RENTGEN CYFROWY w naszym szpitalu

– STR. 5

OPŁATY TARGOWEJ nie będzie

– STR. 6

Za tydzień **kalendarz na 2021**

TYGODNIK LOKALNY

2,80 zł
W TYM 5% VAT

NR 53

PUŁTUSK
GZY
OBRYTE
POKRZYWNICA
ŚWIERCZE
WINNICA
ZATORY

INDEKS 342424
ISSN 1429-6837

29 GRUDNIA 2020

www.pultuszczak.pl

TYGODNIK Pułtuski

CO TYDZIEŃ OD 4 GRUDNIA 1997 ROKU

REKLAMA

INTER CARS
Filia Pułtusk
ul. Wojska Polskiego 52
tel.: 23 691 92 40
fax.: 23 691 92 41
INTERCARS.COM.PL

Uratował tonące dziewczyny

To mogły być tragiczne Święta

CZYTAJ NA STRONIE 6

Uwielbiam ten zawód!

Ciekawy wywiad z florystką

– STR. 19

Czy nasi się zaszczepią?

Poseł Henryk Kowalczyk, zastępca starosty Beata Jóźwiak i trener Cezary Rzepnicki o szczepionce na COVID

– STR. 4

Na wypadek powodzi

Remont śluz zakończony

– STR. 23

Areszt dla zatrzymanego w pościgu

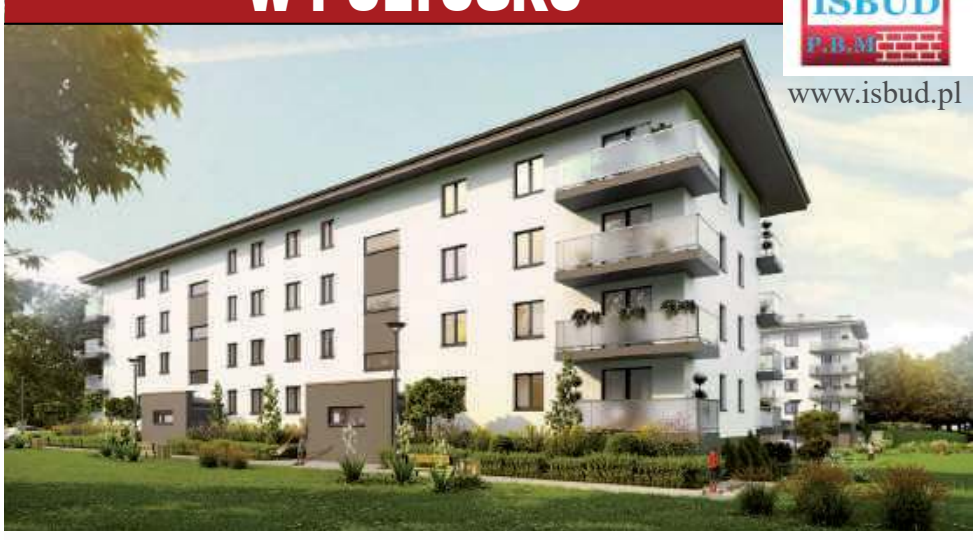
Ciąg dalszy akcji jak z filmu

– STR. 2

REKLAMA

NOWE MIESZKANIA W PUŁTUSKU

ISBUD P.B.M.
www.isbud.pl



Biuro sprzedaży w Pułtusku przy ul. Białowiejskiej 17 C, tel. 23 692 09 75, 601 770 940

9 771429 683204 53

eprasa.pl 7be16a410a

ZATRZYMANY NIETRZEŹWY KIERUJĄCY

Pułtuscy policjanci zatrzymali kierującego pod wpływem alkoholu. W trosce o bezpieczeństwo na drogach naszego powiatu mundurowi stale kontrolują trzeźwość kierujących. Apelujemy o rozsądek i nie wsiadanie za kółko „na podwójnym gazie"

W środę, 23 grudnia, około godziny 15, dzielnicowi z pułtuskiej komendy policji zatrzymali mieszkańca naszego powiatu, który kierował Skodą będąc w stanie nietrzeźwości. Badanie alkomatem wykazało, że 42 - latek miał blisko 2 promile alkoholu w swoim organizmie. Mężczyźnie za kierowanie „na podwójnym gazie" grożą teraz poważne konsekwencje. Za kierowanie pojazdem mechanicznym w stanie nietrzeźwości sąd może orzec karę do 2 lat pozbawienia wolności. Ponadto kierujący musi się liczyć z zakazem prowadzenia pojazdów na okres minimum 3 lat oraz wysoką grzywną.

mł. asp. Anna Kowalczyk, KPP Pułtusk

Odeszli od nas na zawsze

JADWIGA i **BONIFACY KOZŁOWSCY**

Córce IWONIE BŁASZCZYK
i synowi CEZAREMU
oraz ICH RODZINOM
wyrazy serdecznego współczucia

składa
Zygmunt Kozłowski

Pani **ANNIE KOWALSKIEJ**
i SYNOM – **GRZEGORZOWI** i **JACKOWI**
oraz **ICH RODZINOM**
wyrazy serdecznego współczucia
z powodu śmierci

MĘŻA i **OJCA**

składa Zygmunt Kozłowski

REKLAMA

TYGODNIK PUŁTUSKI

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

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

IZBA WYDAWCÓW PRASY

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

Stowarzyszenie Gazet Lokalnych

Areszt dla zatrzymanego w pościgu

Policjanci z Pułtuska zatrzymali 34-latka, który trzykrotnie nie zatrzymał się do kontroli drogowej i spowodował zdarzenie drogowe z policyjnym radiowozem. Kierujący audi, swoją niebezpieczną jazdą, naraził życie dwóch funkcjonariuszy policji. Decyzją pułtuskiego sądu, zatrzymany mieszkaniec Pułtuska został tymczasowo aresztowany na okres trzech miesięcy

Wracamy do sprawy sprzed kilkunastu dni. Scena jak z filmu akcji rozegrała się na ulicach Pułtuska. Funkcjonariusze zatrzymali w policyjnym pościgu dwie osoby podróżujące audi. Kierowca wcześniej dopuszczał się przestępstw. 34-letniemu mieszkańcowi Pułtuska przedstawiono łącznie 6 zarzutów. Trzykrotne niezatrzymanie się do kontroli drogowej oraz czynną napaść na funkcjonariuszy. W trakcie prowadzonych czynności wyszło na jaw, że mężczyzna był podejrzewany również o posiadanie środków psychoaktywnych w postaci amfetaminy oraz kierowanie gróźb karalnych. Podejrzany przyznał się do wszystkich zarzucanych mu czynów. Decyzją pułtuskiego sądu , zatrzymany 34-latek został tymczasowo aresztowany na okres trzech miesięcy.Za wszystkie popełnione czyny, mężczyźnie grozi kara pozbawienia wolności do 10 lat.

mł. asp. Anna Kowalczyk, KPP Pułtusk

Znów nielegalne papierosy

Policjanci zajmujący się przestępstwami gospodarczymi ujawnili wyroby tytoniowe bez polskich znaków akcyzy. Właścicielowi „towaru" grozi odpowiedzialność karna

W miniony poniedziałek, na terenie powiatu pułtuskiego, funkcjonariusze Wydziału Kryminalnego, w toku wykonywania czynności służbowych, ujawnili znaczną ilość papierosów bez polskich znaków akcyzy. Wyroby tytoniowe należały do 59 – letniego mieszkańca powiatu pułtuskiego. Mężczyzna został zatrzymany, a towar zabezpieczony do prowadzonego w tej sprawie postępowania. Za czyn określony w art. 65 KKS, grozi kara pozbawienia wolności do lat 3 oraz wysoka grzywna.

mł. asp. Anna Kowalczyk, KPP Pułtusk

Gdzie te kratki?

Interpelację w sprawie kratek odpływowych na niedawno wyremontowanej ulicy Piotra Skargi, w imieniu mieszkańców, zgłosił radny Adam Maicki

Mieszkający w tej okolicy pułtuszczanie niepokoją się, że na Piotra Skargi zrobiono drogowy bubel, gdyż brakuje regularnie rozmieszczonych kratek ściekowych. Odpowiadając na te wątpliwości, burmistrz Wojciech Gregorczyk wyjaśnił, że kratki kanalizacyjne na tej ulicy są dwie. Jedna została połączona z kanalizacją deszczową na ulicy Świętojańskiej, na wysokości wjazdu do budynku Piotra Skargi 11, a druga od strony ulicy Benedyktyńskiej. Wcześniej kanalizacji deszczowej tam nie było w projekcie. Decyzję o wymianie nawierzchni w Piotra Skargi podjęto już w trackie remontu ulic w starej części miasta. Uzgodniono z wykonawcą, że z powierzchni 900 metrów kw. dwie kratki dadzą radę odprowadzić wody opadowe, zresztą były już większe opady deszczu i takie rozwiązanie się sprawdziło.

