaś Toyota w kolejnego Opla, którym jechał 40-letni mężczyzna. W wyniku zdarzenia nikomu nic się nie stało. Kierujący Skodą, został ukarany mandatem.

GAŚIOROWO

GWAŁTOWNY POŻAR

W środę (18 maja) około godz. 14.00 w Gąsiorowie (gm. Serock) doszło do pożaru drewna w środku lasu

Na miejsce zadysponowano 6 zastępów strażaków z powiatów legionowskiego oraz pułtuskiego.

Po przybyciu na miejsce okazało się, że płonie drewno po wycince na prywatnej działce. Działania strażaków było utrudnione ze względu na ukształtowanie terenu oraz fakt, że płonęły korzenie drzew. W Po ponad dwóch godzinach ogień został opanowany. Nikomu nic się nie stało.

SEROCK

ZDERZENIE OSOBÓWKI Z MOTOCYKLEM

W środę (18 maja) około godz. 15.00 w Serocku, przy ul. Niemena doszło do groźnego zderzenia samochodu osobowego z motocyklem

Na miejsce zadysponowano wszystkie służby. Po przybyciu na miejsce okazało się, że kierujący samochodem marki Land Rover uderzył w tył motocyklisty. Poszkodowanym motocyklistą zajęli się strażacy. W wyniku zderzenia motocyklista doznał ogólnych potłuczeń i nie wymagał hospitalizacji. Jak podawała policja, kierujący pojazdem marki Land Rover, 50-letni mężczyzna nie zachował bezpiecznej odległości i uderzył w tył motocyklisty, którym kierował 35-letni mężczyzna. W wyniku zdarzenia kierujący Land Roverem został ukarany mandatem.

red.

LEGIONOWO. Uciążliwa „wojskowa” inwestycja

Agencja Mienia Wojskowego nie liczy się z mieszkańcami?

Trwają przygotowania pod budowę dwóch 5-piętrowych bloków na 2ha działce zlokalizowanej przy ulicach Piaskowej i Szwajcarskiej. Nie do końca podoba się to jednak mieszkańcom

Prowadzone roboty mające oczyścić działkę pod budowę bloków niepokoją mieszkańców. Niepokój mieszkańców wynika z problemu, jakim okazały się samochody wywożące

gruz z terenu budowy. Zdaniem Rady Osiedla oraz Radnego Grabowskiego wywózki prowadzone są osiedłowymi drogami, co nie tylko powoduje hałas i wzniesienie kurzu,

ale również stwarza obawę o zdrowie i życie dzieci biegających po osiedlu. W związku z tym, Rada Osiedla i Radny Mirosław Grabowski wystąpili z wnioskiem do AMW z prośbą o zmianę usytuowania bramy wyjazdowej i proponują, aby wyjazd z terenu budowy zlokalizować od strony ulicy Szwajcarskiej. red.



MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

LEGIONOWO.

Pościg, narkotyki, alkohol i próba wręczenia łapówki

Najpierw poprzez ucieczkę motocyklem, a potem pieszo pewien mieszkaniec powiatu nowodworskiego próbował uniknąć spotkania z policjantami

Okazało się, że powodem ucieczki był alkohol i narkotyki. Mimo zatrzymania przez mundurowych 36-latek nadal łudził się, że uniknie odpowiedzialności karnej i próbował przekupić funkcjonariuszy i tym samym popełnił kolejne przestępstwo. Na wniosek Prokuratury Rejonowej w Legionowie sąd zastosował wobec mężczyzny areszt tymczasowy.

Policjanci chcieli zatrzymać do kontroli motocykl, gdyż styl jazdy motocyklisty wskazywał, że może być pod wpływem alkoholu. Po wydaniu polecenia do zatrzymania, kierujący motocyklem zwołał, a następnie gwałtownie przyspieszył i zaczął uciekać. Policjanci używając sygnałów świetlnych i dźwiękowych ruszyli w pościg za jednośladem. Po kilkuminutowym pościgu kierowca porzucił motocykl i kontynuował ucieczkę pieszo. Mundurowi pobiegli za kierowcą i już po chwili został przez nich zatrzymany. 36-latek mimo to nadal chciał odzyskać wolność i próbował przekupić policjantów oferując im pieniądze w zamian za odstąpienie od czynności służbowych. Wtedy usłyszał od mundurowych, że popełnił kolejne przestępstwo.

Jak się okazało mężczyzna był pod wpływem alkoholu, badanie alkomatem wykazało w jego organizmie ponad 0,5 promila alkoholu. W toku dalszych czynności policjanci ujawnili narkotyki. 36-latek w szesetce oraz w plecaku miał marihuanę i metaamfetaminę o łącznej wadze ponad 100 gramów.

36-latek trafił do policyjnej celi. Po zebraniu przez śledczych materiału dowodowego mężczyzna został przewieziony do prokuratury, gdzie prokurator przedstawił mu zarzuty. Mężczyzna odpowie za niezatrzymanie się do kontroli, kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości, próbę przekupstwa policjantów oraz posiadanie znacznej ilości substancji psychoaktywnych. Na wniosek Prokuratury Rejonowej w Legionowie sąd zastosował wobec mieszkańca powiatu nowodworskiego środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania na 3 miesiące.

PUŁTUSK.

Dwóch 11-latków i 12-latek okradli sklep

Oko sklepowych monitoringów często wykrywa sprawców kradzieży. Kilka dni temu przekonali się o tym trzej nastolatki, którzy zostali ujęci przez sklepową ochronę

Zapisy z kamer pokazały, że chłopcy wspólnie odwiedzili sklep na terenie Pułtuska, wybrane produkty zapakowali do plecaka, po czym nie płacąc pospiesznie wychodzili na zewnątrz. Najwyraźniej nie spodziewali się, że próby ukrycia rzeczy są obserwowane na sklepowym monitoringu. Czujny pracownik ochrony zatrzymał nastolatki, doprowadził to do interwencji Policji. Dwóch 11-latków i 12-latek, z uwagi na wiek zostali przywiezieni do Komendy, skąd odebrali ich rodzice. Sprawa zostanie przekazana do Wydziału Rodzinnego i Nieletnich Sądu Rejonowego w Pułtusku.

Dzieci często nie zdają sobie sprawy, że ich drobne przewinienia mogą być dostrzeżone i nieść za sobą przykre następstwa. Jedną nieodpowiedzialną decyzją czy chwilowy impuls może skutkować przykrymi konsekwencjami, bo każda ujawniona przez pracowników sklepu kradzież jest zgłaszana policjantom.

NIEPORĘT. Kradzież piwa i wina za 616 zł

Dzielnicy z Nieporętu zatrzymali mężczyznę podejrzanego o kradzież. Jego łupem padł alkohol o łącznej wartości ponad 600 złotych. Mężczyzna usłyszał zarzut kradzieży, za którą grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności

Dzielnicy z Komisariatu Policji w Nieporęcie otrzymał wezwanie do jednego z marketów na terenie gminy. Po przybyciu

na miejsce okazało się, że właściciel placówki handlowej ujął na kradzież 38-latkę. Jak relacjonował zgłaszający, mężczyzna do torby schował kilka butelek wina i piwa, a następnie opuścił sklep nie płacąc za alkohol. 38-latek został przekazany w ręce policjantów.

Mieszkaniec powiatu wołomińskiego usłyszał już zarzut kradzieży mienia o wartości 616 złotych. Za popełnione przestępstwo kodeks karny przewiduje karę do 5 lat pozbawienia wolności.

PUŁTUSK.

Jechał 145 km/h w terenie zabudowanym

Na drodze nie ma miejsca na nieodpowiedzialność, dlatego policjanci z całą stanowczością wyciągają konsekwencje w stosunku do piratów drogowych

Kolejna osoba straciła prawo jazdy za przekroczenie prędkości w obszarze zabudowanym, tym razem miernik wskazał 145 km/h. Przypominamy - nadmierna prędkość - to jedna z najczęstszych przyczyn wypadków drogowych.

Pomimo apeli o rozwagę za kierownicą, policjanci wciąż ujawniają uczestników ruchu drogowego, którzy stwarzają realne zagrożenie na drogach. Kilka dni temu funkcjonariusze z pułtuskiej drogówki zatrzymali kierowcę opla, który przez Przemirowo, na odcinku drogi, gdzie prędkość dozwolona wynosi 50 km/h jechał o 95 km/h za dużo. 29-latek z powiatu makowskiego stracił prawo jazdy i został ukarany mandatem w wysokości 2500 zł połączonym z 10 pkt karnymi.

SEROCK. Potrzebował pieniędzy na alkohol. Okradł kolegę

Zarzut kradzieży usłyszał 70-letni mężczyzna, który wykorzystując nie uwagę znajomego ukradł mu pieniądze. Teraz ze



swojego zachowania będzie tłumaczył się przed sądem

Dzielnicy z Serocka został poinformowany o kradzieży. Natychmiast udał się pod wskazany adres, gdzie doszło do przestępstwa. Mundurowy ustalił, że do pokrzywdzonego przyszedł jego znajomy, kolejny raz prosząc o pieniądze na alkohol. Pokrzywdzony odmówił i wrócił do wykonywania prac ogrodowych. W pewnym momencie poczuł jak z tylnej kieszeni spodni ktoś wyciąga mu pieniądze, które miał przygotowane na uregulowanie płatności za usługi hydrauliczne. Kiedy pokrzywdzony odwrócił się zobaczył uciekającego z jego posesji znajomego. Mężczyzna o całym zajściu powiadomił Policję. Funkcjonariusz po wysłuchaniu pokrzywdzonego udał się w rejon w poszukiwaniu złodzieja. Po kilkudziesięciu minutach poszukiwań, w zaroślach ujawnił mężczyznę odpowiadającego rysopisowi sprawcy. Dzielnicy zatrzymał 70-latkę i przewiózł do komisariatu. Badanie alkomatem wykazało w jego organizmie ponad 2 promile alkoholu. Mężczyzna noc spędził w policyjnej celi.

Następnego dnia śledczy przedstawili mu zarzut kradzieży pieniędzy w kwocie 1000 złotych. Teraz mężczyzna za swój czyn odpowie przed sądem. Kodeks karny za przestępstwo kradzieży przewiduje karę do 5 lat pozbawienia wolności.

PUŁTUSK.

Zaatakował policjantów w trakcie interwencji

27-latek naruszył nietykalność cielesną i ubliżał policjantom podczas wykonywania czynności służbowych. Teraz odpowie za to przed sądem. Pułtuszczykowi grozi kara nawet do 3 lat pozbawienia wolności

Każdego dnia, podczas służby, policjanci narażają swoje życie i zdrowie. Nigdy do końca nie wiedzą, czego mogą się spodziewać po osobie, wobec której podejmują interwencję. Nie znają jej, nie wiedzą czy może ona posiadać przy sobie niebezpieczne narzędzie, czy jest notowana za poważne przestępstwa oraz czy jest pod wpływem alkoholu lub innych podobnie działających substancji. Za każdym razem muszą zachować wszelkie środki ostrożności, by chronić siebie, a także innych uczestników interwencji. Właśnie w takiej sytuacji zostali postawieni funkcjonariusze z Zespołu Dzielnicy, którzy kilka dni temu interweniowali wobec grupy mężczyzn spożywających alkohol. Nikt się wówczas nie spodziewał, że 27-latek zacznie pałać nawiązką do mundurowych. Nagle, podczas wykonywania czynności służbowych, pułtuszczyk zaczął ubliżać policjantom, a przy próbie uniemożliwienia mu oddalenia się z miejsca popełniania wykroczenia, zaczął odpychać, uderzać i kopać policjantów. Napastnik został zatrzymany. Teraz grozi mu do trzech lat pozbawienia wolności.

NIEPORĘT.

Pod wpływem i z narkotykami za kółkiem

Blisko 1,5 promila alkoholu w organizmie miała 41-latkę kierującą citroenem, którego do kontroli drogowej zatrzymali policjanci z nieporęckiego zespołu patrolovo - interwencyjnego. Dodatkowo przy kobiecie ujawniono narkotyki. Teraz mieszkanka powiatu legionowskiego zajmie się sądem

Do zatrzymania kobiety doszło w poniedziałkową noc (16 maja) na terenie gminy Nieporęt. Policjanci zwrócili uwagę na kierowcę citroena, którego styl jazdy wskazywał, że może być nietrzeźwy. Mundurowi zatrzymali pojazd do kontroli, od kierującej 41-latką wyczuli woń alkoholu. Badanie alkomatem potwierdziło ich podejrzenia, kobieta miała w organizmie blisko 1,5 promila alkoholu. Mieszkanka powiatu legionowskiego została zatrzymana i przewieziona do komisariatu. Dalsze czynności procesowe doprowadziły do ujawnienia przy niej środków odurzających. Mundurowi zabezpieczyli białą proszek i susz roślinny. Po przebadaniu i zważeniu zabezpieczonych substancji potwierdzono, że jest to amfetamina i marihuana, o łącznej wadze prawie 12 gramów. Po nocy spędzonej w policyjnym areszcie i wytrzeźwieniu, 41-latkę usłyszała dwa zarzuty. Pierwszy dotyczący posiadania narkotyków, drugi zaś kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwości. Za popełnione przestępstwa grozi jej kara do 3 lat pozbawienia wolności.

LEGIONOWO. Pechowy piątek trzynastego

W miniony piątek (13 maja) po godzinie 20 policjanci z ogniwa patrolovo-interwencyjnego Legionowie zatrzymali do kontroli audi Podczas sprawdzenia w policyjnych systemach podróżujących autem mężczyzn wyszło na jaw, że siedzący na miejscu pasażera mieszkaniec Legionowa jest poszukiwany. Sąd Rejonowy Warszawa Praga Północ i Sąd Rejonowy w Piszku wydały nakazy doprowadzenia mężczyzny do zakładu karnego. 26-latek ma łącznie do odbycia karę 13 miesięcy pozbawienia wolności za przestępstwo z art. 244 kodeksu karnego.

Drugi z poszukiwanych mężczyzn został zatrzymany w sobotnią noc kilka minut po północy. Mundurowi zatrzymali do kontroli drogowej skodę. Kiedy sprawdzili kierowcę w policyjnych bazach danych okazało się, że mężczyzna jest poszukiwany przez legionowski sąd celem odbycia kary 1 roku i 8 miesięcy pozbawienia wolności za oszustwo.

KPP: Legionowo/Pułtusk



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

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 Jabłonie

ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna

LEGIONOWO. Walka o pozostawienie zieleni

Nie chcą likwidacji ZIELONEGO SKWERU!

Mieszkańcy osiedla Jagiellońska domagają się od władz miasta przeniesienia w inne miejsce, zielonego terenu znajdującego się pomiędzy ulicami: Wysockiego i Norwida, który ma ulec likwidacji. W jego miejsce zaplanowano budowę bloku z mieszkaniami chronionymi. Mieszkańcy obawiają się, że „odebrana im zieleni” nie zostanie w żaden sposób zrehabilitowana

W związku z przewidywaną budową nowego bloku z mieszkaniami chronionymi, pomiędzy ulicami Wysockiego i Norwida, w pobliżu bloków 44, 45 i 46, mieszkańcy miasta zwrócili się do władz miasta z prośbą

o przeniesienie w inne miejsce zieleni miejskiej, która w chwili obecnej znajduje się na terenie planowanej w przyszłości budowy.

Coraz mniej zieleni

Wnioskodawcy podkreślają, iż ostatnio na ich osiedlu, podczas stawiania przez SMLW altanek śmietnikowych, wycięto bezmyślnie i bezpowrotnie krzewy, które można było przesadzić w miejsca tzw. ubytków w żywopłotach. Przesadzone miałyby zostać

drzewka i krzewy nasadzone w tej lokalizacji. Jak twierdzą mieszkańcy, jest wiele miejsc tuż obok do ich przesadzenia. Obecnie miasto jeszcze nie ustosunkowało się do prośby wnioskodawców.

Blok do zadań specjalnych

Przypomnijmy. Na projekt nowego bloku z mieszkaniami chronionymi przygotowano 80 tys. zł. Nowy budynek ma zostać sfinansowany nawet w 85% z Banku Gospodarstwa Krajowego (BGK). Blok

będzie wyjątkowy z powodu specjalnych mieszkań - lokali chronionych, w których przyszli mieszkańcy będą przygotowywać się do samodzielnego życia w społeczeństwie pod okiem pracowników socjalnych. Jest to pomoc dla ludzi: z zaburzeniami psychicznymi, niepełnosprawnych, przewlekle chorych, opuszczających pieczę zastępczą, młodzieżowe ośrodki wychowawcze, zakłady dla nieletnich oraz cudzoziemców, którzy uzyskali w Polsce status uchodźcy.

Dogęszczanie centrum miasta

Inwestycja ma być zrealizowana na działce o powierzchni ok. 4 tys. m², pomiędzy ulicami Wysockiego i Norwida i w pobliżu wieżowców nr 44 i 46. Lokalizacja ta została wybrana ze względu na dobre położenie w okolicy sklepów, urzędów i ośrodków zdrowia.

Paulina Nowicka



LEGIONOWO. Zapiaszczony chodnik na wiadukcie może doprowadzić do tragedii

Niebezpieczny chodnik na legionowskim wiadukcie!

Tony piasku na chodniku na wiadukcie w Legionowie, na drodze krajowej 61, mogą doprowadzić do tragedii. Codziennie chodzą tam tłumy ludzi. Niestety służby miejskie ignorują ten fragment miasta

Mieszkańcy zwrócili uwagę redakcji na zaśmiecony piachem chodnik na legionowskim wiadukcie. - „Nie byłoby w tym nic szczególnego gdyby nie to, że w ciągu dnia przemieszcza się tędy bardzo dużo ludzi. Przejście jest wąskie i nastroszone ostrymi krawędziami barierki” - informują czytelnicy.



Zdjęcie z dnia 18.05.2022r.

Może dojść do tragedii!

Problem nie uprzątniętego piachu jest w tym miejscu od lat. Jest to bardzo uciążliwe szczególnie dla rodziców

z dziećmi, dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich, czy też rowerzystów. Jazda po piachu może skończyć się upadkiem, a w tym miejscu jest to szalenie niebezpieczne.

- „Matki z małymi dziećmi z wielkim trudem popychają po piachu wózki na wznoszący się wiadukt” - opowiada czytelnik. - „Chwila nieuwagi, a nasze miasto będzie znane w całym kraju z powodu makabrycznego wypadku!” - mówi zdenerwowany Pan Tomasz.

Służby miejskie ignorują problem

- „Kilka tygodni temu zauważyłem, że grupa pracowników sprzątających przewinęła się po wiadukcie i sprzątała przejście. Myślałem, że w końcu będzie OK - mówi nasz rozmówca. - Nic z tego. Najprawdopodobniej pracownicy zgłosili oczyszczenie i zainkasowali zapłatę natomiast brak kontroli i mamy efekt” - dodaje.

O dalszym ciągu tej sprawy będziemy informować.

P.Nowicka

WIELISZEW. Społeczna inicjatywa mieszkaniowa

Powstanie 400 tanich mieszkań przy ul. Kościelnej!

W ubiegłym tygodniu, 18 maja w Urzędzie Gminy Wieliszew podpisano akt notarialny powołujący do życia trzecią w województwie mazowieckim Społeczną Inicjatywę Mieszkaniową. Plany inwestycyjne spółki zakładają budowę co najmniej 1 200 mieszkań. Aż 400 z nich powstanie przy ul. Kościelnej w Wieliszewie

Wspólnikami — założycielami Spółki SIM KZN Mazowsze Centrum — zostało 10 gmin z województwa mazowieckiego, w tym Miasto i Gmina Serock oraz

Gmina Wieliszew, a także Krajowy Zespół Nieruchomości. W dniu podpisania umowy KZN wniósł do spółki nieruchomość położoną w Wieliszewie przy ul. Kościelnej. Na działce o łącznej powierzchni ponad 61 tys. m² może powstać 410 mieszkań o średniej wielkości 52 m². Lokale wybudowane zostaną w ramach jedenastu trzykondygnacyjnych budynków wielorodzinnych. Nieruchomość została objęta miejscowym planem zagospodarowania

przestrzennego. Społeczna Inicjatywa Mieszkaniowa, czyli SIM to spółka realizująca budownictwo społeczne. Jej zadaniem jest budowanie mieszkań na wynajem o umiarkowanym czynszu. SIM-y (dawne TBS-y) to spółki not for profit. Mieszkania w SIM dostępne będą dla osób nieposiadających własnego mieszkania w danej miejscowości, które stać na opłacanie czynszu, ale nie mają zdolności kredytowej.

Paulina Nowicka

CO SŁYCHAĆ W GMINACH?

WIELISZEW

REMONTY ULIC W SKRZESZEWIE, KRUBINIE, OLSZEWNICY STAREJ I W ŁAJSKACH

Władze gminy Wieliszew wyremontują 7 km dróg, a projekty tych inwestycji za 89 tys. zł wykona firma Ms-Pro z Hrubieszowa. W Skrzeszewie będą to ulice: Janiny, Słowackiego, Leśna i Brygady Pościgowej. W Krubinie wyremontowane będą ulice: Polna, Szafirowa, Bursztynowa i Czerwienna. W Łajskach naprawiona zostanie ulica Topolowa, a w Olszewnicy Starej ulica Leśny Jar.

ROZBUDOWA SZKOŁY PRZY UL. MODLIŃSKIEJ I NOWE PRZEDSZKOLE W MICHAŁOWIE-REGINOWIE

Przy skrzyżowaniu ulic Wrzosowej i Nowodworskiej w Michałowie-Reginowie, na działce o pow. 8 tys. m² powstanie publiczne przedszkole. Szkoła Podstawowa nr 1 przy ul. Modlińskiej 60 w Wieliszewie zostanie rozbudowana o kuchnię, stołówkę i salę gimnastyczną.

NIEPORĘT

NOWY SZLAK ROWEROWY PRZY JEZIORZE W BIAŁOBRZEGACH

Rozpoczęła się budowa szlaku rowerowego nad Jeziorem Zegrzyńskim, na odcinku pomiędzy ulicami Wojska Polskiego i Wczasowej w Białobrzegach w gminie Nieporęt. Realizacja inwestycji będzie kosztować blisko 1,65 mln zł. Prace mają zakończyć się za pół roku.