ED

Właściwe odprowadzanie wody z ulicy to może prozaiczna, ale bardzo ważna dla pieszych, kierowców i mieszkańców sprawa

DOM POGRZEBOWY Kraszewski
Pułtusk ul. Świętojańska 12
www.kraszewski.info
23 692 2000

13.11.2020 roku,
w wieku 77 lat zmarł
ukochany Tata, Dziadek
i Pradziadek
Ś.P. MARIAN BRONISŁAW WASILEWSKI

14.11.2020 roku,
w wieku 92 lat zmarł
ukochany Mąż, Tata,
Dziadek i Pradziadek
Ś.P. CZESŁAW SYKULSKI

14.11.2020 roku,
w wieku 73 lat zmarł
ukochany Mąż, Tata,
Dziadek i Brat
Ś.P. STANISŁAW KISIEL

15.11.2020 roku,
w wieku 71 alt zmarł
ukochany Mąż, Tata,
Dziadek i Brat
Ś.P. RYSZARD JULIAN PATRYCY

17.11.2020 roku,
w wieku 90 lat zmarła
ukochana Mama, Babcia
i Prababcia
Ś.P. JANINA ZALEWSKA

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

28.11.2020 roku,
w wieku 82 lat zmarł
ukochany Mąż, Tatuś
i Dziadek
Ś.P. JÓZEF BRZOZOWSKI

28.11.2020 roku,
w wieku 82 lat zmarła
ukochana Prababcia,
Babcia, Mama i Żona
Ś.P. SABINA SIEŃKOWSKA

01.12.2020 roku,
w wieku 75 lat zmarł
ukochany Tatuś, Dziadek
i Pradziadek
Ś.P. TADEUSZ SIEŃKOWSKI

REKLAMA

O! WŁOS
PROFESJONALNE KOSMETYKI
AKCESORIA FRYZJERSKIE
tel. 508 479 937
ul. Jana Pawła II 30/U5

DYWANY
WYKŁADZINY
CHODNIKI
23/692 58 49
Kacice 11 A k/Pułtuska

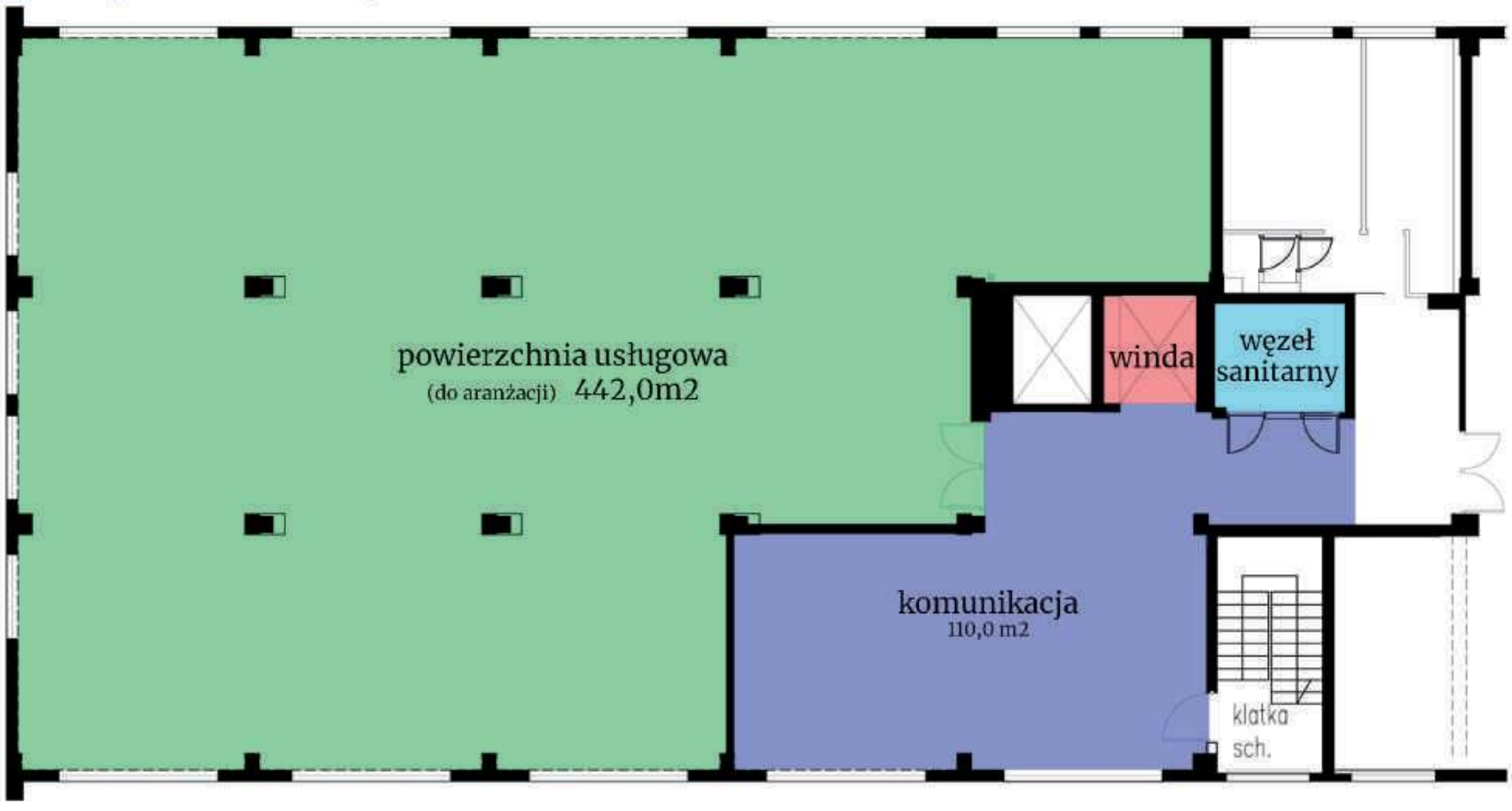
eprasa.pl 7be16a410a

WYNAJEM POWIERZCHNI USŁUGOWYCH

do 1500m2 z możliwością dowolnej aranżacji/podziału

od 12 zł/1m2 (netto)

przykładowy rzut



lokalizacja: **Legionowo, ul.Zegrzyńska 6**

Nowodworskie Centrum Nieruchomości

tel: 509 212 339
e-mail: ncn@ncn.waw.pl

eprasa.pl 7be16a410a

27 GRUDNIA URUCHOMIONO PROGRAM SZCZEPIEŃ PRZECIW COVID-19

W pierwszej kolejności szczepione są osoby z grup priorytetowych. Nieco później, bo od 15 stycznia wszyscy chętni będą mogli umawiać się na konkretny termin szczepienia. Są one darmowe i dwudawkowe. Rezerwować wizytę (e-Rejestracja) będzie można m.in. za pośrednictwem bezpłatnej infolinii 989, poprzez swoje Internetowe Konto Pacjenta (na stronie pacjent.gov.pl), poprzez elektroniczny formularz, który ma być dostępny na stronach związanych z resortem zdrowia lub u lekarza POZ, który prowadzi szczepienia.

Czy zamierzamy się zaszczepić?

Wraz z pojawieniem się szczepionki na COVID-19 i ogłoszeniem Narodowego Programu Szczepień rozgorzała dyskusja na temat celowości oraz bezpieczeństwa szczepionki. Zapytaliśmy więc osoby znane dla lokalnej społeczności, czy zamierzają się zaszczepić

Mariusz Błaszczak, Minister Obrony Narodowej, poseł na Sejm, mieszkaniec Legionowa

Jesienią przeszedłem bez większych niedogodności zakażenie wirusem SARS-COV-2 i chorobę COVID-19, ale ponieważ ochrona, jaką zapewniają przeciwciała, nie jest trwała, z pewnością skorzystam z możliwości szczepienia. Jako ozdrowieniec nie jestem obecnie w grupie podwyższonego ryzyka, aby konieczne było przyjęcie szczepionki w pierwszych dniach czy tygodniach ogólnokrajowej akcji szczepień. W tym czasie powinna ona bowiem trafić do osób najbardziej zagrożonych, czyli seniorów i chorych przewlekle, bo to te właśnie osoby najciężej przechodzą zakażenie wirusem i musimy je zabezpieczyć w pierwszej kolejności. Dlatego zgłoszę się na szczepienie w czasie wskazanym przez specjalistów. Wszystkim Czytelnikom życzę zdrowia i nadziei na lepsze dni. Razem i działając odpowiedzialnie pokonamy pandemię.