SEROCK

ZBUDUJĄ UL. NORWIDA!

17 maja została zawarta umowa na opracowanie dokumentacji projektowej budowy ul. Norwida w Serocku. Wykonawca został wyłoniony w wyniku drugiego postępowania przetargowego przeprowadzonego dla tego zadania. Pierwsze zostało unieważnione z uwagi na nieadekwatnie wysokie oferty. Najtańsza oferta złożona w powtórzonym postępowaniu jest niemal o połowę niższa od tych złożonych poprzednio. Dokumentacja projektowa zostanie opracowana do końca tego roku.

Paulina Nowicka

LEGIONOWO. Doświetlą przejście dla pieszych

Jedna latarnia zwiększy bezpieczeństwo?

Władze miasta chcą doświetlić przejście dla pieszych przy ul. Kolejowej przy Powiatowym Zespole Szkół Ponadpodstawowych im. Jerzego Siwińskiego. Z planów wynika, iż stanie tam jedna latarnia

Obecnie trwa przetarg, który wyłoni projektanta nowego doświetlenia przejścia dla pieszych. Planowana jedna, nowa latarnia ma zwiększyć bezpieczeństwo w tym miejscu. Mieszkańcy zastanawiają się jednak, czy to nie za mało i czy w tym miejscu nie powinno powstać wyniesione przejście dla pieszych. O tym czy minimalistyczny plan poprawy bezpieczeństwa na drodze się sprawdzi, powinniśmy dowiedzieć się jeszcze przed rozpoczęciem nowego roku szkolnego, bowiem inwestycja ma zakończyć się do września 2022 r.

Paulina Nowicka

LEGIONOWO. Nowy miejsce do rekreacji!

Trwa projektowanie parku rekreacyjnego przy skrzyżowaniu ul. Wąskiej i ul. Wrzosowej. To zadanie firmy Green Street z Siedlec, która jego plan ma wykonać za około 27 tys. zł. O tym jak będzie wyglądać, dowiemy się za 4 miesiące

Nowy park ma powstać na działce o pow. 4,4 tys. m², która znajduje się na skrzyżowaniu ulic Wąskiej i Wrzosowej. Inwestycja ma zostać sfinalizowana w 2023 r., a jej projekt poznamy za 4 miesiące. Za projekt oraz za nadzór autorski

Park przy ul. Wąskiej?

nad jego realizacją władze miasta zapłaci firmie Green Street z Siedlec około 27 tys. zł. Projektanci w planach mają ująć 4 strefy – relaksu, zabawy, spotkań mieszkańców i wybieg dla psów. UM Legionowo chce, aby zbudowany tam został ogrodzony plac zabaw dla dzieci z bezpieczną nawierzchnią i zabawkami takimi jak m.in. karuzela tarzawa, zestaw zabawowy typu wieża, huśtawka wahadłowa, huśtawka z siedziskiem

typu bocianie gniazdo i siedziskiem kubelkowym, piaskownica, bujak na sprężynie i zjeżdżalnia. Ponadto nie zabraknie również: ogrodzonego wybiegu dla psów, ścieżki do jazdy na rolkach, altany, stołu piknikowego, ławki, siedziska, stojaków rowerowych i koszy na śmieci. Pojawi się również nowa roślinność: nowe drzewa i krzewy ozdobne i objęte monitoringiem.

Paulina Nowicka

TOMASZ PIECHAL. Szkice Wschodnie (www.fb.com/Tomasz-Piechal-Szkice-Wschodnie)

Ostatnie tygodnie walk na Ukrainie skoncentrowały się na dwóch odcinkach frontu – donbaskim oraz charkowskim. O ile w innych regionach wojska agresora skupiły się na utrzymywaniu swoich pozycji (szczególnie w obwodach mikołajowskim oraz chersońskim) oraz intensywnych ostrzałach, za którymi nie szły jednak zmasowane ataki piechoty i wojsk pancernych, o tyle w wypadku Donbasu Rosjanie na kilku odcinkach dążyli do przełamania linii ukraińskiej obrony. W większości – bez sukcesów, w niektórych wypadkach wręcz ponosząc spektakularną klęskę (próby przeprawy przez rzekę Doniec). Jednak udana rosyjska ofensywa, która przyniosła zajęcie Popasnej, rodzi realne zagrożenie dla ukraińskich wojsk broniących się na terenie obwodu ługańskiego (miasta Sewierodonieck oraz Łysyczańsk)

Tymczasem wojska ukraińskie przeszły do kontrofensywy w okolicach Charkowa. Ich sukcesy na tym odcinku są znaczące, przy czym w wypadku kierunku na wschód od miasta rodzą realne zagrożenie i problemy dla rosyjskiej armii. Dalsze postępy na tym odcinku mogą bowiem doprowadzić do poważnego zaburzenia łańcuchów logistycznych i zaopatrzeniowych wojsk agresora w Donbasie.

Na pewno nie tak rosyjscy wojskowi wyobrażali sobie „drugą fazę” wojny na Ukrainie. Koncentracja sił w okolicach Iziumu, zmasowane ataki na Sewierodonieck i Łysyczańsk, a także wyprowadzenie z południa ataku na ciąg komunikacyjny łączący Donbas z obwodem dniepropietrowskim, miały doprowadzić do wzięcia ukraińskiego zgrupowania wojsk w regionie w kleszcze oraz przynieść szybką i sprawną realizację planu absolutnego minimum – przejęcia kontroli nad całością terytoriów obwodów donbaskiego i ługańskiego.

Tymczasem po miesiącu od rozpoczęcia „drugiej fazy wojny” wojska rosyjskie nie osiągnęły praktycznie żadnego z założonych celów. Bardzo dobrze prowadzona przez ukraińskie wojska obrona skutkuje tym, że agresor z każdym dniem traci impet swojej ofensywy, walki na wielu odcinkach przeszły w fazę de facto pozycyjną, a przesuwanie się linii frontu zostało maksymalnie spowolnione.

Niemniej Rosjanom udało się zrealizować dwa istotne z taktycznego punktu widzenia cele oraz przybliżyć się do wypełnienia jeszcze jednego:

*** 1 ***

Zdobycie MARIUPOLA

Heroiczna walka obrońców największego ukraińskiego portu nad Morzem Azowskim oraz ważnego centrum przemysłowego kraju dobiegła końca. Przez praktycznie 3 miesiące miasto to wiązało znaczącą część rosyjskich wojsk, nie pozwalając rozwijać ofensyw na innych kierunkach, co w efekcie kupiło Ukrainie niezwykle cenny czas dla organizacji swojej obrony na innych odcinkach. Nie będzie przesadą stwierdzenie, że ten niezwykle upor, odwaga i wytrwałość ukraińskich wojskowych w Mariupolu mogą przez historię zostać uznane za jedno z kluczowych elementów, które doprowadziły do klęski rosyjskiej inwazji. Odciepi od reszty kraju, bez możliwości uzupełniania sił i zapasów, obrońcy Mariupola walczyli do końca – dalszy opór był już niemożliwy. Teraz z uwagą (ale też niepokojem) należy śledzić dalsze ich losy. Dla rosyjskiej propagandy pułk Azow (gros sił ukraińskich wojskowych w Azowstali) to jeden z koronnych przykładów na „ukraiński nazizm”. Bardzo chciałbym się mylić, ale obawiam się, że Moskwa może postawić na spektakularnie rozegrany pokazowy proces części ukraińskich wojskowych z Mariupola, które zakończą się wieloletnimi wyrokami. Rosyjska propaganda musi bowiem dać „masom” kolejne igrzyska, które potwierdzą słuszność całej „operacji specjalnej”. Pod kątem strategicznym koniec ukraińskiej obrony w Mariupolu oznacza zamknięcie procesu wyrąbywania lądowego korytarza łączącego Krym z Donbasem.

*** 2 ***

Pierwsze przełamanie w Donbasie – zajęcie Popasnej | Rosjanie z uporem dążą do zajęcia całego obwodu ługańskiego. Ich terytorialne zyski w okolicach kluczowych miast (Sewierodonieck, Łysyczańsk) od miesięcy są jednak minimalne i niezwykle kosztowne – zarówno pod kątem ludzkim, jak i sprzętowym. Głośno komentowana była operacja przeprawy przez rzekę Doniec, która miała pozwolić obejść obrońców w.w. miast od zachodu i południa. Rosyjska akcja zakończyła się klęską – Ukraińcy doskonale kontrolowali teren, mieli dobre rozeznanie i informacje o ruchach wojsk agresora, co w efekcie pozwoliło im zniszczyć kilkadziesiąt rosyjskich czołgów. Niemniej, do istotnego z punktu taktycznego (jak i strategicznego) przełamania w tym rejonie walk w końcu doszło. Zajęcie Popasnej (na południe od głównych punktów ukraińskiej obrony w obwodzie ługańskim) to pierwszy znaczący rosyjski sukces na tym terenie od początku ofensywy. Miasto to jest istotne pod kątem strategicznym (będąc na wzgórzach umożliwia kontrolę sporego terenu doliny rozpościerającej się na zachód od miasta), jak i logistycznym (to jeden z istotnych węzłów komunikacyjnych dla ukraińskich obrońców). W ciągu ostatnich kilkunastu godzin napływają doniesienia o poszerzaniu stanu rosyjskiego posiadania w okolicach tego miasta, a logicznym krokiem jest pociągnięcie ofensywy dalej na zachód i zajęcie miast Soledar i Bahmut. Osiągnięcie tego celu oznacza de facto odciepienie ukraińskich wojsk w Sewierodoniecku i Łysyczańsku od reszty zgrupowania oraz przerwanie ciągów dostaw i komunikacyjnych.

*** 3 ***

Podjęcie pod BARWINKOWO

To jest cel, który nadal jest w fazie realizacji przez wojska agresora. Zajęcie tego miasta (ważnego węzła logistycznego) lub szlaków komunikacyjnych (przede wszystkim kolejowych) w jego okolicach jest kluczowe dla Rosjan. Taka „zdobycz” zawęzi bowiem ukraińskie szlaki komunikacyjne i znacznie utrudni dostawy broni, sprzętu i żołnierzy do Donbasu. Za cel ten odpowiada rosyjskie zgrupowanie wojsk w okolicach Iziumu, które na razie nie jest w stanie zdobyć się na wystarczająco mocne uderzenie – ofensywa rozlewa się na inne, okoliczne miasta. Systematycznie jednak Rosjanie zbliżają się do realizacji tego celu.

Te trzy wydarzenia są kluczowe pod kątem analizy rosyjskich postępów ofensywnych na Ukrainie. W innych regionach agresor skupia się bowiem przede wszystkim na utrzymaniu swoich zdobyczy terytorialnych,

ewentualnym poprawieniu swoich pozycji obronnych. Ograniczenie ofensywy na innych odcinkach i skupienie się na Donbasie to efekt wysokich strat rosyjskiej armii oraz kurczących się rezerw. Rosjanie nie stają bowiem już na wielokierunkowe natarcie. Według wielu ekspertów coraz wyraźniej bowiem widać, że rosyjska armia ma coraz większe problemy w uzupełnianiu strat sprzętowych – m.in. odnotowywana jest obecność coraz starszego sprzętu w rejonach walk, który w wielu wypadkach przedstawia bardzo niską wartość bojową.

Odpowiadać miałyby za to m.in. wieloletnie zaniedbania Rosjan w sferze konserwacji sprzętu wojskowego. Mówiąc wprost – wiele z rosyjskich czołgów, transporterów opancerzonych, jak i wozów wojskowych stało w złe zabezpieczonych miejscach, poddawane złym warunkom klimatycznym, przez lata nie będąc należycie remontowane i w których dużą część podzespołów rozkradano. Duża część miała nie być należycie często uruchamiana i sprawdzana (choć powinna być kilka razy w ciągu roku, aby zachować sprawność).

Z doniesień tych płynie podstawowy wniosek – ta wojna pokazuje na wielu polach, że wiele z liczb związanych z rosyjskim wojskiem nie odpowiada prawdzie lub zaburza obraz stanu faktycznego. M.in. szacowało się, że Rosja ma 10 tysięcy czołgów. I tak, to prawda. Tyle tylko, że z nich być może „jedynie” 3 tysiące przedstawia realną wartość bojową. W tym miejscu krótkie przypomnienie – według ukraińskich informacji od początku wojny zniszczono ok.



Na zdjęciu jeden z ukraińskich obrońców Mariupola na terenie Azowstali. Na swoim profilu opublikował je Dmitry Kozatsky

AGRESOR traci impet

ANALIZA SYTUACJI NA FRONCIE (stan na 22.05.2022 r.)



1200 rosyjskich czołgów, czyli (być może) prawie... połowę z tych sprawnych i gotowych do walki. Na razie to oczywiście przypuszczenia, ale jest coraz więcej dowodów wskazujących na to, że być może prawda nie jest wcale tak odległa od tego obrazu.

Jak może to wpłynąć na dalszy bieg wojny? Bardzo prosto – Rosjanie mają jeszcze zaplecze dla dalszych działań ofensywnych, jednak nie jest ono tak duże (choć nadal wystarczające dla notowania postępów w ofensywie), jak mogłoby się wydawać przed wojną. Są w stanie wyprowadzić punktowe uderzenia, które mogą pozwolić im zrealizować cel minimum (zajęcie obwodów donieckiego i ługańskiego; utrzymanie w najbliższych miesiącach zdobyczy na południu Ukrainy w obwodach chersońskim i zaporoskim, czyli korytarz lądowy Krym-Donbas). Jednak już sam fakt, że z każdym dniem tej wojny Rosjanie coraz bardziej ograniczają i zawężają swoje realne do osiągnięcia cele, jest wiele mówiący.

Tymczasem czas gra wyraźnie na korzyść Ukrainy – to ona będzie beneficjentem zachodniego wsparcia finansowego i militarnego, z każdym tygodniem i miesiącem stając się coraz silniejsza militarnie.

Pierwsze pierwioski tego możemy już zaobserwować w obwodzie charkowskim, gdzie Ukraińcy przeprowadzili serię udanych kontrataków. Na północy odepchnęli dużą część wojsk agresora poza granice Ukrainy, w ciągu następnych kilkunastu dniach można spodziewać się, że wyzwolą całą teren między Charkowem a Rosją.

Udana obrona jednego z największych miast kraju, jak i jednego z głównych celów rosyjskiej agresji to ogromny sukces Kijowa. Niemniej, to działania na wschód od stolicy obwodu charkowskiego niosą jeszcze większe implikacje strategiczne. Podejście pod rzekę Doniec oraz jej przekroczenie i formowanie dalszych działań ofensywnych przez ukraińską armię mogą poważnie zagrozić rosyjskim wojskom. Jeżeli bowiem Ukraińcom udałoby się dojść i odbić Wowezańsk (mapa 2, pkt A), Welykij Burluk (pkt B) lub (szczególnie) Kupiańsk (pkt C), przecięliby główny szlak logistyczno-komunikacyjny rosyjskiego zgrupowania w okolicach

Iziumu oraz Sewierodoniecka/Łysyczańska. Przez te miasta przechodzi bowiem większość transportów sprzętu, amunicji i broni agresora do jego jednostek na froncie.

Z tego też powodu w najbliższych dniach możemy się spodziewać wzmocnienia obecności rosyjskiej na tym teatrze działań wojennych – będą one musiały się skupić na osłonie swojej logistyki na długim odcinku, co z kolei może spowodować (w sytuacji kurczących się rezerw ludzkich) konieczność przegrupowania wojsk i zmniejszenie siły uderzenia z północy na Słowiańsk oraz Sewierodonieck. Nie można wykluczyć, że częściowy odwrót z terenów na północ

od Charkowa też jest elementem przetrzucania sił do obrony wschodnich terenów obwodu charkowskiego.

PODSUMOWUJĄC – ukraińskie działania w okolicach Charkowa to zwiastun powolnego przejmowania inicjatywy przez stronę ukraińską. Wzmocnieni zachodnim sprzętem, zaprawieni w bojach, z dobrym zwiadem i informacją operacyjną, z dobrze zorganizowaną strukturą dowodzenia, Ukraińcy z każdym tygodniem zwiększają swoje szanse i pole możliwości na przejście z działań stricte obronnych do poważnych operacji kontrofensywnych. Zwłaszcza jeżeli weźmiemy pod uwagę, że Rosjanom – na co wiele wskazuje

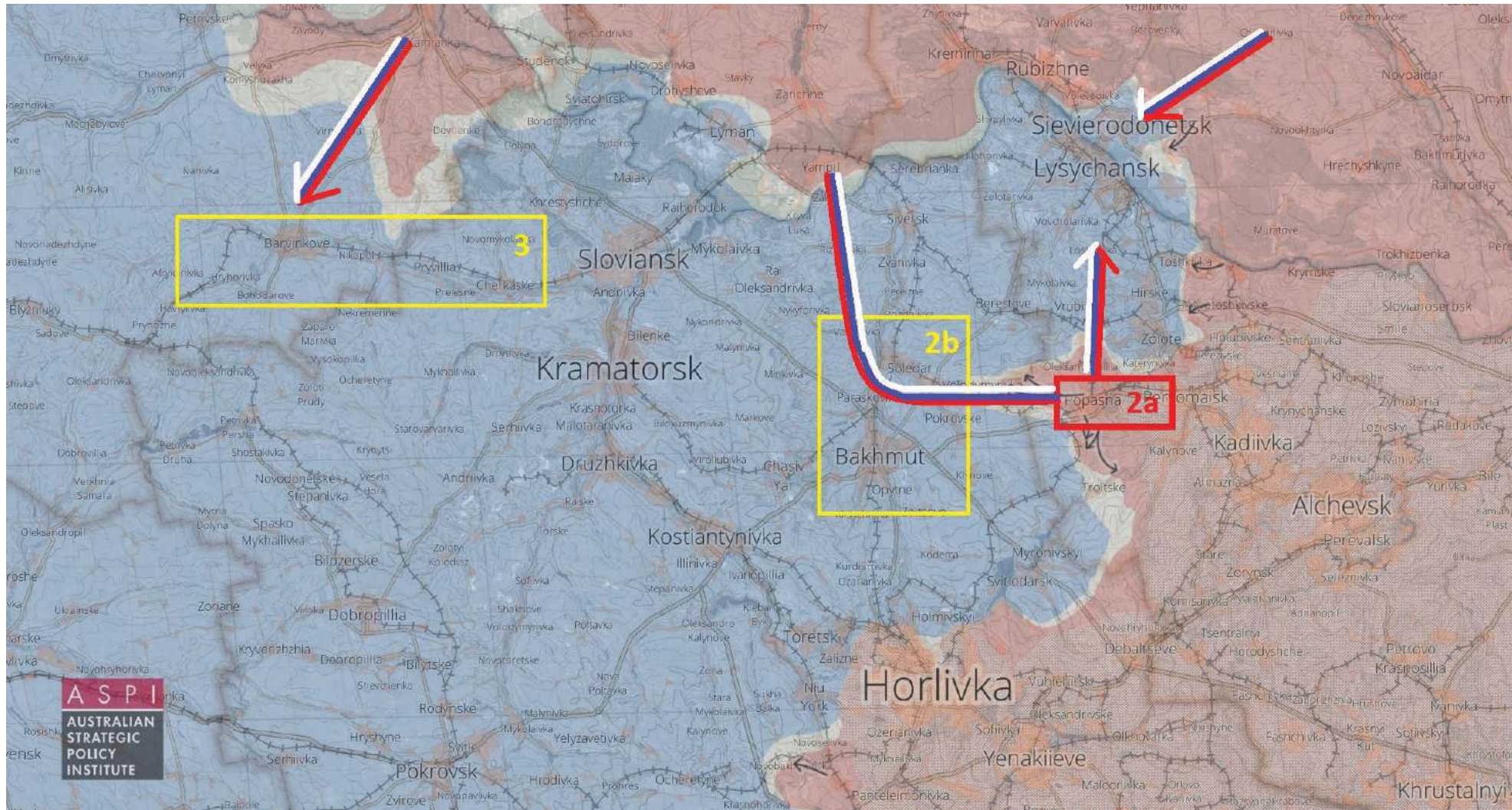
– zostało zapasów i ofensywnych zdolności operacyjnych jedynie na kilka najbliższych tygodni. Potem zmuszeni będą przejść do obrony zdobyczy, a także solidnego przegrupowania i rotacji wojsk, zwiększonej „cichej mobilizacji”, co całościowo może rozciągnąć proces przygotowania następnej większej ofensywy na kilka miesięcy. Zatem realna zmiana sytuacji wojennej latem (na przełomie czerwca i lipca) wydaje się coraz bardziej realna. Wpierw jednak Ukraińcy muszą wytrzymać rosyjską ofensywę w Donbasie.

22 maja, niedziela, 20:30

Autor grafik źródłowych Nathan Ruser



Tomasz Piechal
- dziennikarz, ekspert ds. wschodnich. Redaktor naczelny TVP Dokument. W latach 2014-2018 analityk ds. Ukrainy w Ośrodku Studiów Wschodnich im. Marka Karpi. Relacjonował dla polskich mediów rewolucję godności oraz aneksję Krymu.





5 - lecie istnienia terytorialsów na Mazowszu

Dokładnie w maju 2017 roku swoją działalność rozpoczęła 5 Mazowiecka Brygada Obrony Terytorialnej, na dowódcę której wyznaczono płk Andrzeja Wasielewskiego. Datę wyznaczenia dowódcy uznaje się za początek formowania mazowieckich terytorialsów na terenie północnego Mazowsza

5 lat temu Ciechanów stał się siedzibą dowództwa 5. Mazowieckiej Brygady Obrony Terytorialnej. Dowództwo wraz z jednym batalionem lekkiej piechoty powstało w koszarach przy ulicy Wojska Polskiego 54 gdzie do 2010 r. stacjonował 1 Ciechanowski Pułk Artylerii. 5 Mazowiecka Brygada OT jest jedną z dwóch brygad WOT działających na terenie województwa Mazowieckiego. Jej stałym rejonem odpowiedzialności (SRO) jest 17 powiatów północnego Mazowsza oraz 7 dzielnic prawobrzeżnej Warszawy.

W pierwszym etapie utworzone zostało dowództwo brygady, a po osiągnięciu gotowości do realizacji zadań, w struktury brygady wszedł 53 batalion lekkiej piechoty z Siedlec. Obecnie jest to batalion o najwyższym stopniu ukończenia wśród pododdziałów brygady. Kolejnym etapem było rozpoczęcie formowania 51 „ciechanowskiego” batalionu lekkiej piechoty. W kolejnych latach powstał batalion 52, który stacjonuje w Komorowie oraz najmłodszy, 54 w Zegrzu Południowym. Obecnie brygadą dowodzi płk Mieczysław Gurgielewicz, jest to drugi dowódca w 5-letniej działalności brygady.

Od 2018 roku brygada posiada patrona, którym został lokalny bohater podziemia niepodległościowego, Żołnierz Wyklęty, ppor. Mieczysław Dziemieszkiewicz, ps. Rój oraz obchodzi swoje święto, które wyznaczono na dzień 7 lipca. W ciągu 5 lat istnienia brygadzie został wręczony sztandar, przyjęła dziedzictwo

tradycji oraz wprowadzono odznakę pamiątkową.

Działalność wewnętrzna mazowieckich terytorialsów głównie polega na szkoleniu nowych żołnierzy oraz rozwijaniu ich umiejętności zarówno kryzysowych jak i bojowych. Od 2017 roku przeprowadzono w brygadzie 27 szkoleń podstawowych i wyrównawczych dla nowych ochotników. Obecnie w brygadzie służy ponad 2200 żołnierzy w tym 2 tysiące ochotników. Żołnierze już służący w brygadzie oprócz programowych szkoleń rotacyjnych w których biorą udział, mają również możliwość podnoszenia swoich kwalifikacji biorąc udział w kursach podoficerskich i oficerskich. Do tej pory brygada zorganizowała 7 edycji kursu podoficerskiego SONDA. Brygada nawiązała również współpracę z armią brytyjską, której żołnierze odbywają wspólne szkolenia z żołnierzami 5 MBOT.

Działalność brygady na przestrzeni ostatnich 5 lat to przede wszystkim realizacja misji WOT jaką jest obrona i wspieranie lokalnej społeczności. Realizując ją, żołnierze działali na wielu płaszczyznach. Usuwali skutki wichury jaka nawiedziła teren odpowiedzialności 51 batalionu z Ciechanowa, blisko przez 2 lata wspierali placówki medyczne oraz samorządy w walce z pandemią. Końcówka roku 2021 przyniosła trudną sytuację na granicy polsko – białoruskiej i konieczność obrony polskiej granicy. Od października żołnierze wszystkich pododdziałów 5 Mazowieckiej Brygady Obrony Terytorialnej wspierają Straż Graniczną w patrolowaniu strefy przygranicznej, wykonują patrole piesze, kołowe, rzeczne oraz powietrzne z wykorzystaniem bezzałogowych statków powietrznych (BSP). W brygadzie zostały również utworzone Grupy Wsparcia Relokacji Uchodźców, które działają w punktach tymczasowego zakwaterowania.

Żołnierze oprócz szkoleń i działań podejmowanych zgodnie z przeznaczeniem wojska, pamiętają o weteranach i kombatanach, szczególnie tych działających w szeregach Armii Krajowej, której tradycje dziedziczą i kultywują Wojska obrony Terytorialnej.

Brygada przez cały czas rozwija się, pozyskuje nowy sprzęt oraz powiększają się szeregi mazowieckich terytorialsów. W najbliższy piątek, 13 maja, odbędzie się kolejne powołanie do terytorialnej służby wojskowej w ciechanowskich koszarach.

Aneta SZCZEPANIAK



PRAWO. Problemy z nieruchomościami

Odszkodowawcze skutki uchwalenia lub zmiany planu zagospodarowania przestrzennego

Miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego decyduje o przeznaczeniu danego terenu, sposobach jego zagospodarowania oraz możliwościach zabudowy. Dlatego zmiana jego zapisów może spowodować wzrost albo spadek wartości nieruchomości, a co za tym idzie roszczenia o wypłatę odszkodowań

Miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego jest aktem prawnym uchwalanym przez radę miasta lub radę gminy, czyli jest tzw. aktem prawa miejscowego. Ustala się w nim przeznaczenie terenów, rozmieszczenie inwestycji celu publicznego oraz określa sposób zagospodarowania i warunki zabudowy konkretnych terenów.

O czym decyduje plan?

W praktyce decyduje on o tym, co można zbudować na danym terenie, jaką budowlę, jaki obiekt oraz o jakich parametrach. Plan decyduje o tym, jak wysoki może być budynek, gdzie będzie dojazd do nieruchomości, ile powinno być miejsc parkingowych oraz jaki rodzaj zabudowy może powstać na sąsiednich działkach. Zapisy planu miejscowego są także podstawą w procesie udzielania pozwoleń na budowę, ponieważ tylko projekty będące zgodne z zapisami planu mogą uzyskać pozytywną decyzję.

Odszkodowanie za niekorzystną zmianę

Nie trzeba więc chyba nikogo przekonywać, że uchwalenie lub zmiana miejscowego planu zagospodarowania

przestrzennego może znacząco wpłynąć na wartość nieruchomości. Zmiana konkretnych zapisów może uniemożliwić albo też otworzyć drogę do realizacji konkretnych przedsięwzięć np. budowy osiedla z wysokimi blokami albo też utworzenia miejskiego parku. Dlatego ustawodawca w art. 36 ust. 1 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym przewidział możliwość ubiegania się o odszkodowania.

Odszkodowanie lub wykup

Dotyczy to tych właścicieli lub użytkowników wieczystych, dla których w związku z uchwaleniem lub zmianą planu miejscowego, korzystanie z nieruchomości lub jej części w dotychczasowy sposób lub zgodny z dotychczasowym przeznaczeniem stało

się niemożliwe bądź istotnie ograniczone. Taki właściciel albo użytkownik wieczysty nieruchomości może żądać od gminy odszkodowania za poniesioną rzeczywistą szkodę albo wykupienia nieruchomości lub jej części. Według Sądu Najwyższego, rzeczywista szkoda to obiektywny spadek wartości nieruchomości, który wynika z uniemożliwienia lub istotnego ograniczenia możliwości korzystania z nieruchomości w dotychczasowy sposób.

Nieruchomość zamienna

Gmina może również zaoferować nieruchomość zamienną (art. 36 ust. 2 ustawy), ale na taką zamianę właściciel lub użytkownik wieczysty musi się zgodzić. Wtedy między stronami zawierana jest umowa zmiany. Jeżeli natomiast nieruchomość zamienna ma niższą wartość, wówczas właścicielowi należy wypłacić dopłatę w ramach odszkodowania.

Odszkodowanie za obniżenie wartości

Natomiast jeżeli, w związku z uchwaleniem planu miejscowego albo jego zmianą, wartość nieruchomości uległa obniżeniu (art. 36 ust. 3 ustawy), a właściciel albo użytkownik wieczysty zbywa tę nieruchomość i nie skorzystał z praw, o których mowa w ust. 1 i 2, może żądać od gminy odszkodowania równego obniżeniu wartości nieruchomości.

Wysokość odszkodowania

Wysokość odszkodowania powinna odpowiadać kwocie, o jaką wartość danej nieruchomości zmniejszyła się t.j. rzeczywistej szkódzie, którą poniesie właściciel lub użytkownik wieczysty. Będzie to więc różnica pomiędzy wartością nieruchomości przed uchwaleniem lub zmianą planu zagospodarowania, a wartością nieruchomości po uchwaleniu lub zmianie. Należy tu uwzględnić przeznaczenie terenu lub faktyczny sposób wykorzystywania nieruchomości przed i po uchwaleniu zmiany planu.

Termin zgłaszania roszczeń

Roszczenia, o odszkodowania za obniżenie wartości nieruchomości, można zgłaszać w terminie 5 lat od dnia, w którym plan miejscowy albo jego zmiana stały się obowiązujące.

Maciej Lerman,
prawnik
tel. 666 390 939
mail: m.lerman@toiowo.eu



NASZE WILKOWYJE

AZOWSTAL

Duże chłopcy, a siedzieliśmy i ryczeli jak bobry. Wszystko przez Japycza oczywiście. Zaczęło się niewinnie. Hadziuk przyniósł butelkę koniaku, żeby poświęcić uratowania obrońców Azowstali. Tyle tygodni bronili miasta, powstrzymali ruską inwazję, dając czas innym na przegrupowanie, że zasługują by żyć. No więc cieszyli się, że ranni w szpitalu, że resztę niedługo wymienią na jeńców, tylko Japycz czemuś ponury. Ale tak ponury, że nawet Michałowa tak nie potrafi. Trzeba było po męsku przyjąć do wiadomości i nie ruszać, bo wiadomo, że są smutki, których lepiej nie dotykać. Ale ciekawość zwyciężyła i Solejuk zapytał, czemu się nie cieszy. Bo pamiętam proces szesnastu – odpowiedział Japycz. Japycz, wiadomo, naprawdę stary jest, ale łeb jak szafa i wszystko pamięta. Co akurat czasem nieszczęśliwa przypadłość jest, bo złe rzeczy tak samo pamięta jak dobre. Zwykli ludzie mają tę umiejętność, że pamiętają same dobre, oczywiście najchętniej o sobie: jak to bramkę w szkole się strzeliło, pocałunek z najładniejszą dziewczyną pod remizą, pierwszy płacz dziecka w ramionach matki, 30 złotych wygrane w totolotka i takie tam. A Japycz pamięta wszystko. No niech by se pamiętał, ale po co o tym mówić? Ja wiem, Solejuk zapytał, ale mógł przecież Japycz skłamać, że go ząb boli. Ale nie. Dokładnie nam opowiedział jak to było z szesnastu przywódcami Polski Podziemnej porwanymi do Moskwy na pokazowy proces. Na rozmowy przyszli zwiabieni obietnicami zaprzestania represji, a Moskał zamiast gadać, aresztował do Moskwy wywiózł, część zamordował, część na więzieniu skazał. Takie to obietnice moskiewskie. I Japycz mówi, że z chłopakami z Azowstali będzie tak samo. Putin sukcesu potrzebuje, a że nie ma, to oszuka. Bezpieczeństwo chłopakom zagwarantował, a teraz proces pokazowy robi, że niby taki sukces ma, że nazistów pod sąd stawia. A jacy oni naziści? Ojczyzny bronili, ot co.

Początkowo my nie uwierzyli. No bo jak to tak? Ale Japycz, psiajucha, na wszystko odpowiedź miał. Jak on te daty i fakty pamięta, to nie wiem, ale co jeden to gorszy. Więc co zostało? Plakaliśmy. Nad niesprawiedliwością świata. Nad straconym życiem. Nad brakiem szacunku dla bohaterstwa. Nad brakiem szacunku dla świata i ludzi. Nad bezsilnością naszą. Ale najbardziej nad tym, że i ci co mogą, nic nie zrobią. Bo przekupieni, bo gdzie mają wszystko, co ich nie dotyczy, bo choć niby postępowi i za pokojem, to tak naprawdę żadna wojna im nie przeszkadza, byle daleko była. Japycz przez te wszystkie lata pół świata zwiedził, a najwięcej czasu u Francuzów i Niemców się napracował. Dużo narody mówi, tylko z innymi dużymi gadać chcą. Reszta dla nich nieistotna. Ale co to duży naród pytam, bo tych Ukraińców więcej niż Hiszpanów i niewiele mniej niż Włochów. A Japycz mówi, że te wielkie narody, to takie co imperia miały. Co przez stulecia napadały słabszych i z tego zrobiły się wielkie. Więc słabszy może być większy, bo ta Ukraina przecież od Niemców sporo większa, ale jak nie miał kiedyś kolonii i nie gnębił innych narodów, to do dużych się nie zalicza.

Nam się zdawało, że gnębienie słabszych, to powód do wstydu, ale się okazuje, że to tylko w mikro skali, czyli na przykład w Wilkowie, a w wielkiej polityce – przeciwnie. Im więcej żeś podbił, pomordował, zamęczył – tym powód do chwały większy i że w ludziach w imperiach coś takiego jest, że za tym tęsknią. I jak sami nie mogą już podbijać, bo w dzisiejszym świecie nie wypada, to po cichu zazdroszczą tym, co się nie przejmują współczesnym światem i nadal mordują ile wlezie i kiedy im się zachce. I dlatego Niemcy i Francuzi tak się w tej Rosji kochają.

Plakali więc my nad chłopcami z Azowstali, co to ich zaraz mordować będą, ale i nad światem, że tak urzędowo kijowo jest i że nic na to nie poradziś pijąc koniak na ławeczce w Wilkowie. I doszli my do wniosku, że nie jest tak źle, że ta nasza Polska żadnych kolonii nie miała i że o żony i dzieci tych z Azowstali zadbać trzeba, bo w zdradzie najgorsze jest nie to, że zdradzeni giną, ale że ich rodziny zostają z tą zdradą na całe życie.

Pietrek



VIVALDI / OSIECKA
NOWE 4 PORY ROKU

29.05. niedziela 17:00

SALA BALOWA

NORMALNY: 120 ZŁ

ULGOWY: 80 ZŁ

KUP BILET:

NA MIEJSCU W GODZ. 10-18

ON-LINE: WWW.BILETYNA.PL

REZERWACJE:

INFO@PALACJABLONNA.PAN.PL

+48 509 081 438 / 535 585 661



PAŁAC W JABŁONNIE
UL. MODLIŃSKA 105



Wечно zimna kawa – brzmi znajomo? To niestety standardowe śniadanie niejednej mamy. Najwyższy czas z tym skończyć! Tylko zdrowa i szczęśliwa mama jest w stanie zapewnić bez troskie i radosne dzieciństwo swoim pociechom. Ale zacznijmy od początku, tzn. pierwszego posiłku w ciągu dnia. Potem pójdzie już z górki

Każda matka jest superbohaterką. Lawiruje między rodziną a pracą zawodową, próbując dać z siebie wszystko, by zaspokoić potrzeby innych. A co z jej potrzebami? Są gdzieś na końcu listy codziennych zadań. Skąd zatem czerpie energię do życia? No właśnie...

Dlaczego nie warto rezygnować ze śniadania?

Śniadanie uważane jest przez wielu specjalistów od odżywiania za najważniejszy posiłek dnia. Odpowiednio zbilansowane może dostarczyć nam wszelkich niezbędnych składników odżywczych, które zapewnią nam siłę, dobry humor, bystrość umysłu i niewyczerpane pokłady cierpliwości. Brzmi idealnie? Nic prostszego.

– Zdrowe śniadanie to śniadanie właściwie zbilansowane. Jednym z jego najważniejszych makroskładników jest białko, które syci na długo i dodatkowo przyspiesza nasz metabolizm. Białko wyzwala także hormony, które ograniczają apetyt oraz skutecznie stabilizuje poziom cukru we krwi. – zauważa Ewa Polińska, ekspert MSM Mońki – *Nabiał jest jednym z najbardziej wartościowych źródeł białka, dlatego śmiało możemy opierać nasze śniadania na dobrej jakości jajkach, serach oraz jogurtach.* – dodaje.

Wiele kobiet próbuje wrócić do wagi z czasów, zanim zostały mamami. Aby to osiągnąć, często rezygnują z niektórych posiłków. Tymczasem, wbrew pozorom, to właśnie jedzenie ułatwia nam proces odchudzania. Odżywcze śniadanie zapobiegnie podjadaniu w ciągu dnia. Naukowcy odkryli, że duża ilość białka jedzona na początku dnia, zmniejsza ilość wysyłanych do mózgu sygnałów



Śniadanie zapracowanej mamy – złap chwilę dla siebie!

odpowiedzialnych za potrzebę „jedzenia w nagrodę”. Śniadanie pełne białka może zatem skutecznie poprawić nie tylko wydolność naszego ciała, ale także stan naszego samopoczucia.

Sery – cenne źródło białka

Bardzo dobrym źródłem białka są sery. Zawierają one wszystkie składniki wpływające pozytywnie na nasze kości. Wapń przeciwdziała występowaniu osteoporozy, a magnez wzmacnia nasze mięśnie i wspiera układ odpornościowy. Chroni także nasze zęby przed próchnicą, a dzięki

obecności kwasu linolowego, pomaga chronić przed nowotworami. Niektóre gatunki żółtego sera zawierają dodatkowe składniki, m.in. selen, który chroni organizm przed wirusami i jest silnym przeciwutleniaczem. Pamiętajmy jednak, że sery są z reguły wysokokaloryczne, dlatego powinny stanowić jedynie dodatek do warzyw i pełnowartościowych węglowodanów.

Dobre śniadanie powinno dostarczyć nam od 20 do 30 procent wszystkich kalorii, jakie zamierzamy przyjąć w ciągu dnia, czyli od 300 do 500

kcal. Ważne, by pierwszy posiłek jeść dopiero w momencie, w którym pojawi się pierwszy głód, ale jeszcze zanim pochłonie nas wir codziennych obowiązków.

Co jeść na śniadanie, by utrzymać energię przez cały dzień?

Jedząc wartościowe i syte śniadanie, pozwalamy utrzymać nasze ciało w najlepszej formie. Regularne posiłki zapewniają nam właściwą przemianę materii oraz chronią nas przed chorobami przewlekłymi – nadciśnieniem, otyłością i cukrzycą.

Zgodnie z zasadami zdrowego żywienia, powinniśmy spożywać minimum 4 posiłki, zachowując przy tym około 4-godzinne przerwy.

Wszystkie mamy, które myślą, że rezygnując ze śniadań troszczą się o swoją figurę, musimy niemiło rozczarować. Aby przyspieszyć tempo przemiany materii, które zwolniło na czas snu, powinniśmy zjeść pełnowartościowy posiłek do dwóch godzin po przebudzeniu. Ponadto okazuje się, że rezygnując ze śniadania, często dokładamy sobie dodatkowych kalorii w ramach pozostałych posiłków, których nie jesteśmy w stanie strawić i przetworzyć na energię tak szybko, jak ma to miejsce w pierwszej połowie dnia.

Będąc mamą łatwo zapomnieć o sobie, gdy przez cały czas towarzyszy nam ktoś, kto domaga się ciągłej uwagi i natychmiastowego spełnienia potrzeb. I nie ważne, ile lat mają nasze dzieci, rano zawsze brakuje nam czasu, a najszybszym rozwiązaniem jest zwykle kawa i miska płatków z zimnym mlekiem. I nie ma w tym nic złego, pod warunkiem, że ten „rytuał” nie towarzyszy nam codziennie. Jesteśmy tym, co jemy, zadbajmy więc o to, by codziennie nasz talerz ze śniadaniem był inny, bogaty i inspirujący.

Jak szybko i prosto wyczerować pożywe śniadanie dla siebie i całej rodziny?

Z okazji Dnia Matki, zrobmy sobie prezent i zaserwujmy śniadanie, które ucieszy każdą komórkę naszego ciała. Niech będzie zdrowe, kolorowe i apetyczne. Niech zachęci nas do działania i doda energii na cały aktywny dzień.

Idealne śniadanie składa się z porządnej dawki złożonych węglowodanów, pełnowartościowego białka oraz solidnej porcji warzyw i owoców. – Aby zamknąć to w jednym posiłku, warto sięgnąć np. po pełnoziarnistą tortillę z kilkoma plasterkami sera Aldamer, kawałkami kurczaka, jajkiem i aromatycznym sosem ziołowym. – podpowiada Ewa Polińska, ekspert MSM Mońki. Gdy dorzucimy do niej parę liści sałaty i kilka plasterków ulubionych warzyw, a całość popijemy świeżym sokiem owocowym, uzyskamy śniadanie godne Super Mamy. A przecież każda mama właśnie taka jest!



KRÓLEWSKIE CHRZCINY W PAŁACU

Eleganckie wnętrza
Wyjątkowa impreza
Wyśmienite menu



Rezerwacje:

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

Tortilla z serem Aldamer, kurczakiem, jajkiem i sosem avocado Składniki:

- 6 szt. placków tortilli
- 200g ser aldamer
- 200g kurczaka
- 100g mix sałat
- 100g pomidor koktajlowy
- 1 szt. cebula czerwona
- 200g papryki zielonej
- 150g ogórka
- 6 szt. jajek

Sos:

- 2szt. avocado
- 1szt. papryczki chili
- 2 ząbki czosnku
- Kilka listków mięty i natki pietruszki

Sól, pieprz do maku
Sok z 1szt. limonki

Wykonanie:

Jajka ugotować i obrać. Ser zetrzeć na tarce (np. Ariete). Składniki sosu zblendować na gładką masę, doprawić solą, pieprzem. Kurczaka doprawić solą, pieprzem, czosnkiem i usmażyć na pergaminie bez tłuszczu. Filety po usmażeniu pokroić na paski.

Placek tortilli posmarować sosem, następnie położyć w kolejności: kurczaka, ser, warzywa pokrojone w paski, sałatę, jajko podzielone na ćwiartki i przecięte na pół pomidorki koktajlowe. Zwinąć ciasno. Rozgrzać grill. Tortille ułożyć na gorący grill zapiekając ok 2-3 minut z każdej strony. Zgrillowane tortille podawać z sosem z avocado i jogurtem.



Alternatywy dla papierosów - rzetelna informacja to podstawa

Komisja Specjalna ds. Walki z Rakiem Parlamentu Europejskiego (BECA) wyznaczyła główne cele wojny z nowotworami w Europie w zakresie profilaktyki, badań przesiewowych, równego dostępu do opieki medycznej i wsparcia dla pacjentów. Pierwszy raz w historii instytucja europejska formalnie uznała też rolę wapowania (używania e-papierosów) w pomocy w rzuceniu palenia. To kolejny mocny głos w sprawie uznania e-papierosów za element walki z nałogiem palenia, szczególnie istotny w kontekście obchodzonego 30 maja World Vape Day, czyli Światowego Dnia Vapingu.