Jarosław Chodorski, wójt Gminy Jałonna

Im więcej osób się zaszczepi, tym większe prawdopodobieństwo, że wrócimy w najbliższych latach do normalności sprzed 2020 r. Interdyscyplinarny zespół doradczy ds. COVID-19 przy Prezesie PAN jednoznacznie rekomenduje szczepienia. Zgodnie z opinią specjalistów - wśród nich prof. Krzysztofa Pyrcia, który poza tym, że jest cenionym na świecie wirusologiem jest również naszym Społecznym Konsultantem - zaszczepienie się przeciw COVID-19 pozwoli uniknąć zachorowania bądź spowoduje złagodzenie przejścia choroby. Warto przypomnieć, że zdaniem naukowców, osoby, które łagodnie przechodzą COVID-19 w mniejszym stopniu zakażają innych. W sytuacji, w której się znajdujemy, bardzo ważne jest osiągnięcie odporności zbiorowej i wygaszenie epidemii. Zaufajmy wirusologom, naukowcom, specjalistom. Oczywiście należy śledzić doniesienia dotyczące szczepień, ale pamiętajmy - odporność budujemy nie tylko dla siebie, ale dla naszych bliskich, współpracowników, sąsiadów.

Beata Jóźwiak, zastępca starosty powiatu pułtuskiego

Powiem szczerze, że jeszcze się waham, choć bardziej jestem na tak niż na nie. Zresztą moja rodzina zamierza się zaszczepić, więc pewnie i ja to zrobię. Moje obawy budzi oczywiście fakt, ze szczepionka dopiero co weszła na rynek, w przyspieszonym tempie i być może, u niektórych osób może wywołać powikłania zdrowotne. Muszę więc jeszcze przez chwilę to przemyśleć.

Henryk Kowalczyk, były minister, poseł na Sejm RP, mieszkaniec Winnicy

Oczywiście, że się zaszczepię, choć nie w pierwszej kolejności, bo po przejściu zakażenia COVID - 19 mam przeciwciała. Przekonałem się jednak, na jakie ryzyko jesteśmy narażeni i jak groźne powikłania mogą dotknąć również osób młodych, nie chorujących na nic innego. Szczepionka jest zabezpieczeniem dla nas i osób z naszego otoczenia. Mogą oczywiście rodzić się obawy związane z ewentualnymi powikłaniami po jej przyjęciu, ale tu ryzyko jest wielokrotnie mniejsze niż to związane z rozwojem epidemii.

Jacek Kowalski, burmistrz Nowego Dworu Mazowieckiego

Ostatni rok upłynął nam wszystkim pod znakiem pandemii koronawirusa. Wymusił na nas zachowania, których głównym celem jest odpowiedzialność, przejawiająca się w konieczności zachowania środków ostrożności w kontaktach z innymi. Hasło „Dezynfekcja, Dystans, Maseczki" brzmi w naszych głowach codziennie od wielu miesięcy . Nie będę silił się na wielkie słowa, ale oczywistym jest, że tak szybkie opracowanie szczepionek na SARS-COV2 jest ogromnym osiągnięciem i jedyną szansą na powrót do normalności. W kwestii szczepień wszyscy musimy ponownie wykazać się odpowiedzialnością. Uzyskanie odporności populacyjnej to powinien być dziś dla nas wszystkich priorytet, a jedyną możliwością na jej uzyskanie jest jak najszersze szczepienie. Ja z pewnością to zrobię w momencie, kiedy przyjdzie moja kolej. Teraz pierwszeństwo mają ludzie z grupy ryzyka, czyli osoby po 60-tce, chore i personel medyczny.

Adam Mirosław Krawczak, wójt gminy Leoncin

Będę się szczepił na Covid-19 w kolejności, którą opracowało Ministerstwo Zdrowia w ramach Narodowego Programu Szczepień przeciwko COVID-19. Uważam, że szkodliwość szczepionki będzie mniejsza niż np. jedzenie żywności naszpikowanej chemią.

Cezary Rzepnicki, sportowiec, trener, właściciel pułtuskiego Kubu Sportowego SEMIRAMIDA

Właśnie opuściłem szpital po trzytygodniowym leczeniu z powodu koronawirusa i z pełną odpowiedzialnością oświadczam, że zaszczepię się w pierwszym możliwym terminie, gdyż wiem z czym wiąże się zakażenie, jak się je przechodzi i jakie są powikłania. Nie obawiam się żadnych problemów zdrowotnych po przyjęciu szczepionki, ufam wypowiedziom fachowców, czyli znanych lekarzy i naukowców.

Bogdan Ruszkowski, burmistrz Nasielska

Informacja o opracowaniu szczepionki na Covid-19 wywołała ogromną burzę wśród społeczeństwa spowodowaną całą gamą emocji – od radość i nadziei na to, że uda się wreszcie powstrzymać pandemię, po niepewność a wręcz strach przed jej ewentualnymi skutkami, co jest naturalną ludzką reakcją przed nieznanym. Zapewne dla wielu osób decyzja o tym, aby się zaszczepić będzie decyzją bardzo trudną. Osobiście jestem za tym, żeby ludzie się szczepili i jeśli tylko będę miał możliwość także to zrobię. Dotychczasowe zalecenia – maseczki, dystans społeczny, dezynfekcja, ograniczenie kontaktów – nie są wystarczające, aby uporać się z wirusem, który jak wiemy, mutuje i nie daje za wygraną. Jeśli chcemy skutecznie zwalczyć Covid-19 musimy opierać się na nauce, a nie domysłach czy środkach zapobiegawczych. Ograniczenia, które obecnie obowiązują są tylko doraźnym rozwiązaniem, które nie doprowadzi do tego, że wirus całkowicie zniknie. Niestety ich skutki już są odczuwalne w postaci pogłębiającego się bezrobocia czy przestoju w inwestycjach. Jeśli chcemy wrócić do „normalności" musimy zaufać medycynie.

Sylwester Sokolnicki, starosta legionowski, wieloletni burmistrz Serocka

Oczywiście poddam się szczepieniu na COVID-19, jak tylko będzie to możliwe. Są dziedziny życia, w których szczególnie należy się opierać na wiedzy naukowej i fachowej. Lekarze, naukowcy, specjaliści zakaźnicy twierdzą, że szczepionka jest bezpieczna. Zresztą o tym, czy można ją podać zawsze decyduje lekarz po zbadaniu pacjenta. Jednocześnie jak dotąd nie znamy innej, skutecznej metody, by ochronić się przed wirusami, również Sars-COV-2. Nie mam więc wątpliwości, że szczepienia to jedyna droga, byśmy jako społeczeństwo zyskali odporność na tego koronawirusa. Dopóki jednak nie możemy się im poddać, pamiętajmy o zasadzie DDM, czyli dystans, dezynfekcja i maseczka.

eprasa.pl 7be16a410a

PODZIĘKOWANIA

Trzeba życzliwości i dobroci, aby pomagać.
Trzeba wielkości ducha, aby pomagać bezinteresownie.
Trzeba odwagi, aby nie zważając na przeszkody,
wytrwale i do końca wyciągać przyjazną dłoń." J.P. II

p. o. Dyrektora Publicznej Szkoły Podstawowej w Płocochowie
im. bł. Jana Pawła II w Płocochowie
składa serdeczne podziękowania Rodzicom uczniów Oddziału Przedszkolnego
za bezinteresowną pomoc i ogromne zaangażowanie, wielki dar serca
i wykonanie wszystkich prac remontowych w naszym Oddziale, a szczególnie Panom:
Marcinowi Groszkowskiemu, Przemysławowi Musińskiemu,
Piotrowi Szczudłowskiemu, Claudiu Mariuta, a także Rafałowi Nowosielskiemu.

Dziękujemy również za zaangażowanie podczas prac porządkowych
po wykonanym remoncie Paniom: Małgorzacie Szpilkiewicz, Beacie Matusiak,
Marzenie Łaszczych, Marcie Borczyńskiej oraz Ewie Chimkowskiej.

Składamy również serdeczne podziękowania
Państwu Monice i Tomaszowi Czarneckim za zakup i montaż rolet.
Państwu Sylwii i Łukaszowi Księżyk, Katarzynie i Tomaszowi Olender,
Żanecie i Mateuszowi Krawczyk
dziękujemy za doposażenie sali w zabawki dla dzieci.

Jest na świecie tyle rzeczy, za które nie można zapłacić żadnymi pieniędzmi,
tylko radością, pamięcią i słowem
DZIĘKUJĘ !!!!