Parlament Europejski zatwierdził sprawozdanie Komisji BECA zawierające wyraźny postulat mówiący o tym, że skutki używania papierosów elektronicznych powinny być porównywalne ze skutkami palenia wśród osób palących, a nie tych, które nigdy nie paliły. Oznacza to, że e-papierosy, podobnie jak i inne tzw. nowatorskie wyroby tytoniowe powinny być porównywane do tradycyjnych papierosów.

E-papierosy o 95 proc. mniej szkodliwe od tradycyjnych
Zdaniem prof. Andrzeja Sobczaka ze Śląskiego Uniwersytetu Medycznego, który od kilku-nastu lat prowadzi badania w tym obszarze, to bardzo ważny głos ze strony instytucji unijnych. Wypowiedział się w tej sprawie podczas

niedawno zakończonego Europejskiego Kongresu Gospodarczego w Katowicach.
- Zdrowe społeczeństwo to dobrze poinformowane społeczeństwo (...). Dla każdej substancji, jaką będziemy spożywać, możemy wskazać pewne źródła zagrożenia. Aerozol zawarty w e-papierosach zawiera środki szkodliwe i to nie ulega wątpliwości, ale tych związków jest zdecydowanie mniej niż w papierosach i dopiero ta pełna informacja może nas przekonać do porównania, co jest dla nas bardziej korzystne.

Najnowsze dane z Wielkiej Brytanii zaprzeczają tezie, że e-papierosy są początkiem nałogu wśród młodych. Z badania przeprowadzonego przez University College London i sfinansowanego przez Cancer Research UK, uznaną i niezależną instytucję naukową w Wielkiej Brytanii wynika, że można wykluczyć efekt „bramy”, o którym donoszono w poprzednich badaniach, zwłaszcza wśród osób w wieku od 18 do 24 lat. Naukowcy oszacowali, że nawet w najgorszym scenariuszu, tylko 1 na 10 młodych osób używających e-papierosów stanie się nałogowym palaczem tytoniu.

Saszetki nikotynowe - jeszcze mniejsza szkodliwość
Na rynku pojawiają się również produkty z zupełnie innej kategorii, która może być nikotynową alternatywą dla tradycyjnych papierosów. Saszetki nikotynowe są jeszcze stosunkowo nową kategorią (na polskim rynku można już jednak wybierać, wśród nich mamy np. VELO) i w niczym nie przypominają tradycyjnych papierosów. Umieszcza się je pomiędzy dżasiem a wargą, co pozwala na uwolnienie się nikotyny. Fakt, że nie zawierają one tytoniu sprawia, że naukowcy oceniają ich szkodliwość jako jeszcze niższą, niż wspomnianych e-papierosów, także tych działających w systemach zamkniętych, czyli z gotowymi, przebadanymi laboratoryjnie kartridżami, do których należą m. in. Vuse ePod. Stworzono nawet specjalną skalę, która określa wpływ produktów nikotynowych na organizm (tzw. risk continuum), a jako mniej szkodliwe od tradycyjnych papierosów znajdziemy na niej również podgrzewacze tytoniu.



środa 25 maja

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 Rodzinny ekspres - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokmalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Rok w ogrodzie Extra 12:50 Natura w Jedyńce	04:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:30 M jak miłość - serial 06:20 Pożyteczni.pl - magazyn 06:55 Familiada - teleturniej 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia 12:30 Koło fortuny 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 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłości przeznaczenie 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej	05:45 Uwaga! - magazyn 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 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 - informacje 19:35 Sport 19:45 Pogoda - informacje 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:40 Malanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Kochaj albo rzuć Seniorzy obu rodów i ich wnuczka wyruszają do Chicago na zaproszenie Johna Pawlaka. Po przyjeździe okazuje się, że John nie żyje.	07:00 Muzyczne poranki 08:05 Informacje kulturalne 08:35 Co dalej? 09:10 Bo oszaleł dla niej - komediodramat, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Dżiżiśław Wardej, Gabriela Kownacka, Ignacy Gogolewski, Witold Pyrkosz, Witold Skaruch, Wiesław Drzewicz 11:00 Komediantka - serial 13:30 Symfonia fabryki Ursus - film dokumentalny 14:40 Chłopiec na galopującym koniu - film obyczajowy, reż. Adam Guziński, wyk. Piotr Bajor, Aleksandra Justa, Krzysztof Lis 16:10 Do widzenia, do jutra 17:35 Którędy po sztukę - Teofil Kwiatkowski 17:50 Przestrzeń pamięci 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Dickensian - serial	06:00 Kobra - oddział specjalny 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 08:00 Prawdziwe motywy 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Zaklinaczka duchów Dzięki swojemu darowi Melinda Gordon potrafi komunikować się z zagubionymi duszami zmarłych ludzi i pomaga im przejść na drugą stronę. 12:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Porwanie	04:55 Szpital - program obyczajowy 05:55 Hotel Paradise 06:50 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:20 Brzydula - serial, Polska 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Opowieści małego 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Tajemnice miłości 17:55 Ten moment 18:25 Opowieści małżeńskie	06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) jest jednym z najlepszych Strażników Teksasu. Ma dosyć „ostre” metody zwalczania przestępców. 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 10:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjanci i Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjanci i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Wielka Ucieczka - film akcji 22:00 Oddział wytrząsaczy Il wojna światowa. Skompromitowany, po nieudanej akcji, kapitan Jack Wosick, dostaje szansę na rehabilitację. 23:55 Władczy móch 01:00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda - program rozrywkowy
SERIAL KOSTIUMOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	FILM SENSACYJNY	SERIAL OBYCZAJOWY	FILM AKCJI	SERIAL OBYCZAJOWY	TV Trwam
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 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Wielki Test o Energii Jądrowej 22:35 Historia bez tajemnic 23:45 Spuren der Rache 01:25 Królowie śródmieścia 02:15 Wszystkie pieniądze świata - serial	18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy seriali Na dobre i na złe i Na sygnale - felieton 20:55 Na dobre i na złe 22:00 Inie było już nikogo 23:10 Sługi wojny 00:10 Wyprowadź po miłość - film obyczajowy, prod. Kanada, 2020, reż. Heather Hawthorne Doyle 01:50 Trzy dni Kondora - serial, prod. USA, 2020, reż. Alexis Ostrander 02:50 Chiński dziewczyn do wzięcia - film 04:30 Artyści - serial TVP, reż. Monika Strzępka	20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Skazana - serial, Polska 22:45 Plaga - film horror, USA, 2007, reż. Stephen Hopkins, wyk. Hilary Swank, David Morrissey, Idris Elba, Anna Sophia Robb, Stephen Rea, William Ragsdale 00:50 Supervizjer - magazyn reporterów 01:25 W garniturach - serial, USA 02:20 Uwaga! - magazyn prod. Polska 02:35 Noc magii 03:50 Kto was tak urządził	22:45 Sekstaśma Jay i Annie są małżeństwem od dziesięciu lat. Para ma dwójkę dzieci. Mimo że bardzo się kochają, to w ich związku zaczyna brakować ognia. Aby znów poczuć emocje w sypialni, postanawiają wypróbować wszystkie pozycje z poradnika „Radość z seksu” i nagrać to na wideo. 00:50 Skandalista Larry Flint 03:35 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:25 Teledziewczyny TV Okazje	20:00 Inie było już nikogo - serial 21:10 Na wschód od Hollywood - Letnia szkoła życia - film fabularny, prod. Francja, 2017, reż. Laurent Cantet, wyk. Marina Fois, Matthieu Lucci, Florian Beaujean 23:15 Więcej niż fikcja - Woskowe imperium Madame Tussaud - film 00:25 Jazz - Music Live Collection - Ararat - koncert 02:05 Pianista - dramat, prod. Polska, Wielka Brytania, Francja, 2002, reż. Roman Polański 04:40 Informacje kulturalne 05:10 Teledysk 05:30 Afisz kulturalny ekstra	22:05 Prawo zemsty Kiedy żona i córka Clyde'a Sheltona zostają brutalnie zamordowane, a ich zabójca unika kary, bohater przygotowuje plan zemsty nie tylko na oprawcach, ale i wymiarze sprawiedliwości. 00:10 Zabójcy bażantów 02:30 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 03:35 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska	19:30 Papiery na szczęście - serial, Polska 20:00 Brzydula - serial, Polska 20:35 Hotel Paradise 21:40 Zielona miła - film obyczajowy, USA, 1999, reż. Frank Darabont, wyk. Tom Hanks, David Morse, Bonnie Hunt, Michael Clarke Duncan, James Cromwell, Michael Jeter 01:35 Szczęśliwy Człowiek - film sensacyjny, USA, 1983, reż. Joe Alves, wyk. Dennis Quaid, Bess Armstrong, Simon MacCorkindale, Louis Gossett Jr., Joe Putsch, Lea Thompson 03:15 Noc magii - program ezoteryczny	10:00 Audycja Generalna Ojca Świętego 11:00 Syria 11:20 Muzyczne chwile 11:25 Jestem mamą 11:40 Prosto o gospodarce 12:00 Regina Coeli 12:03 Informacje dnia 12:20 Mojeż 13:15 Słowo życia 13:20 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Fatima - oredzie na dziś 15:00 Zawód: Prymas Polski 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Na zdrowie 16:30 Wyszyński - historia 17:00 Po stronie prawdy 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończonych 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Brat Franciszek 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Mysząc Ojczyzna 21:00 Apel



sobota

28 maja

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 08:20 Wojsko - polskie.pl 08:45 Pełnosprawni - magazyn 09:15 Sprawa dla reportera 10:20 Fascynujący świat - Przyszłość lotów - film dokumentalny, prod. Francja, 2020, reż. Larissa Klinker 11:30 Sekretne życie kotów - reality show 12:30 Vera Cruz - western, prod. USA, 1954, reż. Robert Aldrich, wyk. Gary Cooper, Burt Lancaster, Denise Darcel 14:10 Z pamięci - felieton MAGAZYN  14:25 Okrasa tamie przepisy - Na flądry do Ustki - magazyn kulinarny 14:55 Jutro należy do nas 17:00 Teleexpress 17:30 Jaka to melodia? 18:30 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Piłka nożna - Liga Mistrzów 23:30 Vice - dramat, prod. USA, 2018, reż. Adam McKay, wyk. Amy Adams, Steve Carell, Christian Bale 01:50 Ukojenie - dramat 03:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 04:30 Z pamięci - felieton 04:35 Zakończenie	05:20 Dla niesłyszanych - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 07:00 Dla niesłyszanych - M jak miłość - serial TVP, reż. Michał Wnuk, wyk. Anna Mucha, Melania Grzesiewicz, Hanna Nowosielska, Marcin Bosak 07:55 Pytanie na śniadanie 12:10 Rodzinny ekspres 12:50 To był rok! 14:00 Familiada - teleturniej 14:30 Koło fortuny 15:05 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko 17:15 Smaki świata 17:45 Słowo na niedzielę 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:40 Postaw na milion 19:35 Lajk! 20:00 Jak przeżyć wszystko jeszcze raz 22:25 Hity wszech czasów FILM OBYCZAJOWY  23:35 Facet do wymiany - film obyczajowy, prod. Francja, 2017, reż. Guillaume Canet, wyk. Guillaume Canet, Marion Cotillard 01:45 Moja wielka grecka wycieczka - komedia, prod. Hiszpania, USA, 2009, reż. Donald Petrie, wyk. Richard Dreyfuss, Rachel Dratch, Harland Williams 03:25 Mamy 2 mamy - komedia, prod. Francja, 2017, reż. Noemie Saglio, wyk. Camille Cottin, Lambert Wilson, Juliette Binoche 05:00 Zakończenie	05:15 Uwaga - magazyn 05:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 06:30 Polowanie na ogród 07:00 Wymarzone ogrody 07:30 MądrzeJEMY z Katarzyną Bosacką 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Na Wspólnej - serial, Polska 13:25 Lego Masters 15:05 Przez Atlantyk 16:10 Polowanie na ogród 16:45 Wymarzone ogrody 17:20 MądrzeJEMY z Katarzyną Bosacką 17:55 Kuchenne rewolucje 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:30 Raport Speedway Grand Prix - sport 19:50 Uwaga - magazyn FILM SENSACYJNY  20:05 Bodyguard - film sensacyjny, USA, 1992, reż. Mick Jackson, wyk. Kevin Costner, Whitney Houston, Gary Kemp, Bill Cobbs, Ralph Waite, Tomas Arana 22:55 Ja cię kocham, a ty z nim - film komedia, USA, 2007, reż. Peter Hedges, wyk. Steve Carell, Juliette Binoche, Dane Cook, Alison Pill, Brittany Robertson, Dianne Wiest 00:55 Pozwól mi wejść - film horror, Wielka Brytania, USA, 2010, reż. Matt Reeves, wyk. KodiSmith-McPhee, Chloe Grace Moretz, Richard Jenkins 03:05 Uwaga - magazyn	06:00 Nowy dzień z Polsat 08:45 Khumba - Wszystkie zwierzęta w Afryce wiedzą, że zebra bez pasów jest jak słoń bez trąby i lew bez grzyw. Kiedy jesteście zebra i rodzisz się pasiasty do połowy, życie potrafi być bardzo skomplikowane. Na własnej skórze przekonuje się o tym Kumba - jedyny na świecie przedstawiciel pasiastych, któremu natura poskąpiła pełnego umaszczenia. 10:10 Ewa gotuje 10:40 Legenda o Smoku Gnatochrupie 11:00 Sezon na misia 3 - Boguś, Elliot oraz ich leśni przyjaciele powracają w nowej przeżabawnej przygodzie, która tym razem rozgrywa się w wielkim cyrku! PROGRAM ROZRYWKOWY  12:40 Bogaty Dom - Biedny Dom - program rozrywkowy 13:45 Drwale i inne opowieści Bieszczadów 14:40 Rolnicy. Podlasie 15:45 Więzienie 17:45 Chłopaki do wzięcia - program rozrywkowy prod. Polska 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Kowalscy kontra Kowalscy 21:10 Piraci z Karaibów. Kłątwa Czarnej Perły 00:15 Ewolucja planety małą 03:05 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Złote przeboje - koncert 08:05 Informacje kulturalne 08:35 Tamte lata, tamte dni - Jerzy Illg - magazyn 09:05 Wydarzenie aktualne 09:45 Hedy Lamarr gwiazda niebanalna - film dokumentalny, prod. Francja, 2018, reż. Claudia Collao 10:50 Serialowa nostalgia - Droga - serial obyczajowy prod. Polska 12:00 Do dzieła - magazyn 12:35 Jasminum - film obyczajowy, reż. Jan Jakub Kolski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska, Wiktoria Gąsiorowska, Janusz Gajos, Krzysztof Pieczyński, Monika Dryl, Patrycja Soliman, Grzegorz Damięcki 14:35 Owszem Mazowsze, reż. Adam Strug 15:15 Eufozima 2019 - David Krakauer i Orkiestra Klezmerska Teatru Sejneńskiego - koncert KOMEDIODRAMAT  16:25 Retro kino - Wielkie manewry - komediodramat, prod. Włochy, Francja, 1955 18:25 Co dalej? - program publicystyczny 18:55 Pathe kontra Gaumont - film 20:00 Bilet do kina - Chaplin - film fabularny 22:30 Buddy Guy in concert. Baloise Session 2018 23:55 Seans kultowy - Wściekły Byk - dramat, prod. USA, 1980, reż. Martin Scorsese, wyk. Robert De Niro, Cathy Moriarty 02:10 Co dalej? - program publicystyczny 02:45 Wieczór kinomana - Misery - thriller	06:00 Castle - serial kryminalny Poszukujący inspiracji pisarz otrzymuje pozwolenie na przyłączenie się do jednego zespołu z wydziału zabójstw nowojorskiej policji. 07:00 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial 20:00 Mocne sobotnie kino: Krawczy sport - Frank Dux dezerteruje z armii, aby wziąć udział w nielegalnym turnieju kumite rozgrywanym w Hongkongu. 21:50 Terminator - Elektroniczny mordca zostaje wysłany z przyszłości do roku 1984, by zabić matkę przyszłego lidera rewolucji. THRILLER  00:00 Prawo zemsty - Kiedy żona i córka Clyde'a Sheltona zostają brutalnie zamordowane, a ich zabójca unika kary, bohater przygotowuje plan zemsty nie tylko na oprawcach, ale i wymiarze sprawiedliwości. 02:00 Zobacz to! Blok powtórkowy: Na jedwabnym szlaku 02:40 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 03:15 Menu na miarę - program kulinarny 03:50 Dyżur - serial dokumentalny 04:20 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Dyżur - serial	05:05 Szkoła - obyczajowy 06:05 Wiza na miłość: dalsze losy 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 07:35 Richie milioner - film komedia, USA, 1994, reż. Donald Petrie, wyk. Macaulay Culkin, John Larroquette, Edward Herrmann, Jonathan Hyde, Christine Ebersole, Claudia Schiffer 09:30 Skarby z szafy - program lifestyle'owy 10:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:20 Mój przyjaciel delfin - film przygodowy, USA, 2011, reż. Charles Martin Smith, wyk. Harry Connick Jr., Ashley Judd, Nathan Gamble, Kris Kristofferson, Morgan Freeman, Frances Sternhagen KOMEDIA  14:35 Blues Brothers - film komedia, USA, 1980, reż. John Landis, wyk. John Belushi, Dan Aykroyd, Carrie Fisher, Donald Dunn, Murphy Dunne, Kathleen Freeman, John Candy, James Brown 17:15 Szybcy i wściekły VI - film sensacyjny, USA, 2013, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson, Jordana Brewster 20:00 Saga Zmierzch: Przed świtem - film horror, USA, 2011 22:35 Nowe oblicze Greya - film obyczajowy 00:40 Zbrodnice z pierwszych stron gazet - serial	06:00 Disco Polo Life 07:00 Galileo 11:00 Dziewczyny z drużyny: Światowa konfrontacja. Kiedy największa internetowa gwiazda cheerleadingu, Cheer Goddess, organizuje wirtualne zawody międzynarodowe, Destiny i jej drużyna będą musiały pokonać nie tylko wyrastającą im pod bokiem konkurencję, ale rywalki z całego świata. 13:00 STOP Drogówka 14:00 Jak powstało życie. Miliardy lat przed pojawieniem się człowieka, a nawet miliardy lat przed dinozaurami, Ziemia tętniła życiem! 16:00 Food Factory 17:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy 22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:00 Jaskinia 02:25 Disco Polo Life 03:25 TOP 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Trwam  10:00 Informacje dnia 10:15 Retrospekcja 10:20 Maryja z Nazaretu w Jej Zwiastowaniu 10:40 Polski Punkt Widzenia 11:00 Kropelka radości 12:00 Regina Coeli 12:03 Informacje dnia 12:20 Warto zauważyć... 12:50 Siódmy Sakrament 13:20 Ocalić od zapomnienia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc 14:35 Polskie Kapliczki przydrożne 14:55 Pianistą być! 15:30 Wierzę w Boga 16:00 Informacje dnia 16:10 Daj się odnaleźć! Spotkanie młodych na Górze Słęży 16:30 XXIII Pielgrzymka Młodych z Radiem Maryja na Jasną Górę 21:20 Informacje dnia 21:40 Polski Punkt Widzenia 22:00 PSL 22:55 Święty na każdy dzień 23:00 Głos serca 23:45 Muzyczne chwile 00:00 Słowo życia 00:05 Świat w obrazach

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

niedziela

29 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Klan - telenowela 06:00 Słownik polsko@polski 06:25 Wojsko - polskie.pl - reportaż 06:55 Słowo na niedzielę 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach 08:00 Tydzień 08:30 Zakochaj się w Polsce 09:00 Weterynarze z sercem 09:30 Okrasa tamie przepisy - magazyn kulinarny 09:55 Orle skrzydło - western, prod. USA, 1979, reż. Anthony Harvey 11:55 Między ziemią a niebem 12:00 Regina Coeli 12:15 Między ziemią a niebem 12:50 Program katolicki 13:15 BBC w Jedynce 14:15 Z pamięci - felieton 14:25 Tacy byliśmy SERIAL OBYCZAJOWY  14:55 Jutro należy do nas - serial obyczajowy 17:00 Teleexpress 17:30 Jaka to melodia? 18:30 Zieja - serial 19:30 Wiadomości 20:05 Pogoda 20:15 Zieja - serial 21:00 Dla Ciebie, Mamo - koncert z okazji Dnia Matki - koncert 23:15 Mama w opałach - komedia, prod. USA 00:50 Detroit - film fabularny, prod. USA, 2017, reż. Kathryn Bigelow 03:20 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 04:10 Z pamięci - Ksawery Pruszyński - felieton 04:20 Zakończenie	05:20 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:50 Dla niesłyszanych - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 07:00 Dla niesłyszanych - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 11:00 Smaki świata - magazyn 11:30 Jak przeżyć wszystko jeszcze raz - The best of Krzysztof Krawczyk - widowisko 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko 16:15 Big Music Quiz - teleturniej muzyczny 17:05 Lajk! 17:30 Rodzinka.pl - serial komediowy 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej SERIAL FABULARYZOWANY  18:50 Na sygnale - serial fabularyzowany prod. Polska 20:00 Postaw na milion - teleturniej prod. Polska 21:00 Pogrzebany - dramat, prod. USA, 2010, reż. Rodrigo Cortes, wyk. Ryan Reynolds 22:45 Kino bez granic - Za 5 dolarów - film obyczajowy, prod. USA, 2008, reż. Nigel Cole 00:35 Pitbull. Niebezpieczne kobiety - film sensacyjny, reż. Patryk Vega	05:35 Uwaga - magazyn 05:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 06:55 Nowa Maja w ogrodzie 07:25 Akademia ogrodnika 07:30 Tak smakuje dziękiuję 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Co za tydzień - magazyn 12:00 Jack, pogromca olbrzymów - film przygodowy, USA, 2013, reż. Bryan Singer, wyk. Nicholas Hoult, Eleanor Tomlinson, Ewan McGregor, Stanley Tucci, Eddie Marsan 14:20 Minionki rozrabiają - film komedia, USA, 2013, reż. Pierre Coffin, Chris Renaud, wyk. Steve Carell 16:25 Ślub od pierwszego wejrzenia 17:25 Tak smakuje dziękiuję MAGAZYN  18:00 Totalne remonty Szelałgowskiej - program rozrywkowy 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:30 Kronika Speedway Grand Prix 19:40 Pogoda 19:50 Uwaga - magazyn 20:05 Warcraft: Początek - film przygodowy, Chiny, Kanada, Japonia, USA 22:50 Niezłomny - film wojenny, USA, 2014, reż. Angelina Jolie 01:35 Kuchenne rewolucje 02:30 Uwaga - magazyn 02:45 Noc magii 04:00 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:35 Sezon na misia 3 - Boguś, Elliot oraz ich leśni przyjaciele powracają w nowej przeżabawnej przygodzie, która tym razem rozgrywa się w wielkim cyrku! Gdy kumple Bogusia nie mogą wziąć udziału w mekskiej wyprawie, miś decyduje się wyruszyć na wycieczkę sam. Napotykając na swojej drodze cyrk, Boguś zamienia się miejscami z występującym tam bliźniaczko do niego podobnym grizzly i przejmując jego rolę w przedstawieniu. 10:20 Shrek Trzeci 12:20 Kochaj albo rzuć - Seniorzy obu rodów i ich wnuczka wyruszają do Chicago na zaproszenie Johna Pawlaka. FILM PRZYGODOWY  14:50 Niesamowity Spider-Man - Nastoletni samotnik, Peter, całymi dniami próbuje odkryć sekret ze swojej przeszłości, a także zdobyć serce Slicznej Gwen Stacy. 17:40 Nasz Nowy Dom 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Państwo w Państwie 20:00 Koncert Fundacja Polsat-Jesteśmy dla Dzieci 22:10 Cenny ładunek 00:05 Straszny film 4 02:00 Skęstaśma 04:00 Świat według Kiepskich - serial komediowy	07:00 Ten najpiękniejszy świat. Ewa Bem śpiewa piosenki dla dzieci 08:00 Liturgia prawosławna z cerkwi w Kielcach 09:05 Od ucha do ucha - Teatr dla Dzieci - Pudełko z zabawkami 09:45 Maurice Ravel - Moja Matka Geś - koncert, prod. Wielka Brytania, 2018 10:15 Czeskie śniadanie 11:25 Trzeci punkt widzenia 12:05 Igryszka pamięci - film dokumentalny 13:40 Ostatnia walka Apacza - western, prod. USA, 1954, reż. Robert Aldrich 15:20 Wędrowiec Polski 16:00 Philharmonic Five, Beethoven i sztuka cyfrowa - koncert 17:15 Niedziela z... Adamem Sztabą 18:15 Niedziela z... FILM FABULARNY  20:00 1900: Człowiek legenda - film fabularny, prod. Włochy, 1998 22:55 Scena muzyczna - Kwaśny Deszcz - koncert 23:55 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 00:35 Aż do piekła - dramat, prod. USA, 2016 02:30 Teraz animacje! - Mój dziwny starszy brat - serial animowany 02:40 Teraz animacje! - Pies Schrodingera - film animowany 03:10 Kino nocne - Chaplin - film fabularny 05:15 Podróż z historią - cykl dokumentalny prod. Polska 05:50 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2	06:45 Prawdziwe motywy 10:45 Ace Ventura: Psi detektywy - Detektywy specjalizujący się w odnajdywaniu zaginionych zwierząt poszukuje ukradzionego delfina - maskotki drużyny futbolowej. 12:30 Najpiękniejsze baśnie: Księżniczka na ziarnku grochu - Sebastian, stary i mądry kruk - wie, że wszyscy liczą na to, iż uda mu się rozwiązać tajemnicę ziarnka grochu i uratować starożytnie królestwo Corazon. Tymczasem książę Otto bezskutecznie poszukuje księżniczki swoich marzeń. 13:45 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Kopciuszek 15:15 Piąty element FILM AKCJI  17:35 Ant-Man i Osa - Ant-Man i Osa próbują odkryć tajemnicę przeszłości doktora Hanka Pyma i Hope van Dyne. 20:00 Niedziela z gwiazdami: Momentum 22:00 Więźniowie dzielnicy 23:55 Gorący pościg 01:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Dyżur - program dokumentalny 02:10 Dyżur - serial 02:50 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 03:30 Na jedwabnym szlaku 04:00 Morderstwo 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy	05:05 Szkoła - obyczajowy 06:05 Wiza na miłość: dalsze losy 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 07:30 Farciarz Gilmore - film komedia, USA, 1996, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Christopher McDonald, Julie Bowen, Frances Bay, Carl Weathers, Richard Kiel 09:30 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:40 Mój przyjaciel delfin II: Ocalić Mandy - film przygodowy, USA, 2014, reż. Charles Martin Smith, wyk. Morgan Freeman, Ashley Judd, Harry Connick Jr. 14:50 Nad życie - film obyczajowy, Polska, 2012, reż. Anna Plutecka-Mesjasz, wyk. Michał Żebrowski, Olga Bołądź FILM PRZYGODOWY  16:55 Harry Potter i insygnia śmierci - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2010, reż. David Yates, wyk. Daniel Radcliffe, Emma Watson, Rupert Grint, Alan Rickman 20:00 Szybcy i wściekły VII - film sensacyjny, USA, Japonia, 2015, reż. James Wan, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jason Statham, Michelle Rodriguez, Jordana Brewster, Tyrese Gibson 23:00 Wpadka - film komedia, USA, 2007 01:35 Zbrodnice z pierwszych stron gazet - serial dokumentalny	06:00 Benny Hill 06:45 Zaczarowane pióro 08:45 Ostatni smokobójca W fantastycznym świecie, w którym gdzie magię wypiera technologia, osierocona nastolatka odkrywa, że jej przetrznięciem jest walka ze smokami. 10:55 Galileo 13:00 A.X.L. 15:05 Teren prywatny 17:00 Gwiazdy Kabaretu 18:00 STOP Drogówka 19:00 Galileo 20:00 Wielka Wycieczka - film sensacyjny 21:00 Wilkołak: Bestia wśród nas W świetle księżycy tajemnicze stworzenie terroryzuje wioskę. Młody Daniel stara się przekonać doświadczoną grupę łowców wilkołaków, aby mogli uczestniczyć w ich wyprawie mającej na celu zgładzenie bestii. 23:00 El Chapo: Po-czątek i koniec 00:55 Gordon Ramsay: 24 godziny w piekle 01:55 Anatomia głupoty TV Trwam  12:00 Regina Coeli z Ojcem Świętym Franciszkiem 12:20 Jan Paweł II zawsze wśród nas 13:10 Fatima - miejsce wybrane przez Maryję 13:25 Słowo życia 13:30 Papież Polak do Rodaków 14:25 Święty na każdy dzień 14:30 7 Kościołów Apokalipsy 15:00 Wieś - to też Polska 16:00 Informacje dnia 16:10 Koncert życzeń 16:45 Jej misja trwa 17:00 Zostań Żołnierzem RP 17:20 100 cudownych miejsc na świecie 17:30 Sól Ziemi 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Opowieści z Księgi Cnót 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Święty na każdy dzień 21:00 Apel Jasnogórski

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



poniedziałek

30 maja

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 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 BBC w Jedyńce - Era przyrody - Świadomość 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 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Teatr Telewizji - Lato - spektakl teatralny 22:30 Świat bez fikcji - Współcześni cenzorzy 23:40 Pole rażenia - film 01:30 Mama w opałach - komedia, prod. USA	04:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:30 M jak miłość - serial 06:20 Życie według świętego Jana Pawła II - cykl reportaży 06:55 Familiada - teleturniej 07:20 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial 12:25 Koło fortuny 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Echo serca - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłość i przeznaczenie - serial obyczajowy 18:00 Panorama TELETURNIJ  18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial 21:40 Świadek oskarżenia - serial kryminalny 22:40 Szpiedrzy w Warszawie - serial 23:45 Ikar. Legenda Mietka Kosza - film fabularny, reż. Maciej Pieprzyca, wyk. Barbara Wypych 01:55 O mnie się nie martw - serial komediowy 02:55 Styks - dramat 04:35 Zakończenie	05:15 Uwaga - magazyn 05:30 Nowa Maja w ogrodzie 05:55 Akademia ogrodnika 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga - magazyn 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Wydział pościgowy - film sensacyjny, USA, 1997, reż. Stuart Baird, wyk. Tommy Lee Jones, Wesley Snipes, Robert Downey Jr., Joe Pantoliano, Daniel Roebuck, Kate Nelligan, Tom Wood, Irene Jacob 00:10 Przez Atlantyk 01:15 Co za tydzień - magazyn 01:50 W garniturach - serial, USA 02:40 Uwaga - magazyn 02:55 Noc magii 04:10 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:40 Malanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport, Pogoda 20:05 MEGA HIT - Prometeusz W 2089 archeologowie Elizabeth Shaw i Charlie Holloway odkrywają w Szkocji piktogramy wykonane ponad 35000 lat wcześniej. FILM SENSACYJNY  22:50 Joker Statham jako uzależniony od hazardu ochroniarz pomaga pomóc pobitą przez mafioza przyjaźniokę. Rameke z 1986 roku z Burtem Reynoldsem. Nick Wild, prywatny ochroniarz z Las Vegas, jest uzależniony od hazardu. Pewnego dnia była dziewczyna Holly prosi go o pomoc. 00:50 Mordercy 03:15 Świat według Kiepskich - serial obyczajowy prod. Polska 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Muzyczne poranki 07:40 Wydarzenie aktualne 08:10 Niedziela z... Adamem Sztabą 09:05 Saito - dramat 11:00 Miasto z morza - serial 12:50 Co mówią lekarze - film krótkometrażowy, reż. Michał Wnuk, wyk. Agnieszka Glińska, Dominika Ostafowska, Tomasz Borkowski 13:30 Opus 1 - film animowany, prod. Franca, 2019 13:35 Motofortepian - film animowany, prod. Czechosłowacja, 1984 13:40 Anielskie trąby - film animowany 13:55 Reżyserzy - Ernst Lubitsch 14:55 1900: Człowiek legenda - film fabularny 17:55 Trzeci punkt widzenia 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Północ południe - serial FILM AKCJI  20:00 Kino Mocnych Wrażeń - Labirynt - film akcji, prod. USA, 2013, reż. Denis Villeneuve, wyk. Hugh Jackman, Jake Gyllenhaal, Viola Davis, Maria Bello 22:40 Kronos - Patriotyzm 23:25 Panorama kina polskiego - Eter - dramat, prod. Włochy, Litwa, Polska, Węgry, Ukraina 01:30 Scena muzyczna - Kwaśny Deszcz - koncert 02:35 Bezmiar sprawiedliwości - dramat, reż. Wiesław Saniewski 04:55 Informacje kulturalne 05:30 Afisz kulturalny ekstra 05:50 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2	06:00 Kobra - oddział specjalny 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny Serial sensacyjny opowiadający o walce z przestępczością na ulicach San Francisco. Głównym bohaterem jest sprytny policjant Nash Bridges (Don Johnson), który w raz ze swoim partnerem Joe Dominguez (Cheech Marin) walczy z przestępczością w mieście. 08:00 Prawdziwe motywy 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial SERIAL OBYCZAJOWY  16:00 Prawdziwe motywy - serial obyczajowy 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 20:00 Poniedziałłkowy Hit: Ant-Man i Osa 22:20 Looper - Pętla czasu 00:50 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny 01:30 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 02:25 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska	04:55 Szpital - program obyczajowy 06:50 Zagadki losu 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Tajemnice miłości 17:55 Idealna niania - program rozrywkowy 19:35 Opowieści małżeńskie 20:35 Hotel Paradise - program rozrywkowy FILM SENSACYJNY  21:40 Reich - film sensacyjny, Polska, 2001, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Bogusław Linda, Mirosław Baka, Aleksandra Niespielak, Julia Rzepecka, Krzysztof Pieczyński 23:35 Widmo - film horror, USA, Japonia, Tajlandia, 2008, reż. Masayuki Ochiai, wyk. Joshua Jackson 01:25 Zbrodnie z pierwszych stron gazet - serial dokumentalny, prod. USA 02:30 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Kochane Pieniądze 10:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Oddział wyrzutków II wojna światowa. Skompromitowany, po nieudanej akcji, kapitan Jack Wosick, dostaje szansę na rehabilitację. 23:00 Czerwony skorpion Agent sowieckich sił specjalnych, dostaje misję zinfiltrowania i rozbicia antykomunistycznej opozycji w jednym z afrykańskich krajów podporządkowanych Związкови Radzieckiemu. 01:20 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda 01:50 Śmierć na 1000 sposobów TV Trwam 10:00 Informacje dnia 10:15 Rozmowy niedokończone 11:20 Stan Bezpieczeństwa Państwa 11:30 Przyroda w Obiektywie 11:45 100 cudownych miejsc na świecie 11:55 Święty na każdy dzień 12:00 Regina Coeli 12:03 Informacje dnia 12:20 Mojżesz 13:10 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Strażnicy Piętej Ewangelii 15:25 Don Hoppe 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Sanktuaria polskie 16:30 Zew natury 16:55 Spotkania z lasem 17:05 Świadkowie 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja w w par. pw. Św. Jacka w Ślupsku 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski

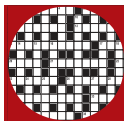
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

wtorek

31 maja

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 obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 Natura w Jedyńce - Zwierzęta - Niedzwiedzie 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 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:25 Magazyn Ekspresu Reporterów - zapowiedź 20:30 Leśniczówka 21:00 Tacy byliśmy 21:40 Magazyn Ekspresu Reporterów 22:45 Ocaleni - reality show 23:50 Magazyn śledczy 00:25 Tomb Raider	05:00 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:35 M jak miłość - serial 06:25 Wieczera Pańska u metodystów - reportaż 06:55 Familiada - teleturniej 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:10 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:45 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 12:30 Koło fortuny 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Echo serca - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłość i przeznaczenie 18:00 Panorama TELETURNIJ  18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial obyczajowy 21:55 Świadek oskarżenia - serial kryminalny 23:00 Szpiedrzy w Warszawie - serial 24:00 Ludzkie historie - Efekt Motylka 01:45 Skazany na bluesa - dramat 03:40 Marsz pingwinów 2: Przygoda na krańcu świata 05:10 Zakończenie	05:45 Uwaga - magazyn 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga - magazyn 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Człowiek na krawędzi - film sensacyjny, USA, 2012, reż. Asger Leth, wyk. Sam Worthington, Elizabeth Banks, Jamie Bell, Anthony Mackie, Edward Burns, Kira Sedgwick 23:45 Kuba Wojewódzki 00:50 Skazana - serial, Polska 01:55 Zabójcza broń - serial, USA 02:45 Uwaga - magazyn prod. Polska 03:00 Noc magii 04:15 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:40 Malanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Dzień niepodległości Obycz z kosmosu przybywają na Ziemię w monstrualnych statkach kosmicznych z zamiarem zniszczenia rodzaju ludzkiego i podboju Ziemi. FILM AKCJI  23:10 Next Cris ukrywa przed światem swój sekret - zdolność widzenia przyszłości na parę minut do przodu. Mając w pamięci koszar badań, jakim poddawany był od dziecka oraz chcąc uniknąć dalszego zainteresowania różnych instytucji medycznych i rządowych, pod zmienionym nazwiskiem mieszka w Las Vegas, gdzie żyjąc z magicznych sztuczek i drobnych wygranych, może wtopić się w tłum. 01:15 Prometeusz 04:00 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy	07:00 Co się dzieje 07:25 Muzyczne poranki 08:05 Informacje kulturalne 08:30 Wędrowiec Polski - cykl reportaży 09:10 Umberto D. - dramat, prod. Włochy, 1952, reż. Vittorio De Sica 11:00 Miasto z morza - serial 12:50 Wiatr w trzcinie - film animowany, prod. Belgia, Szwajcaria, Francja, 2017, reż. Nicolas Liguori, Arnaud Demuyon 13:30 Komedia to nie zabawa. Jiri Menzel - film dokumentalny 15:05 Jak zdobyć pieniądze, kobiety i sławę - film TVP, reż. Janusz Kondratiuk 16:10 Sauna - film obyczajowy 18:00 Co dalej? - program publicystyczny 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Północ południe - serial FILM FABULARNY  20:00 Teatro Lirico di Cagliari - Śpiąca królewna w lesie - film fabularny, prod. Niemcy, 2017 21:45 Do dzieła - magazyn 22:15 Lekkie obcyzaje - Księgarnia z marzeniami - film obyczajowy 00:15 Co dalej? - program publicystyczny 00:50 Młoda Polska - Między nami - film 01:35 Panorama kina polskiego - Eter - dramat, prod. Włochy, Litwa, Polska, Węgry, Ukraina 03:45 Kino nocne - Persona: film, który ocalał Bergmana - film dokumentalny 04:45 Informacje kulturalne 05:10 Teledyski	06:00 Kobra - oddział specjalny 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 08:00 Prawdziwe motywy 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 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 powodem różnych życiowych zawirowań. 16:00 Prawdziwe motywy SERIAL OBYCZAJOWY  18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 20:00 Telekomery Tele Tygodnia 2022 22:00 Wasabi: Hubert zawodowiec 00:00 Dwóch gniewnych ludzi 02:10 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 03:10 Zobacz to! Blok powtórkowy: Na jedwabnym szlaku 03:55 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska	04:55 Szpital - program obyczajowy 05:55 Hotel Paradise 06:50 Zagadki losu 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Tajemnice miłości 17:55 Idealna niania - program rozrywkowy 19:35 Opowieści małżeńskie 20:35 Hotel Paradise - program rozrywkowy FILM SENSACYJNY  21:40 Nico: Ponad prawem - film sensacyjny, prod. USA, 1988, reż. Andrew Davis, wyk. Steven Seagal, Pam Grier, Henry Silva, Daniel Faraldo, Sharon Stone, Nicholas Kusenko 23:40 Zielona mila - film obyczajowy, USA, 1999, reż. Frank Darabont, wyk. Tom Hanks, David Morse, Bonnie Hunt, Michael Clarke Duncan, James Cromwell, Michael Jeter, Graham Greene, Doug Hutchison, Sam Rockwell 03:15 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Kochane Pieniądze 10:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka - magazyn 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 10 minut Ważny mafioso, Rex, zleca skok na bank kilku najlepszych w swym przestępczym fachu speców, wśród których jest kaszlarz Frank. 23:00 Anakondy: Polowanie na Krwawą Orchideę Borneo rośnie niezmiernie rzadki okaz kwiatu - na bazie której wytwarza się serum zapewnijące człowiekowi wieczną młodość. 01:10 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda TV Trwam 12:00 Regina Coeli 12:03 Mojżesz 13:10 Muzyczne chwile 13:25 Słowo życia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc 14:30 Otto Schimek wierny sumieniu 15:40 Spacer po misji w Gahunga 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Jestem mamą 16:25 Tajemnice Watykanu 16:55 100 cudownych miejsc 17:05 Święty na każdy dzień 17:10 Prosto o gospodarce 17:30 Zostań Żołnierzem RP 17:50 Muzyczne chwile 17:55 Poczet Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Ze szkolnej ławki 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Każdy maluch to potrafi 19:45 Modlitwa 20:00 Informacje 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel

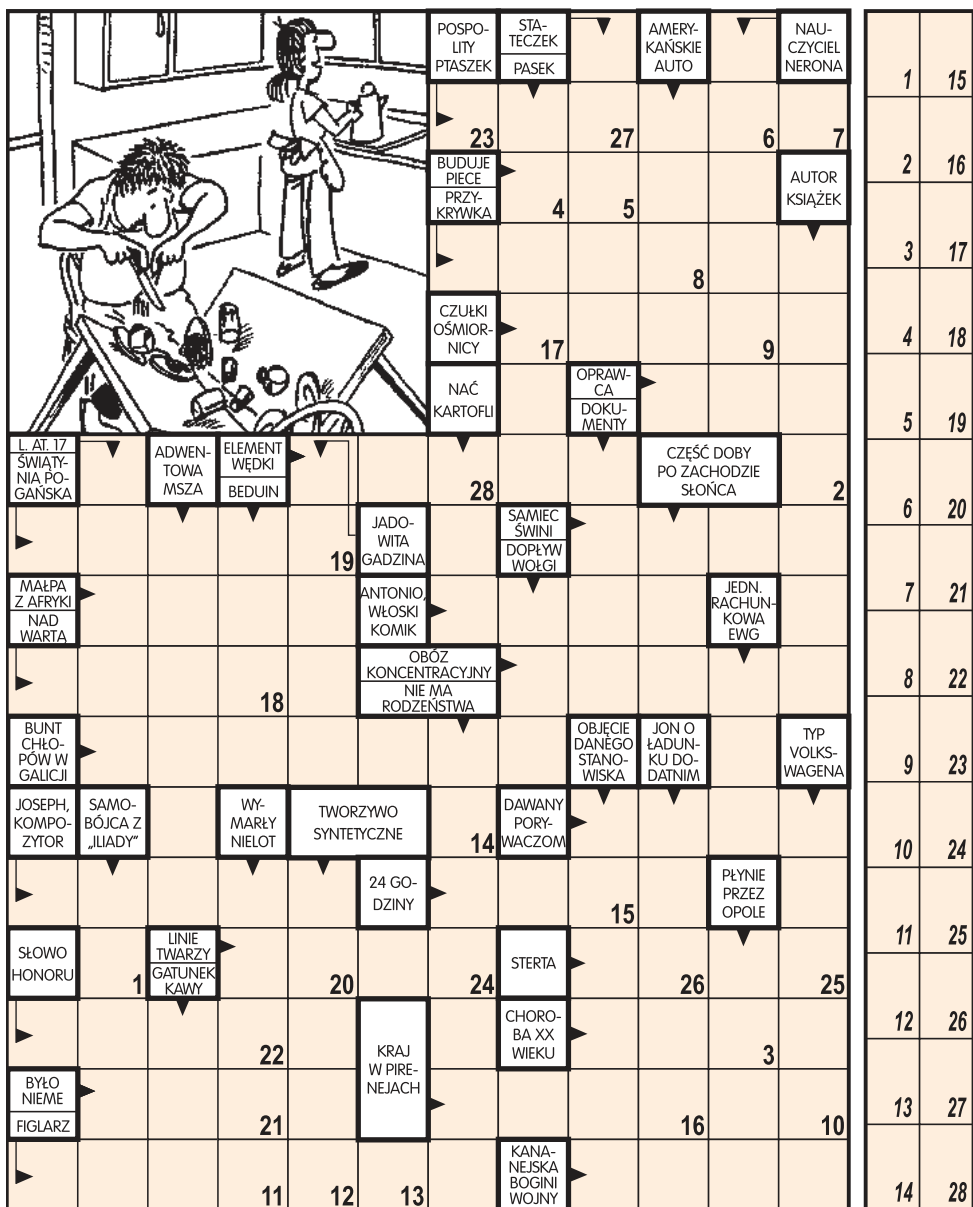
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



ROZRYWKOWE TO i OWO nr 270

Redaguje:
Władysław Firlik

1. POSIŁEK NAJWAŻNIEJSZY

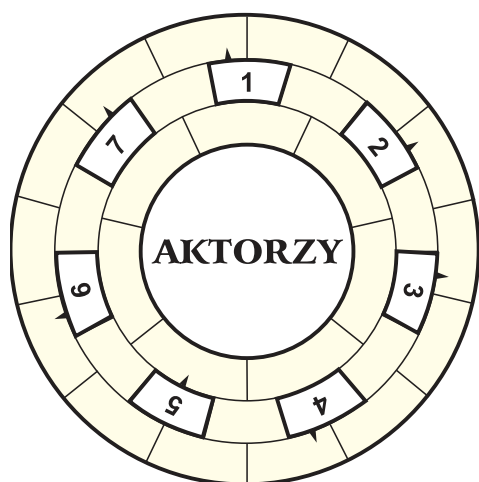


Litery z pól ponumerowanych od 1 do 28 tworzą wypowiedź żony.