Z poważaniem Teresa Piotrowska p. o. Dyrektora PSP w Płocochowie

Rozbudowują wodociąg

Zakład Budżetowy zakończył pierwszy etap rozbudowy wodociągu w Winnicy na ul. Warszawskiej. Wykonano 200 m wodociągu za kwotę 15.000 zł. **red.**

Nowy rentgen już działa

Nowoczesny cyfrowy aparat RTG dotarł do naszego szpitala i już jest w codziennym użytku, służy naszym pacjentom. Wartość sprzętu wynosi ok. 370 tysięcy PLN. Dużym atutem urządzenia jest bieżący dostęp do obrazu za pośrednictwem przeglądarki internetowej. Możliwość uchwycenia większej części ciała, niż obszar detektora. Lekarz będzie mógł uzyskać np. obraz całego kręgosłupa pacjenta. Zapewnia nie tylko wysoką jakość obrazu, ale także większe bezpieczeństwo pacjenta podczas badania (redukuje dawkę promieniowania).

red.

Fundusze Europejskie Wiedza Edukacja Rozwój | Rzeczpospolita Polska | Unia Europejska Europejski Fundusz Społeczny

Dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Pułtusku zaprasza do udziału w projekcie

Projekt adresowany jest do:

➢ osób:
- zamieszkałych na terenie powiatu pułtuskiego zarejestrowanych jako osoby bezrobotne, w Powiatowym Urzędzie Pracy w Pułtusku,
- w wieku 18 - 29 lat (nie ukończone 30 lat), w tym:
  - ✓ nie uczestniczących w kształceniu i szkoleniu (tzw. młodzież NEET),
  - ✓ długotrwale bezrobotnych (osób pozostających bez pracy nieprzerwanie przez okres ponad 12 miesięcy od ostatniej rejestracji w Powiatowym Urzędzie Pracy w Pułtusku),
  - ✓ o niskich kwalifikacjach (osób z wykształceniem średnim lub niższym),
  - ✓ z niepełnosprawnościami,
  - ✓ nie kwalifikujących się do ww. grup.

Proponowane formy wsparcia:

✓ poradnictwo zawodowe,
✓ pośrednictwo pracy,
✓ staże,
✓ prace interwencyjne,
✓ szkolenia,
✓ bony na zasiedlenie,
✓ wyposażenie lub doposażenie stanowisk pracy,
✓ przyznanie jednorazowo środków na podjęcie działalności gospodarczej.

Projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój
w ramach Osi Priorytetowej I: Osoby młode na rynku pracy
Działanie 1.1 Wsparcie osób młodych, pozostających bez pracy na regionalnym rynku pracy – projekty pozakonkursowe Poddziałanie 1.1.1
Wsparcie udzielone z Europejskiego Funduszu Społecznego

Gwarancje dla młodzieży

Kontakt: Powiatowy Urząd Pracy w Pułtusku
ul. Nowy Rynek 3; 06-100 Pułtusk
tel. 23-692-68-55, 23-692-09-88, 23-692-58-31
e-mail: sekretariat@pultusk.praca.gov.pl
Strona internetowa: www.pultusk.praca.gov.pl
Adres portalu: www.mapadotacji.gov.pl

URZĄD PRACY

NIE ZAPOMNIJ!

Jeśli czekasz na mieszkanie od gminy

Burmistrz Miasta Pułtusk informuje, że zgodnie z uchwałą Rady Miejskiej w Pułtusku z dnia 14 czerwca 2018, w sprawie zasad wynajmowania lokali wchodzących w skład mieszkaniowego zasobu Gminy Pułtusk, termin składania wniosków o najem lokali mieszkalnych upływa **31 grudnia każdego roku**.

Jednocześnie osoby umieszczone na liście osób uprawnionych do przydziału lokalu oraz w rejestrze zamian, są zobowiązane do złożenia zaświadczeń o dochodach za okres ostatnich trzech miesięcy **do 31 stycznia każdego roku**. Niezłożenie zaświadczeń w tym terminie spowoduje skreślenie z listy osób uprawnionych do przydziału lokalu oraz z rejestru zamian, dlatego warto pamiętać o tych terminach. **red.**

eprasa.pl 7be16a410a

KRONIKA STRAŻACKA

21 grudnia

Jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 ratowników) pomógł Policji w ewakuacji dzieci oraz personelu z niepublicznego przedszkola im. Świętej Rodziny w Pułtusku na ul. Kościuszki, gdzie istniało zagrożenie związane z podłożeniem ładunku wybuchowego. Policja sprawdziła pomieszczenia przedszkola oraz plac zabaw - zagrożenia nie stwierdzono. Dzieci wraz z personelem powróciły do dalszych zajęć.

Jeden zastęp z OSP Głodowo (2 ratowników), na prośbę pracowników MOPS w Pułtusku, zrobił zakupy i dostarczył je kobiecie zarażonej koronawirusem.

Jeden zastęp z OSP Świercze (6 strażaków) ugasił pożar suchej trawy i gałęzi w Świerczach, na ul. Wrzosowej.

Trzy zastępy z JRG Pułtusk (8 strażaków) zadysponowano do alarmu pożarowego w galerii VENDO PARK w Pułtusku, przy ul. Nowy Rynek. Administrator obiektu, wraz z KDR ustalił z centrali pożarowej, że czujka która weszła w stan alarmu, znajdowała się w publicznej toalecie. Ratownicy dokonali dokładnego przeszukania pomieszczeń toalety, nie stwierdzając zagrożenia pożarowego.

22 grudnia

Dwa zastępy z JRG Pułtusk (8 ratowników) zadysponowano na ul. 13 Pułku Piechoty w Pułtusku, do starszego mężczyzny, który zasłabł i dostał krwotoku z ust. Dyżury PRM poinformował o braku wolnych zespołów ZRM. Strażacy na miejscu zastali patrol policji, członków rodziny oraz starszego mężczyznę bez funkcji życiowych. Ratownicy przystąpili do resuscytacji krążeniowo-oddechowej, która prowadzono do czasu przybycia pogotowia. Przybyły ZRM po przeprowadzeniu badań EKG, odstąpił od dalszej resuscytacji mężczyzny.

24 grudnia

Jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 ratowników) zadysponowano do otwarcia drzwi do mieszkania w budynku wielorodzinnym przy ul. 17 Stycznia w Pułtusku. W środku znajdowała się starsza kobieta, która się przewróciła i nie mogła otworzyć drzwi rodzinie. Strażacy, po przybyciu na miejsce, zastali otwarte drzwi do mieszkania przez członków rodziny oraz starszą kobietę, która była przytomna i nie wymagała udzielenia pomocy medycznej.

25 grudnia

Jeden zastęp z JRG (4 strażaków) oraz zastęp z OSP Gzy (5 ratowników) ugasiły pożar sadzy w przewodzie kominowym w budynku jednorodzinnym , w miejscowości Żebry - Falbogi gm. Gzy.

Jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 strażaków) ugasił pożar opon przed budynkiem wielorodzinnym w miejscowości Gładczyn, gm. Zatory.

26 grudnia

Dwa zastępy z JRG Pułtusk (8 ratowników) zadysponowano do kobiety bez funkcji życiowych, na al. Wojska Polskiego w Pułtusku. Brak wolnych ZRM. Ratownicy wraz z przybyłym wkrótce ZRM udzielili kobiecie pomocy oraz sprawdzili mieszkanie detektorem wielogazowym na obecność substancji niebezpiecznych - nie stwierdzając zagrożenia. ZRM, po przeprowadzeniu badań EKG, odstąpił od dalszej resuscytacji kobiety.

27 grudnia

Dwa zastępy z JRG Pułtusk (8 ratowników) usunęli skutki wypadku samochodu osobowego z samochodem ciężarowym, w Pułtusku, na al. Wojska Polskiego. W zdarzeniu ranna została jedna osoba, którą ZRM zabrał do szpitala. Przypuszczalną przyczyna zdarzenia było wymuszenie pierwszeństwa.

Jeden zastęp z OSP Świercze (6 ratowników) zadysponowano do pomocy policji w otwarciu drzwi do budynku jednorodzinnego w miejscowości Strzegocin, gm. Świercze.

Jeden zastęp z JRG (4 strażaków) ugasił pożar śmieci w budynku po byłej jednostce wojskowej w Pułtusku przy al. Wojska Polskiego.

KP PSP

Uratował tonące dziewczyny

Zgodnie z komunikatem przekazanym zez Komendę Powiatową Straży Pożarnej, 25 grudnia, czyli w pierwszy dzień Świąt, dwa zastępy z JRG Pułtusk (8 ratowników) zadysponowano do miejscowości Gnojno w gminie Pułtusk, gdzie dwie kobiety wpadły do zbiornika wodnego po żwirowni

Dyżurny poinformował o zdarzeniu mł.asp Mieczysława Kaczmarczyka - funkcjonariusza tut. Komendy w Pułtusku, mieszkającego w miejscowości Gnojno, ok. 300 m od miejsca zdarzenia. Mieczysław Kaczmarczyk jest jednocześnie członkiem miejscowej OSP.

Strażak udał się na miejsce zdarzenia prywatnym samochodem. Zastał tam dwie dziewczyny, które spadły z betonowego wysokiego nabrzeża wyrobiska pożwirowego na rzece Narew i znajdowały się w wodzie. Jedną z nich za rękę, już ostatkiem sił, trzymało dwóch mężczyzn - znajomych dziewczyn - którzy jednak nie mogli wyciągnąć jej z wody. Druga z dziewczyn znajdowała się w zbiorniku żwirowni i trzymała się wystającego z wody drutu zbrojeniowego. Mł.asp Mieczysław Kaczmarczyk pomógł mężczyznom wyciągnąć pierwszą z dziewczyn na brzeg, a następnie, wyposażony w linkę gospodarczą, rzucił ją pozostającej w wodzie. Przy pomocy linki przyciągnął ją i wydostał na brzeg.

Na miejsce przybyły zastępy z JRG i policja. Ratownicy udzielili poszkodowanym pierwszej pomocy. Dziewczyny, poza wychłodzeniem, nie doznały żadnych obrażeń. Miały dużo szczęścia, choć na pewno to co się stało zapamiętają do końca życia. Jak to dobrze, że w okolicy mieszkał strażak, którego profesjonalizm i zdecydowane działania zapobiegły ogromnej tragedii.

red.

mł.asp Mieczysław Kaczmarczyk

Mają serce dla zwierzaków

Przyłączamy sie do podziękowań wszystkim darczyńcom

Urząd Miejski w Pułtusku składa serdeczne podziękowania dzieciom, ich rodzicom i pracownikom Przedszkola Miejskiego Nr 3 w Zespole Szkół Nr 2 z Oddziałami Integracyjnymi w Pułtusku oraz Niepublicznego Przedszkola „Miniland" za przeprowadzenie zbiórki karmy i innych niezbędnych akcesoriów na rzecz bezpańskich piesków przebywających pod opieką Straży Miejskiej w Pułtusku.

Za zorganizowanie takiej zbiórki dziękujemy również uczniom, ich rodzicom i pracownikom Publicznej Szkoły Podstawowej Nr 1 im. Klaudyny Potockiej. Takie akcje uczą nasze dzieci empatii w stosunku do biednych, porzuconych istot, które w niczym nie zawiniły. Przy tej okazji, po raz kolejny ogromne wyrazy uznania dla naszych strażników miejskich z sercem na dłoni, opiekujących się bezpańskimi czworonogami na co dzień i szukających im nowych domów

red.

Nie będzie opłaty targowej

Jak informuje Referat Gospodarki Komunalnej, Rolnictwa i Ochrony Środowiska w Urzędzie Miejskim, W związku z ustawą z dnia 9 grudnia 2020 r. o zmianie ustawy o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19, w okresie od 1 stycznia 2021 r. do 31 grudnia 2021 r. **nie będzie pobierana opłata targowa od handlujących na targowiskach** . Zwolnione z tej opłaty są osoby fizyczne, osoby prawne oraz jednostki organizacyjne nieposiadające osobowości prawnej, dokonujące sprzedaży na targowiskach gminnych.

red.

eprasa.pl 7be16a410a

PAŁAC W JABŁONNIE
#poczujnaszahistorie

WYSTRZAŁOWY PAKIET SYLWESTROWY DLA PRZYJACIÓŁ

99 zł/os

Żeberka w sosie peri peri lub BBQ
Wrapy z humusem i avocado
Stripsy z kurczaka z sosem salsa
Szaszłyki wegańskie z tofu
i sezonowanymi warzywami
Sałatka hawajska z wędzonym kurczakiem
i grzankami
Bruschetta z suszonym pomidorem
i mozzarellą

Zamów: +48 883 324 344, info@palacjablonna.pan.pl,
lub on-line na: www.restauracja.palacjablonna.pl

*Zamówienia przyjmujemy do 29.12.20 do godz. 17.00;
Realizacja: 30 grudnia odbiór osobisty i dostawa (10.00-18.00);
31 grudnia tylko odbiór osobisty i tylko płatność kartą

eprasa.pl 7be16a410a

Cieszmy się nim, bądźmy pełni wiary i optymizmu. A przede wszystkim postawmy na zgodę, wyrozumiałość i miłość. Bo tylko one mogą zapewnić naszemu krajowi i nam samym pomyślność

JADWIGA WOŁYNIK
j.wolynik@tio.com.pl

Witamy Nowy Rok!

Jestem optymistką! Zawsze szukam jasnej strony rzeczywistości. Także teraz, odrzucając ponure przepowiednie, szukam dobrych wieści, które pozwalają żyć bez lęku, patrzeć w przyszłość i cieszyć się tym, że żyję tu gdzie żyję. Nie muszę szukać lepszego miejsca na ziemi, tu mam wszystko czego mi potrzeba. Mam dom, rodzinę, przyjaciół. Mówię w ojczystym języku, a nad głową mam własne, jasne niebo.

Wielu z nas drży z niepewności, szuka w chaosie sprzecznych informacji strzępków nadziei, radości i spokoju.

Mimo, że od wielu miesięcy jesteśmy bombardowani zapowiedziami klęsk i nieszczęść, jakie ponoć czekają ludzkość, to ja absolutnie w to wszystko nie wierzę. Mój wrodzony optymizm każe mi się cieszyć życiem i robić dobrze swoje, myśleć pozytywnie i oczekiwać od przyszłości wszystkiego co najlepsze. Mam nowe plany i nowe marzenia, bo mimo trudności dnia codziennego warto mieć (a nawet trzeba!) wielkie zamiary i śmiałe marzenia, coś z tego na pewno się spełni.

Zamiast snuć czarne wizje i mnożyć lęki, warto otworzyć się na innych ludzi, pozbyć się egoizmu, myślenia tylko o sobie i zagarniania wszystkiego do siebie. Naszym celem życia, wartością samą w sobie jest dbanie o rodzinę, przyjaciół, sąsiadów, zwierzaki domowe i te żyjące na wolności. Zadbajmy o przyrodę, lasy, drzewa, a szczególnie o zasoby wodne. Rośnie góra śmieci! Rośnie ścieków morze! Ginie nasza Ziemia! Czy ty jej pomożesz? W czasach PRL -u krążył żart dotyczący regulacji rzeki Wisły, wciąż aktualny / pogłębiać dno i trzymać się koryta/.Dlatego nie zastanawiajmy się, co dla naszej Matki Ziemi mogliby zrobić „wielcy tego świata". Natomiast zastanówmy się, co my, co ja mogę zrobić dla niej.

Szanujmy wszystko co nas otacza, szanujmy siebie nawzajem. Nie szukajmy winnego lub okoliczności zewnętrznych, bo tym samym tworzymy świadomą lub podświadomą agresję i tym samym pogarszamy naszą przyszłość. Poprawiając relacje z innymi, poprawiamy swoje zdrowie i utrwalamy dobrą samoocenę.

Pomyślmy o innych, ważne, żebyśmy przestali tylko brać. Zmieńmy najczęściej zadawane pytanie, co ja mogę dostać od społeczeństwa, rodziny, rodziców, partnera, dzieci, na pytanie - CO JA IM MOGĘ DAĆ? Ot tak po prostu, spontanicznie, z dobrocią, serdecznością i łaskawością. Zawsze najpierw musimy coś z siebie dać i to bezwarunkowo, żeby dostać coś w zamian.

I niekoniecznie musimy dostać zwrot od tej samej osoby, której coś ofiarowaliśmy. Możemy dostać coś od kogoś, kogo w ogóle nie znamy, np. propozycję lepszej pracy, pouczenie, a nie mandat od policjanta. Możliwości są nieograniczone.

Zaakceptujmy też wszystkie znane nam osoby dokładnie takimi, jakimi są. Nie zmieniajmy na siłę nikogo, bo tylko my możemy się sami świadomie zmienić, bo kiedy my się zmieniamy, zmieniają się też nasi bliscy.

I najważniejsze - bądźmy życzliwi, uprzejmi, nie kłóćmy się bezustannie, nie obrzucajmy się inwektywami (tu prośba i apel do polityków, myśmy was wybrali, podziękujcie za zaufanie i reprezentujcie Nas, nie siebie, GODNIE i z szacunkiem, nasz polski język jest wiekowy, piękny i wystarczająco bogaty, aby wysłowić myśli).

Patrzę teraz na jasne słońce i błękitne niebo, sikorki za oknem tarmoszą siatkę z ziarnami. Widok urzekający, mamy 26 grudzień, godzina 13:30. Cieplutko, ani śladu mrozu.

Zdałam sobie sprawę, że żyję na jednym z najpiękniejszych światów, bardzo bym chciała, by móc jeszcze przez kolejne lata, uświadamiać ludziom, jak piękna, jak dobra jest nasza Matka Ziemia, jaką mnogość bogactw daje nam każdego dnia i jak bardzo należy ją chronić i szanować. Bo każde jabłko, kłos zboża, zioło, nawet kamień, służy człowiekowi, wystarczy o tym pamiętać i nie niszczyć niczego bezmyślnie. Zmieńmy nasze nastawienie i filozofię życia.