4. ANAGRAM

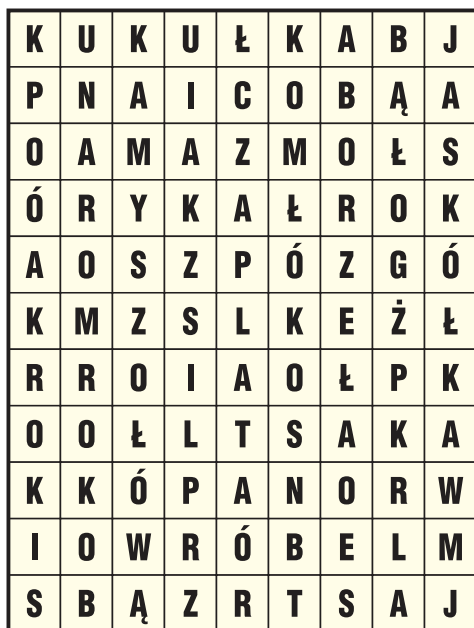
_____/____ naszym zdaniem
król się nie chce liczyć,
rychło _____ wybuchnie.
Nie odejdziem z niczym.

8. WIRÓWKA OBRAZKOWA

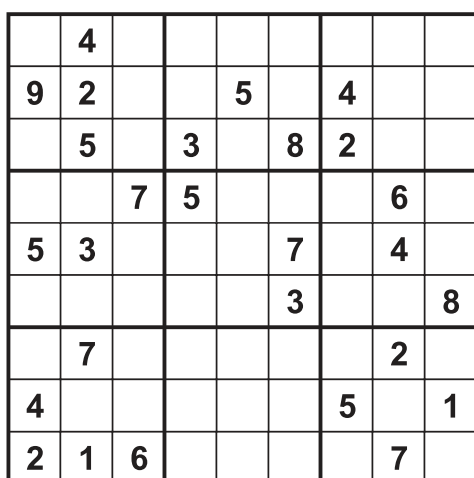


Wpisz do diagramu prawoskrętnie wszystkie nazwy rysunków tak, aby bezbłędnie powstało rozwiązanie tego zadania.

5. WYKREŚŁANKA

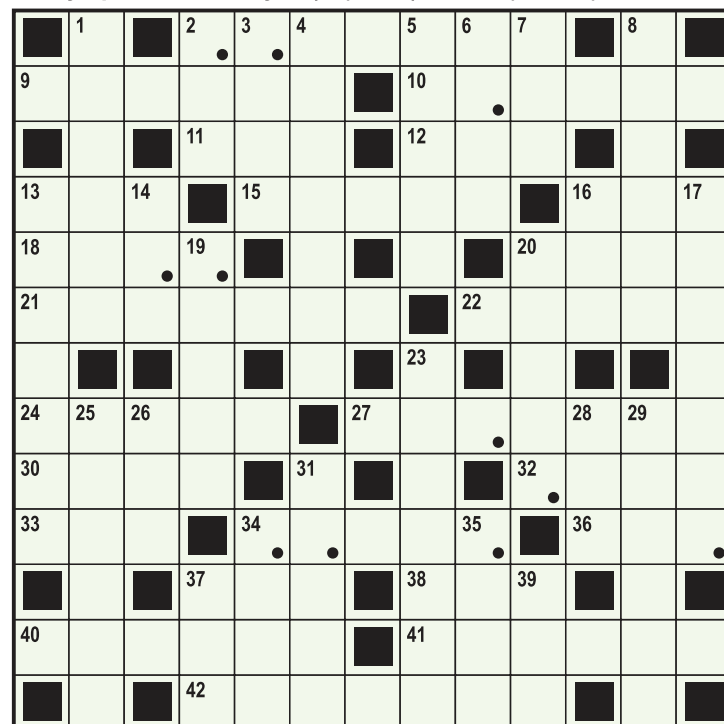


Z diagramu należy wykreślić 14 nazw ptaków poziomo, pionowo (również ukośnie). Nieskreślone litery czytane rzędami, utworzą ostateczne rozwiązanie.



2. KRZYŻÓWKA KLASYCZNA

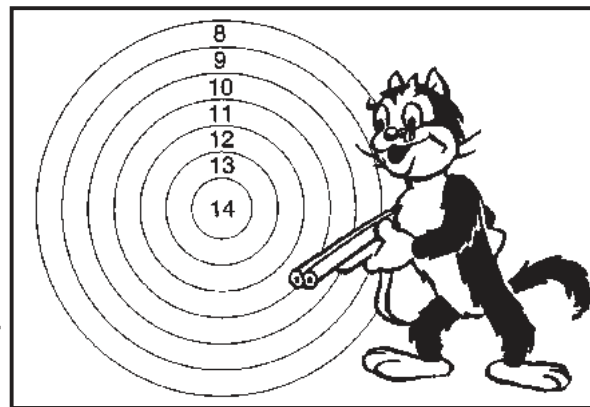
Litery z pól zaznaczonych (rzędami) utworzą rozwiązanie.



ROZRYWKI UMYSŁOWE DLA CAŁEJ RODZINY

3. TARCZA

W które pola tarczy oraz ile razy powinien trafić kot, aby uzyskać równe 100 punktów?



6. SZARADA

Straszna ballada

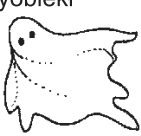
Północ z wież zegar już wybiłał,
gdy na **RAZ-SIÓDMYM-PIĄTYM** smutna
zjawa **PIĘĆ-DWA-TRZY** niczym z płótna
bezsposornie tam się pojawiła.
Widmo, ach!
Budzi strach!

Widziano ducha Julii ponoć,
której w **SZEŚĆ-SIÓDMYM-ÓSMYM**

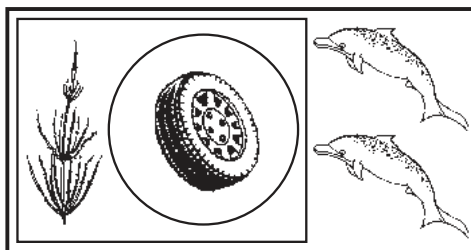
lub Białej Damy postać cudną,
arcytajemną, choć szaloną.
Ducha jęć
budzi lek!

I DRUGI-TRZECI jakiś facet
ferował sąd o duchu w gieźle ..
„**CZWÓR-SZÓSTY-ÓSMY**, ty wytrzeźwiej”
radzono mu by walczył z kacem.
W ciemną noc
strachu moc!

Poeto **CZWÓR-RAZ** te banały:
bo to nie duch się w mgłę przyoblekł
ale suszone niewymowne,
które na sznurze powiewały.
Miał się bać,
idźcie spać!



9. INTRUZ

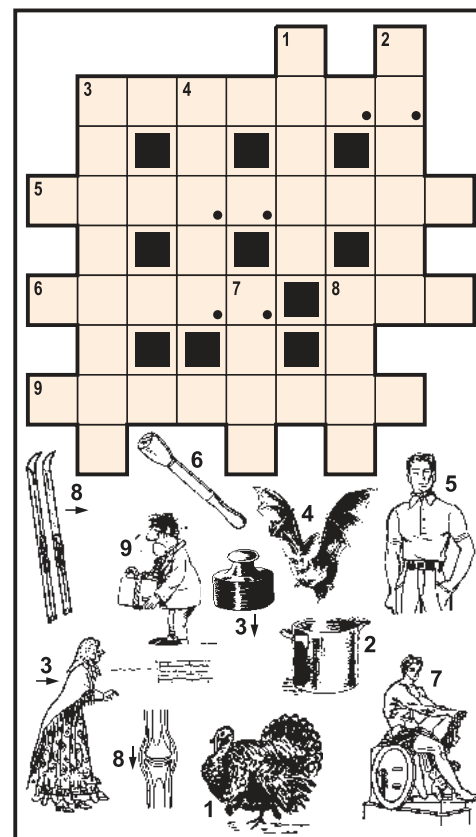


Początkowe litery: S. K. W. K.

11. SUDOKU

◀ W każdym rzędzie, w każdej kolumnie i w każdym małym 9-polowym kwadracie powinno być dziewięć różnych cyfr od 1 do 9.

7. KRZYŻÓWKA



**Litery z pól zaznaczonych czytane kolejno
rzedami, utworzą ostateczne rozwiązanie.**

10. INTRUZ

294	372	405	536
609	780	843	957

Wśród powyższych liczb, jedna z nich z całkowicie uzasadnionych względów nie pasuje do pozostałych. Która z nich jest intruzem?



Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie?

ZGŁOŚ SIĘ DO NAS

Zapewniamy kompleksową obsługę
Pomagamy w uzyskaniu kredytu

784 611 270, 605 325 056

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



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

INTERCARS.COM.PL

ZAWIADOMIENIE WOJEWODY MAZOWIECKIEGO o zapewnieniu możliwości udziału społeczeństwa w trakcie przeprowadzenia ponownej oceny oddziaływania na środowisko przed wydaniem decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej

Działając na podstawie art. 33 ust. 1, w związku z art. 36 oraz 88 ust. 1 pkt 1 i w związku z art. 90 ust. 2 pkt 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2021 r., poz. 247 ze zm.) informuję, że w tutejszym organie toczy się postępowanie w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: „Budowa drogi ekspresowej S7 na odcinku Płońsk – Czosnów, Odcinek III od węzła „Modlin”

(z węzłem) do węzła „Czosnów” (bez węzła) – kilometr inwestycji: od km 234+898,26 do km 334+636,68.

Inwestorem przedsięwzięcia jest Generalny Dyrektor Dróg Krajowych i Autostrad, działający przez pełnomocnika Pana Grzegorza Gzarę.

Organem administracji właściwym do wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej dla przedmiotowej inwestycji jest Wojewoda Mazowiecki, zaś organem właściwym do wydania postanowienia w sprawie uzgodnienia warunków realizacji przedsięwzięcia jest Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Warszawie.

Jednocześnie informuję o możliwości zapoznania się z niezbędną dokumentacją sprawy, możliwości składania uwag i wniosków w formie pisemnej, elektronicznej i ustnej do protokołu, w terminie **od 24 maja 2022 r. do 23 czerwca 2022 r.** w Wydziale Infrastruktury Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego w Warszawie, na pl. Bankowym 3/5, Warszawa, pok. 7 **po wcześniejszym umówieniu się telefonicznym pod nr 22 695-62-19. Osoby nie umówione nie będą obsługiwane.**

Czas przeznaczony na zapoznanie się z aktami wynosi 30 min i nie może zostać przedłużony. W jednym pokoju może przebywać **tylko jedna osoba do danej sprawy.**

Złożone uwagi i wnioski zostaną rozpatrzone przez Regionalnego Dyrektora Ochrony Środowiska w Warszawie przed uzgodnieniem warunków realizacji przedmiotowego przedsięwzięcia.

Zgodnie z art. 35 cytowanej ustawy informuje się, że uwagi i wnioski złożone po upływie terminu, o którym mowa wyżej, pozostawia się bez rozpoznania.

WI-I.7820.1.2.2021.PL1/JB

Data publicznego obwieszczenia: 24 maja 2022 r.



WYNAJMNE GRUNT POD FARMY FOTOWOLTANICZNE

Poszukuje działek pod budowę farm fotowoltaicznych.

- okres dzierżawy: 29 lat,
- czynsz 12 000 za hektar działki,
- słaba klasa bonitacyjna gruntu: IV lub gorsza,
- wielkość działki: minimum 1,5 ha.

ZAPRASZAM DO KONTAKTU.

TEL: 690 694 151

PRACA

dam pracę

- Zatrudnię brkarzy oraz pomocników Oferuję umowę o pracę, dobre zarobki. Mile widziane prawo jazdy 518938622 zebrowski25@vp.pl PUL 52506
- Zatrudnię do pracy w ogrodzie 602 620 169 PUL 52516
- Zatrudnię mechanika, wysokie wynagrodzenie, miejsce pracy NDMaz. 514619487 LEG 52514
- Zatrudnię pracownika ogólnobudowlanego i pomocnika na budowy domów w Wyszkowie i Warszawie Białoleka. Stałe zatrudnienie, zapewniam dojazd lub zakwaterowanie. 505-051-919 iqbudownictwo@wp.pl PUL 52486

szukam pracy

- Sprzątanie domów, wieloletnie doświadczenie 506757853 LEG 52500
- Szukam pracy na działce 698543034 LEG 52528

AUTO-MOTO

sprzedam

- KUPIEKAŻDEAUTOMOTORSKUTER-BUSYNAJLEPSZECENYNYCHMI-STOWYDOBIOŻAŚWIADCZENIADOKASACJIDARMOWAISZYBKAWYCENA 502964469 LEG 52367

Sprzedam 4 koła: felgi stalowe, opony letnie Goodyear 185/60/R15. Rozstaw 4x100. Stan idealny. tel. 606 335 480
LEG 52485

ZDROWIE

przychodnie



- ULTRAMEDICA CENTRUM ZDROWIA KOBIETY
- ginekologia kompleksowo, prowadzenie ciąży USG 3D/4D
- ortopedia 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

- Budowa domów, elewacje, ogrodzenia, wieżby, dobudówki 603458182 PUL 52519
- Glazura solidnie 602670035 NDM 52460
- Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757 LEG 52381
- Mycie i malowanie dachów, elewacji i kostki brukowej, ogrodzeń betonowych 507 567 910 PUL 52418
- Remonty mieszkań. Tanio i solidnie. Tadeusz. 508-074-201 NDM 52286
- Remonty, wykończenia wnętrz, elewacje 667-569-562 NDM 52511
- Usługi dekarские, podbitki, mycie, malowanie elewacji 511385640 PUL 52496
- ogrodnicze
- Wycinka drzew, pielęgnacja ogrodów 667-569-562 NDM 52510
- 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 Świecka
Prowadzenie Ksiąg Rachunkowych, Ksiąg Podatkowych, VAT, ZUS, Reprezentacja w US i ZUS, Wyprowadzenie zaległości podatkowych. tel:227743594, kom:605859559, e-mail:a.swiecka@wp.pl
LEG 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

inne

- Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582 LEG 52403
- Elektryk - złota rączka 515010373 LEG 52499
- Elektryk - złota rączka 515010373 LEG 52498

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam mieszkanie

- L-wo Pisk, ul. Zegrzyńska, M3, parter, 602222431 LEG 52525

sprzedam działkę

- 4ha gmina Zatory 603 458 182 PUL 52518
- Olszewnica Stara około 1000m2, prąd, gaz, wodociąg, 300zł/m2 do negocjacji 501833362 LEG 52495

kupię nieruchomość

- Kupię halę, wiatę 608764383 NDM 52529

poszukuję do wynajęcia



- Młoda, prężnie rozwijana się firma poszukuje gruntów pod farmy fotowoltaiczne. Dzierżawimy grunty na okres do 29 lat z atrakcyjnymi stawkami czynszowymi oscylującymi w granicach 12 000 z jednego hektara gruntu rocznie. Poszukujemy działek spełniających poniższe warunki: - wielkość działki, co najmniej: 1,8 ha. - słaba klasa bonitacyjna gruntu: IV, V, VI - oddalona do 500 m od linii elektroenergetycznej średniego napięcia - brak MPZP (lub MPZP określony pod instalacje odnawialnych źródeł energetycznych) - dojazd utwardzaną drogą - położenie działki poza terenami chronionymi (np. NATURA 2000); Zainteresowanych zapraszam do kontaktu z nr działki oraz nazwą lub numerem obrębu. Zapraszam do kontaktu: Adam Dobrowolski 690694151 adamtadeusz@wp.pl PS_INNA 52524

inne



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

784-611-270, 605-325-056

NDM 52475

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



ROLNICTWO

sprzedam

- Kozy, mleko kozie i zatrudnię dziewczynę do pracy oraz do handlu na targowisku 604 656 872 PUL 52523
- Sprzedam siano w kostkach 602330950 PUL 52517

ZWIERZĘTA

na 4 łapy



- Garstka to roczna, nieduża sunia znaleziona na terenie Otwocka, która trafiła do Nas 17.05.2022. Pełna pozytywnej energii, bardzo Igne do człowieka. Olbrzymi pieszczołach umie chodzić na smyczy. Garstka, choć nieduża, czeka. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52531



- Jerzyk (niewielki) i Inkas (średniej wielkości) to dwóch kumpi znalezionych na terenie Miasta Sochaczew. Psiaki są towarzyskie, a w nieznanym otoczeniu czują się swobodnie i beztrudnie. Kto zgubił tak wesołych i energicznych chłopaków? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52530

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez



- RESTAURACJA LEGIONOWSKA; chrzciny, komunie, stypy, urodziny, uroczyste obiady, romantyczne kolacje, catering. Tel. 505-360-809, www.legionowska.pl
LEG 52047

SPRZĘT IT

MATRYMONIALNE

KOMUNIKATY

RÓŻNE

- Kupię szklarnie do rozbiórki mnożarki, gotówka 515924866 LEG 52390
- Przyjmę bezpłatnie zbędne: ławę, stołki/krzesła, stary rower 516816525 LEG 52515



- Sprzedam duże drewniane rzeźby, kapliczki 601913597 LEG 52513
- Sprzedam piec olejowy 240KW De Dietrich, tel. 602222431 LEG 52527
- Sprzedam stemple budowlane drewniane 60 szt. wys. 2,8m, 602222431 LEG 52526

**FOTO
-TANIO-
VIDEO**

www.foto-legionowo.pl

Otyłość to groźna choroba, która przyjęła skalę prawdziwej epidemii – powiedział podczas kongresu Impact'22 w Poznaniu prof. Paweł Bogdański. Wskazał, że według danych, polskie dzieci należą do najszybciej tyjących w Europie. Pod względem liczby dzieci z nadwagą Polska zajmuje 5 miejsce



Otyłość to groźna choroba, która przyjęła skalę prawdziwej epidemii

– Od ponad 20 lat jako naukowiec, klinicysta zajmuję się otyłością, chorobą, która przyjęła rozmiar bez precedensu w historii ludzkości. Nigdy na świecie tak dużo osób nie chorowało na otyłość; na świecie, w Europie, w Polsce – podkreślił w czwartek podczas kongresu Impact'22 w Poznaniu prof. Paweł Bogdański, prezes Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości, kierownik Katedry i Zakładu Leczenia Otyłości, Zaburzeń Metabolicznych oraz Dietetyki Klinicznej, prodziekan Wydziału Medycznego Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu.

Bogdański zaznaczył, że dramatyczna sytuacja dotyczy szczególnie dzieci i młodzieży. Wskazał, że pod względem liczby dzieci z nadwagą Polska zajmuje 5 miejsce, zaś w Europie jesteśmy niechlubnymi liderami.

– Nasze dzieci tyją najszybciej na naszym kontynencie. Szacuje się, że każdego roku w Polsce będzie przybywać 400 tys. dzieci z nadmierną masą ciała, w tym 80 tys. będzie chorowało na otyłość. Prognozy mówią o tym, że to będzie pierwsze pokolenie, które z powodu otyłości będzie żyło krócej, niż ich rodzice i dziadkowie – zaznaczył.

Specjalista tłumaczył, że otyłość to przewlekła choroba, bez tendencji do samoistnego ustępowania, o niezwykle

złożonej i nie do końca poznanej patogenezie, z licznymi konsekwencjami medycznymi, społecznymi, ekonomicznymi, która zagraża także systemowi opieki zdrowotnej.

– Ja nie znam żadnej innej przewlekłej choroby o tak dużej liczbie potencjalnych chorób i zaburzeń; to ponad 200 pozycji. Otyłość dotyczy każdego układu i narządu w organizmie człowieka. Już teraz z ogromnym niepokojem obserwujemy, że pacjenci chorujący na otyłość ustawiają się w coraz dłuższych kolejkach do wielu różnych specjalistów, którzy tak naprawdę leczą powikłania otyłości. Te kolejki będą się wydłużać, a system będzie się stawał coraz bardziej niewydolny – mówił.