Niech szacunek do Przyrody i Matki Ziemi ZASTĘPUJE czynienie Jej sobie poddaną.

Na koniec moich przemyśleń, dedykuję Państwu ostatnią piosenkę grupy „POD BUDĄ" - „Piosenka na koniec świata"

A kiedy przyjdzie świata koniec
Kiedy ostatnia zgaśnie gwiazda
Staniemy obok na balkonie
Powiemy sobie ale jazda
A kiedy przyjdzie świata koniec
Jakiś huragan albo potop
To się połączą nasze dłonie
Jak nigdy dotąd
I tak trzymając cię za rękę
Jak kołysankę na dobranoc
Ostatnią wyznam ci piosenkę
Dotychczas jeszcze nienagraną
Takiego końca mi potrzeba
O takim końcu nieraz marzę
Żeby się dało jeszcze śpiewać
Kiedy się nie da być już razem
A kiedy przyjdzie świata koniec
Kiedy ostatnia zgaśnie gwiazda
Staniemy obok na balkonie
Powiemy sobie ale jazda
Nie będzie grudnia ani czerwca
Zapadnie wielka ciemna cisza
I usłyszymy bicie serca
Którego jeszcze nikt nie słyszał
I tak trzymając cię za rękę
Jak kołysankę na dobranoc
Ostatnią wyznam ci piosenkę
Dotychczas jeszcze nienagraną
Takiego końca jestem pewien
O takim końcu nieraz marzę
Że jak odchodzić to ze śpiewem
Jeśli się żegnać to już razem

J.W.

REKLAMA

eprasa.pl 7be16a410a

NOWE OGRANICZENIA OBOWIĄZUJĄCE OD 28 GRUDNIA DO 17 STYCZNIA

- Zakaz przemieszczania się pomiędzy godz. 19:00 31 grudnia a godz. 6:00 1 stycznia;
- Hotele dostępne tylko dla służb mundurowych, medyków i pacjentów szpitali specjalistycznych. Otwarte hotele pracownicze;
- Zamknięcie stoków narciarskich;
- Zamknięcie galerii handlowych - poza sklepami spożywczymi, drogeriami, aptekami, sklepami z książkami i prasą oraz wielkopowierzchniowymi sklepami meblowymi;
- Wszystkie osoby przyjeżdżające do Polski komunikacją zbiorową mają obowiązek poddania się 10-dniowej kwarantannie;
- Infrastruktura sportowa dostępna tylko do uprawiania sportu zawodowego.

Szereg obowiązujących już wcześniej ograniczeń pozostaje bez zmian.

Odporność po zaszczepieniu na koronawirusa jest większa niż po przechorowaniu

Odporność wytworzona po zaszczepieniu na koronawirusa jest nieporównywalnie większa niż ta, jaką się uzyskuje po przechorowaniu – zaznaczył dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie gen. prof. Grzegorz Gielerak. Zwrócił też uwagę, że koronawirus nie mutuje tak, jak wirus grypy

Komisja Europejska w poniedziałek wydała zgodę na dopuszczenie do obrotu w Unii Europejskiej szczepionki przeciw COCID-19 firm Pfizer i BioNTech – poinformowała przewodnicząca KE Ursula von der Leyen. Szczepienia w UE mają rozpocząć się 27-29 grudnia, w tym w Polsce 27 grudnia – informował w poniedziałek szef KPRM Michał Dworczyk.

We wtorek prof. Gieleraka zapytano w Programie Pierwszym Polskiego Radia, ilu Polaków powinno się zaszczepić, aby były odpowiednie efekty, oraz jak długo osoby zaszczepione zachowają odporność na zakażenie się koronawirusem.

Szef WIM przyznał, że nie można na razie określić, jak długo utrzymywać się będzie odporność i jest to teraz przedmiotem badań. Zwrócił jednak uwagę na wyniki trzeciej fazy badań nad szczepionkami, którymi będziemy wkrótce dysponować. Wynika, z nich że „odporność wytworzona po zaszczepieniu jest nieporównywalnie większa, niż ta jaką się uzyskuje po przechorowaniu".

„Od dawna obowiązującą wersją w odniesieniu do tego konkretnie wirusa jest mowa o odsetku 70 proc. osób podatnych. Jeżeli mówimy o grupie 29 milionów dorosłych Polaków, ci, którzy podlegaliby szczepieniu za pomocą tej szczepionki, zatem musimy mieć świadomość, że zaszczepienie 22 milionów to jest gwarancja sukcesu, jakiego wszyscy potrzebujemy" – powiedział.

Po uwadze, że według ministra Dworczyka jesteśmy w stanie przeprowadzić dziennie 200 tys. dziennie szczepień, profesor został zapytany, jak często będzie trzeba powtarzać ten zabieg, biorąc pod uwagę także mutowanie koronawirusa.

„W przypadku tego wirusa, porównując go z grypą, mamy dwa istotne czynniki, które poprawiają naszą sytuację, o ile oczywiście będziemy chcieli korzystać ze szczepień, w co głęboko wierzę. A mianowicie skuteczność szczepień jest bardzo wysoka. To jest około 90-95 proc., a w przypadku grypy jest to 40 proc." – zaznaczył.

Według Gieleraka istotne jest także, że koronawirus „nie jest tak mutujący, jak wirus grypy". „A zatem tutaj jesteśmy po pierwsze w stanie skutecznej trafić z samą szczepionką, a po drugie jesteśmy w stanie wytworzoną odporność utrzymać na jakiś czas. A to gwarantuje nam odporność populacyjną" – ocenił gen. prof. Gielerak.

We wtorek minister Dworczyk poinformował, że na przełomie grudnia i stycznia ma dotrzeć do Polski 300 tys. szczepionek przeciw COVID-19, a w kolejnym tygodniu następne 300 tysięcy. Potwierdził, że pierwsza partia ok. 10 tys. dawek dotrze do Polski 26 grudnia i trafi do 70 placówek służby zdrowia, gdzie 27 grudnia rozpoczną się szczepienia. Pierwszą grupę zaszczepionych będą stanowić pracownicy służby zdrowia.

„Jest 509 szpitali węzłowych gotowych do szczepień, ale w związku z tym, że przyjeżdża tak niewielka partia szczepionek, uznaliśmy, że tego pierwszego dnia będzie to siedemdziesiąt kilka placówek. Można by to szczepienie przeprowadzić w kilkunastu placówkach, natomiast chcieliśmy, żeby jak najwięcej szpitali przetrenowało tę procedurę szczepienia. Bo to jest całą procedura" – mówił Dworczyk w TVN24.

Pytany, ile osób zostanie zaszczepionych w pierwszym miesiącu zaznaczył, że jeśli producent będzie się wywiązywał z deklaracji, na przełomie grudnia i stycznia powinno dojechać kolejne 300 tys. dawek i w kolejnym tygodniu znowu 300 tys.

„Gotowość organizacyjna", gdyby były dostępne szczepionki – jak dodał – to około 3,5 mln szczepień miesięcznie.

(PAP) Nauka w Polsce
Mieczysław Rudy

Wiążące są wypowiedzi naukowców, że obecna mutacja koronawirusa nie powinna wpłynąć na efektywność szczepień

Wiążące są dla mnie wypowiedzi naukowców, że mutacja koronawirusa, która pojawiła się w Wielkiej Brytanii nie powinna mieć wpływu na efektywność prowadzonych już szczepień - podkreślił dyrektor WIM gen. prof. Grzegorz Gielerak. Może jednak pojawić się mutacja, która taki wpływ może mieć - dodał

„Dla mnie bardzo wiążące są wypowiedzi naukowców brytyjskich, którzy mówią jasno, że ta mutacja raczej nie powinna mieć wpływu na efektywność właśnie prowadzonych szczepień przeciw koronawirusowi" - powiedział prof. Gielerak we wtorek w Programie 1 Polskiego Radia.

„Natomiast pamiętajmy, że mutacje wirusa zachodzą cały czas i jeśli będziemy mieli pecha, to w pewnym momencie pojawi się jej taka wersja, która może istotnie wpłynąć na odporność, a w tym wypadku mam na myśli zdolność hamowania epidemii poprzez wytworzenie sztucznej odporności za pomocą wyszczepienia populacji" - powiedział dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie.

Zapytany, czy w tej chwili należy „martwić się tylko tym, że łatwiej można się tym zmutowanym brytyjskim koronawirusem zarazić, co oznacza, że tak naprawdę szybciej możemy dojść do granicy wydolności służby zdrowia", profesor odpowiedział twierdząco.