Wskazał, że u kobiety z BMI pow. 35 ryzyko rozwoju cukrzycy typu II wzrasta 90-krotnie. Dodał, że otyłość zwiększa też w dramatyczny sposób ryzyko wystąpienia zespołu bezdechu w czasie snu, a z ponad 11 milionów osób chorujących w naszym kraju na nadciśnienie tętnicze szacuje się, że ponad połowa przypadków to osoby, u których nadciśnienie tętnicze rozwinęło się z powodu nadmiernej masy ciała.

– Otyłość przyspiesza rozwój miażdżycy, przyspiesza starzenie się układu sercowo-naczyniowego, ze wszystkimi tego konsekwencjami;

zwiększonym ryzykiem zawału mięśnia sercowego, udaru mózgu, przedwczesnego zgonu sercowo-naczyniowego. Wiele dramatów moglibyśmy uniknąć gdybyśmy skutecznie potrafili leczyć i kontrolować tę niezwykle poważną chorobę. I w końcu onkologia. Wiele dowodów wskazuje na to, że ponad 20 proc. wszystkich chorób nowotworowych to skutki tylko i wyłącznie nadmiernej masy ciała. Lista chorób nowotworowych, dla których pokazano związek przyczynowo skutkowy jest coraz dłuższa – zaznaczył.

Ekspert mówił, że zagrożenie wynikające z otyłości w dramatyczny sposób obnażyła także pandemia COVID-19. Wskazał, że pacjenci chorujący na otyłość dużo gorzej przechodzili tę chorobę; dużo częściej wymagali hospitalizacji. Podkreślił, że ryzyko konieczności hospitalizacji na oddziale intensywnej opieki medycznej u pacjentów chorujących na otyłość wzrastało o ponad 70 proc., a ryzyko zgonu – o blisko 50 proc.

– Najlepszą polisą na przyszłość – w kontekście pojawiających się zagrożeń epidemiologicznych – jest skuteczne zapobieganie i leczenie otyłości – zaznaczył.

Profesor wskazał także, że – osobą z prawidłową masą ciała ma szansę dożyć 70 rok życia na 80 proc. Te szanse spadają

istotnie przy wzroście wskaznika masy ciała. Przy drugim stopniu otyłości te szanse spadają do 60 proc., a u tych z trzecim stopniem choroby otyłościowej – szanse spadają do 50 proc. – powiedział.

Ekspert zaznaczył, że otyłość to także ogromne nakłady finansowe. Specjalista powołał się na dane, które wskazują, że koszty – bezpośrednio i pośrednio – związane z otyłością są równe tym, które – jak mówił – wydajemy na wszystkie zbrojenia, konflikty zbrojne, terroryzm. Ogromne koszty, które są zagrożeniem ekonomicznym.

– Według danych OECD z 2019 roku, pokazano że w ciągu najbliższych 30 lat Polska przeznaczy ponad 4 proc. PKB na leczenie otyłości i chorób z nią związanych (ok. 0,14 proc. PKB rocznie). Te dane są dużo gorsze niż przeciętne dla krajów Unii Europejskiej. Dane Narodowego Funduszu Zdrowia pokazują w sposób niebudzący wątpliwości, że koszty związane z leczeniem otyłości i chorób z nią związanych dramatycznie będą rosły w naszym kraju. Kolejki do specjalistów będą wydłużać się, a wydatki z tym związane przekroczą możliwości funkcjonowania w sposób sprawny i płynny naszego systemu opieki zdrowotnej. W końcu, według danych OECD, pokazano, że jeśli nic nie zrobimy to do 2050 średnia długość

życia przeciętnego Polaka zmniejszy się o blisko 4 lata – i to drugi najgorszy wynik z 52 badanych krajów, po Meksyku – powiedział.

Profesor zaznaczył, że szansą na uchronienie pacjentów, a co za tym idzie także i całego systemu opieki zdrowotnej, jest konieczność zapoczątkowania konkretnych dyskusji, rozmów na temat rozwiązań systemowych pozwalających na wdrożenie kompleksowego systemu opieki nad pacjentami chorującymi na otyłość, kompleksowego leczenia, które mogłoby uchronić wiele osób chorujących w Polsce na otyłość, a także uchronić tych pacjentów, u których choroba się jeszcze nie rozwinęła.

Ekspert zaznaczył, że – redukcja masy ciała w zakresie 5-10 proc. przekłada się na bardzo wymierne korzyści dla pacjentów chorujących na otyłość. Im większa redukcja masy ciała, tym te korzyści są silniej wyrażone. – Wskazał, że – jednym z kanonów postępowania, zawartych w aktualnie obowiązujących standardach, jest upowszechnienie w naszym kraju funkcjonowania zespołów terapeutycznych, w których lekarz jako kierownik zespołu terapeutycznego współpracując z fizjoterapeutą, psychologiem, dietetykiem, w skuteczny, kompleksowy sposób wykorzystując postęp jaki dokonał się w ostatnim czasie, wykorzystując

możliwości zastosowania nowoczesnych technologii – jest w stanie leczyć pacjentów, którzy zagrożeni są tak ogromną liczbą powikłań, konsekwencji zdrowotnych stanowiących jednocześnie ogromne zagrożenie dla prawidłowego systemu funkcjonowania opieki zdrowotnej.

Dodał jednak, że – kompleksowe wykorzystanie metod niefarmakologicznych, w świetle dostępnych analiz, to redukcja masy ciała średnio 3 do 5 proc. – a to u wielu pacjentów zdecydowanie za mało.

– Zatem u tych chorych, mając pełną świadomość zagrożeń wynikających z nieleczzonej i pozostawionej samej sobie otyłości – jesteśmy jako lekarze zobowiązani do zaproponowania standardów, zaproponowania leków, które pozwalają – tak jak w każdej innej przewlekłej chorobie – w skuteczny sposób kontrolować jej przebieg, osiągać cele terapeutyczne i chronić pacjentów przed ryzykiem rozwoju poważnych konsekwencji i powikłań. I chronić jednocześnie system przed upadkiem, do którego już jest naprawdę bardzo blisko – podkreślił.

Zdaniem specjalisty, sukces, który w tym przypadku – jak mówił – oznacza dłuższe i lepsze życie jest możliwy do osiągnięcia. – Jest możliwy do osiągnięcia jeśli zwiększymy poziom świadomości mieszkańców naszego kraju na temat zagrożeń wynikających z nieleczzonej, nierozpoznanej choroby otyłościowej. Jest możliwy jeśli nauczymy lekarzy w odpowiedni sposób leczyć, obejmować pacjentów kompleksową terapią, upowszechniając dostępność tym zakresie. Jest możliwy jeśli zaczniemy dyskusję na temat zmian systemowych pozwalających na zwiększenie dostępności do skutecznej nowoczesnej terapii, która jest najlepszą inwestycją w przyszłość – powiedział.

Podsumowując profesor zaznaczył, że – Amerykanie politycy, że 1 dolar zainwestowany w profilaktykę leczenia otyłości zwraca się sześcioma dolarami dla systemu – to najlepsza inwestycja zwłaszcza w tych czasach, kiedy każda złotówka jest na miarę złota i powinna być konsekwentnie, rzetelnie, przeliczona – podkreślił.

**PAP - Nauka w Polsce,
Anna Jowska,
fot. Fotolia**

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

Uratuj żywność przed kosztem na śmieci!

Temat marnowania żywności wraca jak bumerang, bo choć świadomość w temacie „zero waste” rośnie, to dzieje się to powoli. Wciąż ponad miliard ton żywności na świecie jest marnowany. Z badań przeprowadzonych na zlecenie Barbora.pl wynika, że najczęściej marnujemy pieczywo, niedojedzone posiłki oraz owoce i warzywa. Jak uratować żywność przed wyrzuceniem do kosza?

Dane Organizacji Narodów Zjednoczonych ds. Żywności i Rolnictwa (FAO) wskazują, że na świecie marnowanych jest 1 mld 300 mln ton żywności nadającej się do spożycia. W Polsce to 5 mln ton rocznie, z czego 60% tej liczby to jedzenie wyrzucane w naszych domach. Informacje te są zatrważające. Zwłaszcza biorąc pod uwagę fakt, że aż 1,6 mln polskich obywateli żyje poniżej poziomu skrajnego ubóstwa.

Internetowy sklep spożywczy Barbora.pl przeprowadził badanie dotyczące marnowania żywności. Ankietowani zostali zapytani o to, jakiego typu resztki pozostają najczęściej u nich w domu i co zazwyczaj się z nimi dzieje. Wyniki pokazały, że najczęściej w gospodarstwach domowych marnujemy chleb (41%) oraz posiłki już przygotowane i zostawione na później, których ostatecznie nie zjadamy (38%). Drugie niechlubne miejsce zajęły warzywa (22%) i owoce (18%), następnie produkty mleczne (13%). Najrzadziej wyrzucamy mięso (9%) i kasze (8%).

Dlaczego marnujemy żywność? Powodów jest wiele: przeoczenie daty ważności, nieprzemyślane i za duże zakupy, zbyt duże ilości

przygotowanych posiłków, nieatrakcyjny wygląd. Najczęstszym zaś jest po prostu zepsucie żywności, która została już zakupiona. Tak wynika z raportu Najwyższej Izby Kontroli opublikowanego w 2021 roku w ramach „Programu racjonalizacji strat i ograniczania marnotrawstwa żywności”.

– Raport NIK podaje, że co piąta osoba robi nieprzemyślane zakupy. Jako sklep spożywczy online promujemy codzienne zakupy wedle rzeczywistego zapotrzebowania. Zależy nam, by kolejni klienci przekonywali się o tym, że codzienna i szybka dostawa świeżych produktów jest możliwa, wygodna i ułatwia życie w duchu zero waste – mówi Agnieszka Śliwka-Stachowiak, kierownik Marketingu i PR Barbora.pl.

Nie wyrzucaj – wykorzystaj

Oto kilka kreatywnych sposobów, które pozwolą uratować żywność przed wyrzuceniem:

1. Jadalny papier – dojrzałe, nie- zbyt apetycznie wyglądające owoce świetnie nadają się do przygotowania miąższu, z którego powstanie jadalny papier, który można wykorzystać jako ciekawą ozdobę lub



słodką przekąskę.

2. Dekoracyjny odświeżacz powietrza – ze skórek z owoców cytrusowych można zrobić

3. potpourri, które ładnie pachnie i stanowi oryginalny element wystroju.

4. Owocowe smoothie – dojrzałe, zblendowane owoce, można zamrozić w kostkarce do lodu, a w upalny dzień wystarczy dodać jogurt lub kefir i przygotować smaczny napój.

5. Lunch z resztek – wpisanie w domowe menu przynajmniej raz w tygodniu lunchu z resztek, to sposób na wykorzystanie jedzenia oraz odkrywanie nieoczywistych połączeń kulinarnych.

Zmiany przyzwyczajeń związanych z marnowaniem żywności leżą w interesie całego społeczeństwa, ale także każdego z nas z osobna. Jedną z podstawowych korzyści jest oszczędność wydatków przeznaczonych na jedzenie. Kupując mniej, a częściej, zaopatrujemy się tylko w to, czego rzeczywiście potrzebujemy. Dzięki temu możemy lepiej zaplanować jadłospis i bardziej skoncentrować się na jego jakości, a posiłki przygotowywane na bieżąco, w odpowiednich ilościach, przekładają się na nasze lepsze samopoczucie. Mniejsza ilość jedzenia w domu to większy porządek w lodówce i szafkach kuchennych,

a co za tym idzie komfort w ich codziennym użytkowaniu.

– To także nasza rola jako sklepów spożywczych, aby oferować naszym klientom dostęp do świeżych produktów z dostawą nawet tego samego dnia, aby nie było konieczności magazynowania dużej ilości żywności w lodówkach czy zamrażarkach – dodaje Agnieszka Śliwka-Stachowiak, kierownik Marketingu i PR, Barbora.pl

W materiale wykorzystano wyniki badania, przeprowadzonego na zlecenie marki Barbora przez Instytut KOG w styczniu 2022 roku, N = 500.

ZRZUTKA DLA UKRAINY

z przeznaczeniem na zakup żywności dla uchodźców
w partnerskim regionie Powiatu Legionowskiego - Rejonie Kosowskim

powiat-legionowski.pl

zakładka SAMORZĄD/Solidarni z Ukrainą

STOWARZYSZENIE
HDK LEGION



POWIAT
LEGIONOWSKI

**PRZED NAMI****KONCERT MUZYKI
KUBAŃSKIEJ**

W czwartek (26 maja) o godz. 19.00 w Sali Widowiskowej Ratusza (ul. Piłsudskiego 41) odbędzie koncert zespołu Roland Abreu & The Cuban Latin Jazz. Bilety w cenie 60 zł do nabycia na stronie www.biletyna.pl

**„KSIĘŻNICZKA
NA ZIARNKU GROCHU”**

W sobotę (28 maja) o godz. 10.00 w Centrum Kultury i Czytelnictwa w Serocku (ul. Pułtowska 35) w ramach cyklu Teatr Młodego Widza, odbędzie się spektakl w wyk. teatru Scena Elfów pt. „Księżniczka na ziarnku grochu”.

Wstęp wolny. Obowiązują zapisy pod nr tel. 22 782 80 70 lub osobiście w CKiCz w Serocku (ul. Pułtowska 35).

AQUA-PLENERY

W sobotę (28 maja) w godz. 10.00-14.00 na plaży w Serocku odbędą się kolejne Aqua-plenery organizowane przez PIK. Tym razem spotkanie odbędzie się na plaży w Serocku. Udział w warsztatach jest bezpłatny.

KSIAŻKA W (O)BIEGU

W sobotę (28 maja) o godz. 11.00 w Atrium Ratusza (ul. Piłsudskiego 41) z okazji 90. rocznicy Pierwszej Polskiej Wyprawy Polarnej odbędą się warsztaty

dla dzieci - tworzenie Wyspy Niedźwiedziej.

**PIOSENKI SZEMRANE
- PROJEKT VOLODIA**

W sobotę (28 maja) godz. 19.00 w Sali Widowiskowej Ratusza (ul. Piłsudskiego 41) odbędzie koncert zespołu Projekt Volodia pn. Piosenki Szemrane. Grzesiuk, Wysoki - folklor lwowski. Bilety w cenie 50 zł do nabycia na stronie www.kupbiletik.pl oraz w kasie MOK w Legionowie (ul. Norwida 10).

MUZYKA TAŃCEM PISANA

W niedzielę (29 maja) o godz. 11.00 w Pocztałni (ul. Kościuszki 8a) w ramach cyklu Muzyka Tańcem Pisana odbędzie się interaktywny koncert dla dzieci od 1 r.ż. Wstęp wolny.

„O PIRACIE BUCIORZE”

W niedzielę (29 maja) o godz. 15.00 w Sali Widowiskowej Ratusza (ul. Piłsudskiego 41) w ramach cyklu Niedzielne Spotkanie z Bajką odbędzie się spektakl pt. „O piracie Buciorze”. Bilety w cenie 16 zł do nabycia w kasie MOK w Legionowie (ul. Norwida 10).

**UŚMIECHNIJ SIĘ, MAMO
- KONCERT**

W niedzielę (29 maja) o godz. 17.00 w kościele pw. św. Antoniego w Woli Kiepińskiej odbędzie się koncert z okazji Dnia Matki pn. Uśmiechnij się, Mamo. Wstęp wolny.

red.

KULTURA**Ostatnia droga Aleksandra Nawrockiego (1940-2022)**

W dniu 9 maja 2022 r. pożegnaliśmy Aleksandra Nawrockiego – poetę, pisarza, tłumacza, wydawcę

Uroczystości pogrzebowe rozpoczęły się w kościele św. Augustyna w Warszawie.

W pożegnalnej mowie, książdz celebrant mówił o zasługach zmarłego, córka Dorota przeczytała ze wzruszeniem ostatni wiersz swojego taty, napisany tuż przed śmiercią. Złożenie urny miało miejsce na Cmentarzu Wojskowym na Powązkach.

Przy urnie zmarłego głos zabrali jego przyjaciele. Pięknym akcentem było wykonanie ulubionej pieśni Aleksandra Nawrockiego w wykonaniu Marcina Molskiego, który z wielkim wzruszeniem wykonał ostatnie życzenie Poety; była to pieśń „Kometa” Jaromira Nohavicy.

Odejście Aleksandra Nawrockiego, to wielka strata nie tylko dla Polski, ale dla całej słowiańskiej przestrzeni literackiej. Był wspaniałym organizatorem i budowniczym mostów literackich między narodami.

Z inspiracji i translatorских zamiłowań Aleksandra Nawrockiego powstała seria wydawnicza „Mosty”, umożliwiająca poetom z wielu krajów (m.in. Ameryki, Anglii, Włoch, Grecji czy Rosji) bliższe poznanie z poetami polskimi.

Od roku 1992 właściciel Wydawnictwa książkowego IBIŚ, a od roku 1998 redaktor

naczelnny Pisma „Poezja dzisiaj”. Wydawał głównie literaturę współczesną: polską i zagraniczną, w tym antologie poetyckie: grecką, hiszpańską, węgierską, fińską, rosyjską, ukraińską.

Autor i wydawca dzieła - „Poezja Polska - Antologia Tysiąclecia”.

Od roku organizator Światowych Dni Poezji pod patronatem UNESCO. Impreza zaczynała się w Warszawie, potem w kraju (od 2006 roku stałym przystankiem była Jabłonna), a zakończenie w Wilnie. Ostatnie spotkanie, z udziałem Aleksandra Nawrockiego, rozpoczynające XXII Światowe Dni Poezji UNESCO odbyło się w pałacu w Jabłonie, w dniu 6 kwietnia b.r., niespełna miesiąc przed śmiercią Poety.

Od 2008 roku organizował Festiwal Poezji Słowiańskiej, również od tego samego roku w Jabłonie. Pracował z wieloma krajami, od Jakucka po Chicago, od Londynu po Australię. Aleksander Nawrocki stworzył poetyckie imperium. Za to wszystko należy mu się tytuł Ambasadora Polskiej Kultury. Za swoją działalność otrzymał prestiżowe nagrody zagraniczne, m.in.: Nagrodę Internetowego Miasta Literatów (USA), Nagrodę Akademii Literatury Słowiańskiej z siedzibą w Bułgarii - za twórczość własną



i promowanie literatury słowiańskiej (2008). Międzynarodową Nagrodę im. Williama Szekspira za twórczość własną - przyznana przez International Biographical Centre at its Headquarters in Cambridge - England (2009).

Otrzymał dwa wysokie państwowe odznaczenia z brylantami od prezydenta Jakucji, najwyższe odznaczenie w dziedzinie kultury - Krzyż

Rycerski - od prezydenta Republiki Węgierskiej, Europejską Nagrodę Trebia, której kapitułę patronował Vaclav Havel, Odznaczenie Akademii Ośmiu Krajów Muzułmańskich z siedzibą w Nowym Jorku, Złoty Pierścień - na wniosek grupy poetów od Wspólnoty Polskiej oraz Złoty Krzyż Zasługi od prezydenta RP.

Cześć Jego Pamięci !!!

Anna Czachorowska

ZAPROSZENIE

POWIATOWA BIBLIOTEKA PUBLICZNA W LEGIONOWIE
zaprasza do udziału w akcji

**książka
w
(o)biegu**

28 V 2022
sobota
godz. 11-14
ratusz w Legionowie

godz. 11.00
90. rocznica Pierwszej Polskiej Wyprawy Polarnej
tworzenie Wyspy Niedźwiedziej - warsztaty dla dzieci

Szczegółowy regulamin na stronie:
www.pik.legionowski.pl

Zapraszamy do puszczenia książek w obieg

patroni: Powiat Legionowski, Miasto Legionowo

organizatorzy: Powiatowa Biblioteka Publiczna w Legionowie, Legionowski Związek Młodzieży, Legionowski Związek Seniorów

partnerzy: Powiatowa Biblioteka Publiczna w Legionowie, Legionowski Związek Młodzieży, Legionowski Związek Seniorów, Księgarnia Jarosław Gaska

**Co powie
RYBA**

**AQUA
-plenery**

sobotnie spotkania malarskie
W DORZECZU TRZECH RZEK od maja do sierpnia 2022 r.

udział w warsztatach bezpłatny
szczegóły: www.pik.legionowski.pl

partnerzy: Powiat Legionowski, Miasto Legionowo, Powiatowy Związek Młodzieży, Powiatowy Związek Seniorów, Powiatowy Związek Kulturalny, Powiatowy Związek Sportowy, Powiatowy Związek Turystyczny, Powiatowy Związek Wychowawczy, Powiatowy Związek Złotych, Powiatowy Związek Żółtych, Powiatowy Związek Czerwonych, Powiatowy Związek Fioletowych, Powiatowy Związek Zielonych, Powiatowy Związek Niebieskich, Powiatowy Związek Szarych, Powiatowy Związek Brązowych, Powiatowy Związek Czarnych, Powiatowy Związek Białych, Powiatowy Związek Fioletowych, Powiatowy Związek Zielonych, Powiatowy Związek Niebieskich, Powiatowy Związek Szarych, Powiatowy Związek Brązowych, Powiatowy Związek Czarnych, Powiatowy Związek Białych

Operacja realizowana w ramach strategii rozwoju lokalnego kierowanego przez społeczność wdrażanej przez LGD Zalew Żegrzyński.