„Dokładnie. Właśnie to jest ten problem, przed którym obecnie stanęli Brytyjczycy, którzy rozpoczęli szczepienia swojej populacji i obecnie są już po szczepieniu pół miliona swoich obywateli" - powiedział.

Zwrócił uwagę, że „trudno obecnie realizować taki program w sytuacji, kiedy dookoła szaleje epidemia". „W związku z tym ta sytuacja jest całkowicie niekomfortową z punktu widzenia każdego kraju, który przystępuje obecnie do szczepień, w tym i Polski" - podkreślił.

Odnosząc się do wydolności systemu ochrony zdrowia, Gielerak wskazał na „funkcję czasu". „System to nie tylko łóżka, to nie tylko respiratory, ale to przede wszystkim personel medyczny, odpowiedzialny za opiekę nad chorymi".

„Te zasoby z upływem czasu ulegają zużyciu. (...) Naturalną kwestią jest zmęczenie i wypalenie personelu, który uczestniczy w permanentnej walce z jaką mamy obecnie do czynienia. To jest bardzo niebezpieczne" - ostrzegał szef Wojskowego Instytutu Medycznego.

O wykryciu w Wielkiej Brytanii nowego wariantu wirusa SARS-CoV-2 poinformował 14 grudnia brytyjski minister zdrowia Matt Hancock. Przekazał, że odnotowano ponad 6 tys. zakażeń nową odmianą, głównie w południowej i południowo-wschodniej Anglii. Infekcje nowym wariantem koronawirusa potwierdzono także m.in. w Danii, we Włoszech, a pojedyncze przypadki również w Holandii i Australii.

Pojawiła się informacja, że nowa odmiana koronawirusa VUI-202021/01 wykazuje o 70 proc. większą zakaźność, niż inne znane warianty tego patogenu. W miniony piątek w jednym z wywiadów (dostępnym na YouTube) mówił o tym dr Erik Volz z Imperial College Londyn.

W związku z potwierdzeniem nowego wariantu koronawirusa, część państw – w tym Polska – zawiesiły połączenia lotnicze z Wielką Brytanią.

(PAP) Nauka w Polsce
Autor: Mieczysław Rudy

TRENERKA BABECZEK. Zapraszamy na nowy cykl porad fizjoterapeutki i trenerki personalnej Karoliny Kwaczyńskiej

Święta, Święta i po Świętach!

Za nami rok pełen ograniczeń, zamknięcia w domach, odseparowania od bliskich. Wielu z nas traci zapał do wszelkiej aktywności, czemu sprzyja świąteczny czas. Nic tylko umilać sobie chwile świątecznymi piosenkami, pyszną zimową herbatką no i przysmakami :-)

No i właśnie tu pojawia pytanie, jak nie przytyć mimo tylu pokus i co z robić, żeby zrzucić wyhodowany w ostatnich miesiącach tłuszczyk? Wiadomo, przed nami Nowy Rok i nowe postanowienia. Jeżeli chcesz osiągnąć sukces, nie czekaj na 1 stycznia tylko zacznij już dziś!

Wbrew pozorom, nawet w czasie świątecznej przerwy możesz zrobić dużo dla siebie - w końcu masz dodatkowy, wolny czas!

Po pierwsze, wyciągnij rodzinę na spacer - taka odrobina ruchu każdemu dobrze zrobi. Dzięki temu nie tylko spalamy kalorie, ale też lepiej się czujemy, bo ileż to można siedzieć? Twoje mięśnie i kręgosłup też Ci za to podziękują!

Po drugie, zadbaj o odpowiednie nawodnienie i nie mowa tu o sokach i kolorowych napojach. Pamiętaj o wodzie - im więcej jej pijesz, tym mniej miejsca w żołądku jest na jedzenie. Warto wiedzieć, że często mylimy głód z pragnieniem.

Po trzecie, wykonaj rano albo wieczorem choćby krótki zestaw ulubionych ćwiczeń. Rano nakręcisz się fajną energią, a przed snem poprawisz nie tylko trawienie, ale i metabolizm. Pamiętaj - lepiej poświęci nawet 20 min. na ćwiczenia w święta niż morderczo długi trening zaraz po nich. Nigdy nie ćwicz w celu ukarania siebie za nadprogramowe jedzenie. Najważniejszy jest rozsądek i zachowanie umiaru. Krótkie treningi, kilka razy w tygodniu, wyrabiają zdrowy nawyk, który po jakimiś czasie stanie się dla Ciebie zwykłym elementem dnia.

Jeśli będziesz działać zgodnie z tymi wskazówkami, poczujesz się lepiej nie tylko na żołądku! Dzięki aktywności fizycznej poprawi się Twoje samopoczucie, a ciało podziękuje za wysiłek.

Niech nadchodzący Nowy 2021 będzie Twoim Rokiem!

Trenerka babeczek Karolina Kwaczyńska
Fizjoterapeutka, personalna trenerka.
kkwaczynska123@gmail.com tel.511 446 948

Rusza z kanap wszystkie babeczki
- od nastolatek po seniorki.

eprasa.pl 7be16a410a

MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

19 grudnia

POMIECHÓWEK. (pow. nowodworski) Ukradł alkohol za 600 zł

Policjanci wydziału prewencji, zatrzymali 18–latka z gminy Pomiechówek, który kilka dni wcześniej w jednym ze sklepów na terenie miasta dokonał kradzieży alkoholu na kwotę blisko 600 zł. Grozi mu kara do 5 lat pozbawienia wolności.

20 grudnia

CZOSNÓW. (pow. nowodworski) 64-latek podejrzany o znęcanie się nad najbliższymi

Nowodworska prokuratura zastosowała dozór policji połączony ze środkami zapobiegawczymi, wobec 64- latka z gminy Czosnów, podejrzanego o znęcanie się nad osobą najbliższą oraz znieważenie i naruszenie nietykalności cielesnej interweniujących policjantów. Grozi mu kara do 5 lat pozbawienia wolności.

21 grudnia

PRZEMIAROWO/PUŁTUSK. Brawurowa jazda zakończona zatrzymaniem uprawnień

W miniony poniedziałek, funkcjonariusze Wydziału Ruchu Drogowego w Pułtusku zatrzymali prawo jazdy za jazdę z prędkością 104 km/h w terenie zabudowanym. Do przekroczenia prędkości doszło w miejscowości Przemiarowo. Kontrola drogowa zakończyła się dla 45-latniego mieszkańca Warszawy zatrzymaniem uprawnień do kierowania na okres trzech miesięcy. Ponadto został ukarany mandatem i punktami karnymi.

CZOSNÓW. (pow. nowodworski) Zlikwidowali nielegalną linię do produkcji papierosów

Nielegalna linia produkcyjna służąca do wyrobu papierosów została zlikwidowana na terenie powiatu nowodworskiego. Znajdowała się w jednej wynajmowanych hal w gminie Czosnów. Wewnątrz magazynu policjanci zabezpieczyli linię służącą do produkcji wyrobów tytoniowych w postaci maszyn, sztabek filtrowych i opakowań różnego typu. Ponadto znaleźli krajankę organiczną o zapachu tytoniu, znajdującą się w opakowaniach kartonowych na naczepie auta, zaparkowanego w rejonie hali. W sumie zabezpieczono 6600 kilogramów tytoniu. Podejrzany w tej sprawie mężczyzna trafił do policyjnego aresztu, a dowody do magazynu. 53-latek z powiatu sochaczewskiego usłyszał przedstawione mu przez czosnowskich dochodzeniowców zarzuty nabycia i przewożenia wyrobów tytoniowych bez polskich znaków skarbowych akcyzy. Swoim działaniem mógł narazić Skarb Państwa na straty ponad 3 milionów złotych. Podejrzanemu grozi teraz kara do 3 lat pozbawienia wolności. Dochodzenie w tej sprawie prowadzone jest pod nadzorem nowodworskiej prokuratury.

PUŁTUSK. Kolejne nielegalne papierosy zabezpieczone

W miniony poniedziałek, na terenie powiatu pułtuskiego funkcjonariusze Wydziału Kryminalnego w toku wykonywania czynności służbowych ujawnili znaczną ilość papierosów bez polskich znaków akcyzy. Wyroby tytoniowe należały do 59 – letniego mieszkańca powiatu pułtuskiego. Mężczyzna został zatrzymany, a towar zabezpieczony do prowadzonego w tej sprawie postępowania. Za czyn określony w art. 65 KKS, grozi kara pozbawienia wolności do lat 3 oraz wysoka grzywna.

22 grudnia

ZAKROCZYM. (pow. nowodworski) Odnaleźli przyczepkę

Zakroczymscy mundurowi ujawnili w Zakroczymiu poszukiwaną przez policję przyczepkę samochodową. Została ona zabezpieczona na parkingu depozytowym.