1 CZERWCA 2022 GMINNY DZIEŃ DZIECKA



od 16:00 do 21:00 w Jabłonie
ul. Modlińska 105A
(teren przy kościele)

koncerty,
występy artystów,
gwiazda wieczoru:
Karolina Stanisławczyk
(godz. 20.00)

cheerleaderki
karate, hip-hop,
prezentacja sprzętu
wojskowego
i strażackiego

dmuchany
plac zabaw
i wielka zjeżdżalnia, fotobudka,
gry, zabawy, konkursy, animacje,
warsztaty artystyczne i florystyczne,
kiermasz książek, występy artystów,
aktywności sportowe i wiele innych
atrakcji i niespodzianek

Darmowa gastronomia pod chmurką,
popcorn, wata cukrowa, lody

GMINA JABŁONNA



OSIR
Jabłonna
Ośrodek Sportu i Rekreacji

Gminna Biblioteka Publiczna w Jabłonie



GC GMINNE
CENTRUM
KULTURY
JABŁONNA



POWIATOWA
JABŁONNA LEGIONOWO NIEPOLEĆ SEROCK WIELISZEW
30 lat MAZOWIECKIE
to i owo



LEGIONOWO. Mieszkańcy interweniują ws. pływalni przy Królowej Jadwigi

Żądają uruchomienia BASENU

Władze miasta lekceważą kolejne wystąpienia mieszkańców domagające się uruchomienia pływalni przy ul. Królowej Jadwigi. Zarządzanie basenami przekazano miejskiej spółce KZB, która uważa, że basen jest nierentowny, a 2 takie obiekty w mieście to za dużo

Tylko w ostatnim tygodniu do redakcji wpłynęło kilka próśb i apeli czytelników o podjęcie interwencji i innych działań mających na celu uruchomienie miejskiej pływalni przy ul. Królowej Jadwigi. Oprócz sprawy dogłaszczania zabudowy oraz budowy szeregowców wśród osiedli domów jednorodzinnych, ten temat chyba najbardziej w ostatnim czasie porusza i bulwersuje mieszkańców Legionowa.

Optimalizacja i rzekomy brak zainteresowania

Przypomnijmy. Problemy z pływalnią przy ul. Królowej Jadwigi zaczęły się w marcu 2020 r. tuż po modernizacji za blisko 2,5 mln zł. Wtedy też spółka KZB ogłosiła, że chce wydzierżawić obiekt podmiotowi zewnętrznemu na okres 10 lat. Powodem ogłoszenia przetargu miała być tajemniczo brzmiąca: optymalizacja usług. Później przyszła pandemia koronawirusa i pływalnia została zamknięta. Po zniesieniu obostrzeń epidemicznych w lipcu 2021 r. oraz interwencjach czytelników

wystąpiliśmy z pytaniami do miejskiej spółki KZB w sprawie ponownego otwarcia basenu. Z odpowiedzi KZB wynikało, że otwarcie basenu przy Królowej Jadwigi generowałoby zbyt wysokie koszty. Ponadto nie ma zainteresowania mieszkańców i dlatego nie zostanie on uruchomiony. Poinformowano nas także, iż pływalnia „Wodne Piaski” w pełni zaspokaja wszelkie potrzeby miasta w tej dziedzinie.

Zdaniem mieszkańców

Inne opinie od władz miasta oraz miejskiej spółki KZB mają jednak mieszkańcy.

- „Piszę do Was w sprawie naszych miejskich basenów, przepraszam basenu.

Od dłuższego czasu mieszkańcy Legionowa mają do dyspozycji tylko jeden basen - ten na Piaskach. Sytuacja na tym basenie jak obserwuję od dłuższego czasu jest coraz bardziej niekorzystna dla mieszkańców” - napisał jeden z czytelników.

- „Proszę o interwencję w sprawie zamkniętego od dwóch lat basenu przy 2 LO



w Legionowie” - czytamy w mailu innego mieszkańca.

- „Nawiązując do artykułu o basenie w Legionowie chciałbym zadać pytanie, co dalej z basenem na Królowej Jadwigi. Obecnie w Legionowie otwarty jest tylko jeden basen na Piaskach. Pływają tam głównie osoby, które mają zarezerwowany tor - szkoły i sportowcy”

- pyta redakcję kolejny czytelnik.

Władze lekceważą

Władze miasta oraz spółki KZB zdają się jednak nie uważać problemu. Na początku kwietnia br. radny Artur Pawłowski utworzył w internecie ankietę dla mieszkańców czy chcą aby pływalnia przy ul. Królowej Jadwigi w Legionowie została otwarta. Pod ankietą podpisało się ponad 500 osób. Wszystkie podpisy w ramach interpelacji trafiły do Biura Rady i został przekazane wiceprezydentowi Markowi Pawlakowi. Z odpowiedzi wiceprezydenta wynika, że „uzyskane w drodze wypełnienia internetowej ankiety podpisy zostały złożone przez osoby w dużej części z całą pewnością nie będące mieszkańcami Legionowa (208 osób z 513), a reszta ze względu na brak bliższych danych jest nie do faktycznej identyfikacji. Dlatego zdaniem wiceprezydenta Pawlaka podpisy te nie stanowią dowodu poparcia



Fot. Piotr Zadrozny

mieszkańców Legionowa”.

Sytuacja w „Wodnych Piaskach”

Do redakcji docierają także sygnały, że wielu mieszkańców Legionowa ze względu na złe warunki na pływalni „Wodne Piaski” rezygnuje z basenu w Legionowie i jeżdździ popływać na obiekty w innych miejscowościach: w nowym Dworze Maz., w Stanisławowie Pierwszym albo w Jachrance.

- „Odkąd zamknięto ten basen (przy ul. Królowej Jadwigi - przyp. red.) wszystkie szkoły pływackie przeniosły się do basenu na Piaskach, niemal wszystkie tory

są ciągle zarezerwowane, dla mieszkańców całego Legionowa udostępniono jedynie jeden, tak JEDEN tor, czy to jest fair względem nas którzy zasponsorowali ten obiekt?” - pisze czytelnik.

- „W godzinach popołudniowych do dyspozycji jest jeden tor. Na tym torze „pływa” kilkanaście osób. Rozmawiam z osobami przychodzącymi na ten basen i chętnie by chodzili na basen na Królowej Jadwigi” - wypowiada się inny mieszkaniec.

Miastu się nie opłaca?

Mieszkańcy są również oburzeni stanowiskiem, że miastu nie opłaca się

uruchomienie pływalni, bo pływalnia ta została zbudowana z ich pieniędzy.

- „Słyszałem, że miastu się nie opłaca i obiekt na siebie nie zarabia. A reszta obiektów sportowych przynosi zyski? Zamknijmy, zatem i lodowisko, boiska, tętnię, skatepark, i pozostałe obiekty miejskie, które są finansowane z naszych pieniędzy. Postawmy kolejne sklepy, a najlepiej oddajmy te tereny deweloperom by mogli się wykazać w sztuce upychania szeregowców na mikrodziałkach” - dosadnie komentuje sprawę inny czytelnik.

Wojciech Dobrowolski



ZDROWIE. Żyj lepiej i mądrzej po epidemii Covid-19

#ŻyjDobrze z sanepidem

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Legionowie informuje o kampanii prozdrowotnej, inspirującej Polki i Polaków do wprowadzania zmian na lepsze w swoim życiu po pandemii koronawirusa. Hasło przewodnie kampanii #ŻyjDobrze

Prozdrowotna kampania #ŻyjDobrze została zainicjowana, aby zachęcić kobiety i mężczyzn do wprowadzenia zmian na lepsze w swoim życiu po pandemii koronawirusa.

Celem głównym kampanii jest przypomnienie, że wyborów wpływających na nasze życie dokonujemy każdego dnia. Chcemy uwrażliwić odbiorców naszych treści na potrzebę stałego identyfikowania swoich problemów zdrowotnych i samodzielnego radzenia sobie z wieloma aspektami swojego życia. Uczyć podejmowania dobrych wyborów

i decyzji sprzyjających zdrowiu. Chcemy kształtować zachowania i postawy sprzyjające poprawie zdrowia kompleksowo: w sferze fizycznej, psychicznej czy społecznej.

Wykorzystując powszechne obecnie w tej chwili narzędzie, jakim są media społecznościowe (Facebook, Twitter, www) chcemy, poprzez zaplanowany cykl specjalnie przygotowanych postów i artykułów, zachęcić Polaków do działania, do odbudowy swojego dobrostanu psychicznego i fizycznego.

Kampania kierowana jest do kobiet i mężczyzn, dorosłych

i dzieci, seniorów i młodzieży to właśnie grupy docelowe naszych działań. Przy czym treści dotyczące dzieci będziemy kierować w przekazie do ich rodziców.

Materiały edukacyjne przygotowaliśmy, mając na uwadze pięć obszarów tematycznych, najbardziej istotnych pod kątem odbudowy zdrowia po pandemii:

- Aktywność fizyczna
- Higiena
- Zdrowe żywienie
- Zdrowie psychiczne

Profilaktyka (w tym: regularne badania diagnostyczne

stan zdrowia po COVID-19, sezonowe szczepienia, PSO, mammografia, itp.)

Kampania realizowana będzie w mediach społecznościowych. Podzielona została na 5 tematycznych tygodni. Przez kolejne 7 dni zostaną zaprezentowane treści z jednego obszaru tematycznego, skierowane do różnych grup

odbiorców. Na profilach społecznościowych PSSE w Legionowie FB i TT rano i wieczorem będą publikowane pojedyncze posty. Na koniec tygodnia zostanie zaprezentowany post podsumowujący treści z danego obszaru tematycznego, popularyzowane podczas minionych dni. Jednocześnie co tydzień na

stronie internetowej <https://www.gov.pl/web/psse-legionowo> oraz <https://www.gov.pl/web/wsse-warszawa>, zostanie opublikowany artykuł popularnonaukowy dotyczący każdego obszaru tematycznego. **Kampania potrwa od piątku 20 maja do początku wakacji, do 24 czerwca.**

PSSE Legionowo





PIŁKA RĘCZNA. Osiemnaste zwycięstwo KPR Legionowo

Drugi na mecie

Wyjazdowym zwycięstwem w Legnicy 32-27 16-13) zakończyli piłkarze ręczni KPR Legionowo sezon 2021/2022 w Lidze Centralnej. Była to osiemnasta wygrana podopiecznych trenerskiego duetu Marcin Smolarczyk – Michał Prątnicki, która zapewniła naszym szczypiornistom drugą lokatę na mecie rozgrywek

Niestety z powodów braków licencyjnych (finansowych) nasz zespół nie przystąpi do baraży o PGNiG Superligę z przedostatnią drużyną (Pogonia Szczecin) najwyższej klasy rozgrywkowej w kraju. Może następnym razem?

Mecz ze spadającymi z Ligi Centralnej gospodarzami, nie był dla naszej drużyny tylko smutnym obowiązkiem. Raczej próbą sportowego charakteru. Drużynie zależało na utrzymaniu drugiej lokaty w tabeli, a więc potrzebne jej było zwycięstwo, choć już przed spotkaniem było jasne, że walczy o honorową lokatę, a nie o udział w przysługujących zespołowi barażach.

KPR wywiązał się z tej niewdzięcznej dla sportowców roli - w sposób najlepszy

z możliwych. Grał jak zawsze o zwycięstwo, nie patrząc na niezależne od nich wymogi licencyjne. A że i gospodarze, mimo spadku, chcieli godnie pożegnać się z Ligą Centralną, w Legnicy obył się ciekawy pojedynek. Przez pierwszych dziesięć minut nawet wyrównany (5-5), potem KPR zaczął zdobywać i powiększać swoją przewagę (12-6,14-8), która ostatecznie, po pierwszej połowie, wynosiła trzy bramki (16-13).

W drugiej odsłonie ambitni gospodarze początkowo próbowali odrabiać straty. W 40 minucie było tylko 19-18 dla KPR, a w 50-tej 25-23, ale ostatecznie przewaga zespołu lepszego, bardziej wyrównanego wzrosła do pięciu goli. Brawo!

Siódemka Miedź Huras Legnica – KPR Legionowo 27-32 (13-16)

KPR: Szalkucki, Zacharski-Brzeziński(4), Kasprzak (7), Fąfara (9), Prątnicki (2), Laskowski (3), Ciok(3), Sliwiński (4), Lewandowski, Tylutki, Chabior. Dla gospodarzy najwięcej bramek zdobyli: 10 - Michał Czarnecki, 5 - Dominik Nowosielski, 3 - Kacper Bogudziński.

OD REDAKCJI:

Po raz kolejny legionowska drużyna melduje się w czołówce najlepszych drużyn bezpośredniego zaplecza ekstraklasy. Pod względem sportowym wydaje się, że jest gotowa, by rywalizować z najlepszymi, powrócić do elity, w której już



Nastroje w legnickiej szatni po zwycięstwie

Fot. archiwum klubu

walczyła. Zarząd Klubu nie chce jednak popełnić błędów innych, porywać się, ze względów finansowych – z motyką na słońce. Klub chce mierzyć zamiary na siły, nie robić niczego ponad stan finansowych możliwości. Czy taka strategia spotka się wreszcie z przychylnością potencjalnych, nowych sponsorów?

(jb)

LIGA CENTRALNA 2021/2022

Wynik 26. (ostatniej) kolejki: Siódemka Miedź Legnica – KPR Legionowo 27-32, AZS AWF – Ostrovia 31-28, GKS Żukowo – MKS Wieluń 25-25 (karne: 3-4), Padwa Zamość – Śląsk Wrocław 37-23, Stal – Warmia 27-27 (karne: 2-4), Upstream Przemysł – Nielba Wągrowiec 33-31, Zagłębie Sosnowiec – MKS Grudziądz 36-27.

Ostateczna tabela:

1. Arged Ostrovia Ostrów Wklp.	68(23-3)	803-662
2. KPR Legionowo	55(18-8)	760-668
3. AZS AWF Biała Podlaska	53(17-9)	774-692
4. Budnex Stal Gorzów Wlkp.	48(16-10)	703-697
5. Orlen Upstream Przemysł	44(16-10)	79-786
6. GKS Autoinvest Żukowo	40(12-14)	785-789
7. MKS Padwa Zamość	38(13-13)	731-726
8. Śląsk Wrocław	36(12-14)	726-784
9. MUKS Zagłębie Sosnowiec	34(11-15)	780-808
10. MKS Wieluń	34(12-14)	704-734
11. Warmia Energa Olsztyn	33(11-15)	718-723
12. Nielba Wągrowiec	29(10-16)	770-801
13. Siódemka Miedź Legnica	18(6-20)	714-777
14. MKS Grudziądz	16(5-21)	720-831

(jb)



LEGIONOWSKA PARAOLIMPIADA

Wygrali wszyscy!

20 maja br. na stadionie miejskim, osoby z niepełnosprawnościami zmierzyły swoje siły w Paraolimpiadzie Miasta Legionowo i Powiatu Legionowskiego. Uśmiech i radość, chęć rywalizacji na najlepszym poziomie, potem z dumą noszone i pokazywane z satysfakcją zdobyte medale. To wszystko przy przepięknej pogodzie, w atmosferze fair play

Organizatorzy tej potrzebnej, pozytywnej, integracyjnej imprezy dziękują za pomoc w jej przeprowadzeniu wolontariuszom z II LO oraz Szkoły Milenium oraz zawodnikom klubów z KPR Legionowo, LTS Legionovia.

(red.), Fot. Arena Legionowo





Rogal z kornera Karola Barańskiego ląduje w siatce gości

Fot. fotoMiD



Bartosz Mroczek zdążył się podnieść i strzelił gola

Fot. fotoMiD

PIŁKA NOŻNA. KS Legionovia – GKS Wiekielec 2-1(2-0)

Och, Karol!

Dwudzieste drugie zwycięstwo odniósł legionowski lider trzecioligowy w rozgrywkach sezonu 2021/2022. Podopieczni trenera Michała Piroso pokonali w sobotę na własnym boisku drużynę GKS Wiekielec 2-0, zdobywając dwa gole w pierwszej połowie meczu. Obie bramki ładnej urody, świadczące o umiejętnościach i piłkarskim kunszcie strzelców i ich przytomności umysłu. Autorami tych goli byli Bartosz Mroczek i Karol Barański

Pojedynek z drużyną z Mazur nie należał wbrew pozorom do łatwych. Rywale stale jeszcze wierzą i walczą o utrzymanie statusu trzecioligowca. Przez pierwsze 20 minut w Legionowie trzymali się dzielnie, grając ambitnie,

uważnie w obronie. Potem otrzymali dwa niespodziewane „ciosy”. Najpierw (23’) legionowski skrzydłowy Bartosz Mroczek, przejął na wprost bramki w zasadzie bezpieczną piłkę i wpadł z nią w pole karne. Jeden z obrońców gości,



Karol Barański miał bardzo udany powrót po kontuzji

Fot. fotoMiD

a potem bramkarz przy próbie interwencji omal nie staranował naszego piłkarza. Nawet Bartosz się przewrócił, ale szybko – nie słysząc gwizdka sędziego – się podniósł i wyprzedzając gołkipera gości strzałem do pustej bramki otworzył wynik meczu. Siedem minut później było już 2-0. W roli głównej tym razem rekonwalescent, powracający do zespołu po długiej przerwie spowodowanej kontuzją, 27-letni obrońca Karol Barański. Nasz zespół wykonywał rzut rożny z prawej strony boiska. Po pierwszej mało udanej próbie zakończony kolejnym kornem, sprawy w „swoje ręce” wziął Karol. Swoją lewą nogą zakręcił dochodzącą do bramki futbolówkę tak, że wpadła ona w „długi róg” bramki „za kółkiem” bramkarzowi. Och ty Karol! Gole bite bezpośrednio z rzutów rożnych to rzadkość, to rarytas nie tylko na trzecioligowych boiskach. Brawo!

Potem okazji do oklasków dla naszej drużyny było niewiele. My graliśmy na utrzymanie wyniku, goście nie rezygnowali, próbowali zdobyć kontaktową bramkę. Śmiało czynili to zwłaszcza w drugiej połowie i narażali się na kontry. Z dystansu próbował podwyższyć wynik meczu Bartosz Rynek, w słupek po składanej zespołowej akcji trafił Artur Balicki. Końcówka spotkania odbywała się w strugach ulewnego deszczu i ten deszcz ambitnym gościom przyniósł honorowego gola. Zdobył go, już w doliczonym czasie gry ni to strzałem z dystansu, ni to dośrodkowaniem – Hubert Otręba.

Oto skład Legionovii z tego meczu: Krzywański – Kaczorowski, Bujak, Waszkiewicz, Barański, Sonnenberg (88’ Budek), Rymek (75’ Gołąb), Zaklika, Kozłara (90’ Gibas), Mroczek (90’ Pocięcha), Balicki (75’ Dobrogost).

(jb)



Czwórkowy układ główkowy

Fot. fotoMiD



Pojedynek Bartosza Rymka z Pavlo Liukanchukiem

Fot. fotoMiD

TAK GRAŁA III LIGA (GR.1)

Wyniki 33.kolejki: Legionovia – GKS Wiekielec 2-1, Polonia – Broń 3-0, Ursus- Znicz 3-1, Błonianka – Mamry 3-1, Sokół – Lechia 3-4, Wissa – ŁKS II 0-2, Świt – Legia II 2-1, Jagiellonia II – Pilica 3-1, Unia – Pelikan 1-3. Mecz zaległy: Mamry – Wiekielec 0-1.

1. Legionovia Legionowo	73(22-7-3)	68-34
2. Polonia Warszawa	69(22-3-6)	69-21
3. Świt Nowy Dwór Mazowiecki	54(16-6-9)	52-35
4. Legia II Warszawa	52(15-7-9)	69-44
5. Lechia Tomaszów Mazowiecki	51(15-6-11)	56-40
6. Błonianka Błonie	51(15-6-10)	55-53
7. Ursus Warszawa	48(14-6-11)	48-55
8. Unia Skierniewice	48(14-6-11)	55-49
9. ŁKS II Łódź	45(12-9-10)	50-44
10. Jagiellonia II Białystok	43(13-4-14)	58-54
11. Pelikan Łowicz	42(11-9-11)	54-38
12. Broń Radom	41(12-5-14)	37-51
13. KS Kutno	39(10-9-12)	40-50
14. Pilica Białobrzegi	35(10-5-16)	45-66
15. Mamry Giżycko	33(10-3-18)	31-60
16. Znicz Biała Piska	32(9-5-18)	39-62
17. GKS Wiekielec	30(6-12-13)	32-49
18. Sokół Aleksandrów Łódzki	25(5-10-16)	33-48
19. Wissa Szczuczyn	18(3-9-20)	24-62

W następnej kolejce (28/29 bm.) grają: Pelikan – Polonia, Legia II – Ursus, Pilica – Świt, Lechia – Kutno, Znicz – Sokół, Mamry – Jagiellonia II, Broń – Błonianka, ŁKS II – Unia, Wiekielec – Wissa. Legionovia Legionowo – pauzuje. (jb)

MINISIATKÓWKA. Stanisławów Pierwszy

Mistrzyni Mazowsza!

W dniu 18 bm. w Szkole Podstawowej w Stanisławowie Pierwszym rozegrano Mistrzostwa Mazowsza w minisiatkówce dziewcząt w kategorii „czwórki”, w ramach Mazowieckich Igrzysk Młodzieży Szkolnej. W finałowym turnieju, z udziałem zespołów sześciu szkół, komplet zwycięstw (grano systemem – każdy z każdym) odniosły uczennice Szkoły Podstawowej w Stanisławowie Pierwszym. To pierwszy zespołowy tytuł Mistrzyń Mazowsza w historii Gminy Nieporęt. Brawo!!!

Oto ostateczna klasyfikacja Mistrzostw Mazowsza w minisiatkówce (czwórki) dziewcząt:

1.SP w Stanisławowie Pierwszym 2.SP nr 1 w Mińsku Mazowieckim. 3.SP nr 5 w Ostrołęce 4. SP w Raszynie 5. SP nr 23 w Płocku 6. PSP Skaryszew.

Uroczystego wręczenia pucharów, medali, upominków dla każdej zawodniczki dokonał Maciej Mazur Wójt, Gmi-

ny Nieporęt, Bogusława Tomasiak Przewodnicząca Rady Gminy Nieporęt oraz Joanna Sobczak Dyrektor Szkoły Podstawowej w Stanisławowie Pierwszym.

Szkołę Podstawową w Stanisławowie Pierwszym reprezentowały: **Zuzanna Szymczyk (kapitan) Magdalena Szymańska, Julia Czerwińska, Wiktoria Bartniczak, Wiktoria Szeliga - Kędziora, Hanna Wójcik, Maja Kardas,**

Barbara Skoczek, Wiktoria Frydryszak, Natalia Kucharska oraz nauczyciel wychowania fizycznego **Dariusz Pieśniak.**

Już w dniach 2-5 czerwca br. Mistrzyni Mazowsza będą reprezentowały nasze województwo w finale ogólnopolskim, który odbędzie się w Głucholazach. Powodzenia!

(red)