23 grudnia

PUŁTUSK. Zatrzymany nietrzeźwy kierujący

Około godziny 15:00, dzielnicowi z pułtuskiej komendy Policji zatrzymali mieszkańca powiatu pułtuskiego, który kierował Skodą będąc w stanie nietrzeźwości. Badanie alkomatem wykazało, że 42 - latek miał blisko 2 promile alkoholu w swoim organizmie. Mężczyźnie za kierowanie „na podwójnym gazie" grożą teraz poważne konsekwencje. Za kierowanie pojazdem mechanicznym w stanie nietrzeźwości sąd może orzec karę do 2 lat pozbawienia wolności. Ponadto kierujący musi się liczyć z zakazem prowadzenia pojazdów na okres minimum 3 lat oraz wysoką grzywną.

CIEKSYN. (pow. nowodworski) Z promilami na rowerze

Policjanci nowodworskiej „drogówki" podjęli w Cieksynie kontrolę drogową wobec dwóch mężczyzn, kierujących po drodze publicznej rowerami. Po przeprowadzonym na miejscu badaniu okazało się, że pierwszy z nich, 55- latek z gminy Nasielsk znajdował się w stanie nietrzeźwości. W wydychanym powietrzu miał 1,4 promila alkoholu. Funkcjonariusze nałożyli na niego mandat w wysokości 500 zł. Natomiast 56- letni mieszkaniec gminy Nasielsk znajdował się w stanie po użyciu alkoholu. Badanie stanu trzeźwości wykazało w jego organizmie 0,48 promila alkoholu. Został przez funkcjonariuszy ukarany mandatem karnym w kwocie 300 zł.

PUŁTUSK. Trzymiesięczny areszt dla zatrzymanego w policyjnym pościgu

Scena jak z filmu akcji rozegrała się kilka dni temu na ulicach Pułtuska. Funkcjonariusze zatrzymali w policyjnym pościgu dwie osoby podróżujące audi. Kierowca wcześniej dopuszczał się przestępstw. 34-letniemu mieszkańcowi Pułtuska przedstawiono łącznie 6 zarzutów. Trzykrotne niezatrzymanie się do kontroli drogowej oraz czynna napaść na funkcjonariuszy. W trakcie prowadzonych czynności wyszło na jaw, że mężczyzna był podejrzewany również o posiadanie środków psychoaktywnych w postaci amfetaminy oraz kierowanie gróźb karalnych. Podejrzany przyznał się do wszystkich zarzucanych mu czynów. Decyzją pułtuskiego sądu zatrzymany 34-latek, został tymczasowo aresztowany na okres trzech miesięcy. Za wszystkie popełnione czyny, mężczyźnie grozi kara pozbawienia wolności do 10 lat.

24 grudnia

NOWY DWÓR MAZ. Kradzież z rozbojem

Policjanci nowodworskiej patrolówki, na ul. Legionów zatrzymali 20- latka z Nowego Dworu Mazowieckiego, który chwilę wcześniej w jednym ze sklepów na ul. Daszyńskiego dokonał kradzieży rozbójniczej. Nowodworska prokuratura zastosowała wobec niego dozór policji. Grozi mu kara do 10 lat pozbawienia wolności

25 grudnia

ZAKROCZYM. (pow. nowodworski). Na podwójnym gazie

Policjanci ruchu drogowego, w Zakroczymiu zatrzymali do kontroli drogowej 46- letniego rowerzystę z powiatu żuromińskiego. Mężczyzna w wydychanym powietrzu miał 0,7 promila alkoholu. Został ukarany mandatem w wysokości 500 zł.

26 grudnia

POMIECHÓWEK. (pow. nowodworski) Jeździł samochodem bez uprawnień

W drugi dzień Świąt Bożego Narodzenia policjanci z Komisariatu Policji w Pomiechówku, podczas pełnienia służby, na ul. Lotników podjęli kontrolę drogową. Za kierownicą Fiata Seicento siedział 28-latek z Pomiechówka. Podczas interwencji, po sprawdzeniu w systemie okazało się, że mężczyzna posiada wydany przez sąd, aktywny zakaz kierowania pojazdami mechanicznymi, obowiązujący do marca 2023 roku. Teraz, za niestosowanie się do orzeczonego przez sąd zakazu prowadzenia pojazdów, 28- latkowi grozi kara do 3 lat pozbawienia wolności.

27 grudnia

NASIELSK. (pow. nowodworski) Pijany, bez uprawnień, spowodował kolizję

Policjanci nowodworskiej drogówki, na ul. Kościuszki zatrzymali kierującego fordem 18- latka z gminy Załuski. Mężczyzna spowodował kolizję drogową. Nie posiadał uprawnień do kierowania pojazdami. W wydychanym powietrzu miał 1,42 promila alkoholu. Grozi mu kara do 2 lat pozbawienia wolności i grzywna.

28 grudnia

WIELISZEW. (pow. legionowski) Wpadł, bo rozpoznał go ochroniarz

Policjanci z Wieliszewa zostali wezwani do jednego ze sklepów na terenie gminy. Ochroniarz placówki handlowej wskazał im mężczyznę, którego rozpoznał, jako sprawcę kradzieży sprzed kilku dni. Jak ustalili mundurowi mężczyzna miał ukraść alkohol, kawy i czekolady o wartości blisko 600 złotych. Mężczyzna został przewieziony do komisariatu. Dochodzeniowcy przeanalizowali materiał dowodowy i przedstawili 25-latkowi zarzut kradzieży. Mieszkaniec powiatu legionowskiego przyznał się do popełnienia przestępstwa. Teraz o jego losie zadecyduje sąd. Za kradzież grozi mu kara do 5 lat pozbawienia wolności.

CZOSNÓW. (pow. nowodworski) Kierował mając 2 promile

Policjanci ruchu drogowego, w miejscowości Łomna Las zatrzymali kierującego Saabem 40-latka z Warszawy. Mężczyzna miał blisko 2 promile alkoholu w wydychanym powietrzu. Grozi mu kara do 2 lat pozbawienia wolności.

KPP. Nowy Dwór Maz., KPP Legionowo, KPP Pułtusk

eprasa.pl 7be16a410a

PRIME DONER

ORYGINALNA KUCHNIA ORIENTALNA
dobre jedzenie miła atmosfera
tel. kom. 519 463 786 tel. 22 784 88 88

1. Kebab z kurczaka — 12,00 zł
(pieczone mięso z kurczaka, grillowane cienkie ciasto, surówka, sos)
2. Kebab z wołowiny — 14,00 zł
(pieczone mięso z wołowiny, grillowane cienkie ciasto, surówka, sos)
3. Kebab z kurczaka na grubym cieście — 13,00 zł
(pieczone mięso z kurczaka, grillowane pieczywo, surówka, sos)
4. Kebab z wołowiny na grubym cieście — 15,00 zł
(pieczone mięso z wołowiny, grillowane pieczywo, surówka, sos)
5. Kebab MIX — 14,00 zł
(pieczone mięso z kurczaka, wołowiny, grillowane grube lub cienkie ciasto, surówka, sos)
6. Duży kebab z kurczaka — 16,00 zł
(pieczone mięso z kurczaka, grillowane grube lub cienkie ciasto, surówka, sos)
7. Duży kebab z wołowiny — 17,00 zł
(pieczone mięso z wołowiny, grillowane grube lub cienkie ciasto, surówka, sos)
8. Duży kebab MIX — 16,00 zł
(pieczone mięso z kurczaka, wołowiny, grillowane grube lub cienkie ciasto, surówka, sos)
9. SUPER MEGA Kebab z kurczaka (Cienkie/Gruby) — 18,00 zł
(pieczone mięso z kurczaka, grillowane grube lub cienkie ciasto, surówka, sos)
10. SUPER MEGA Kebab z wołowiny (Cienkie/Gruby) — 20,00 zł
(pieczone mięso z kurczaka, grillowane grube lub cienkie ciasto, surówka, sos)
11. Kanapka wegetariańska — 12,00 zł
(falafel-cieciorka, grillowane cienkie ciasto, surówka, sos)
12. Duża kanapka wegetariańska — 15,00 zł
(falafel-cieciorka, grillowane cienkie ciasto, surówka, sos)
13. Żółty ser do kebabu — 2,00 zł

DANIA OBIADOWE

14. Kebab Talerz z kurczaka — 20,00 zł
(pieczone mięso z kurczaka, surówka, sos, do wyboru frytki, ryż, ziemniaki lub makaron)
15. Kebab Talerz z wołowiny — 22,00 zł
(pieczone mięso z wołowiny, surówka, sos, do wyboru frytki, ryż, ziemniaki lub makaron)
16. MIX Talerz — 21,00 zł
(pieczone mięso z kurczaka i wołowiny, surówka, sos, do wyboru frytki, ryż, ziemniaki lub makaron)
17. Duży Talerz z kurczaka lub wołowiny — 27,00 zł
(pieczone mięso z kurczaka lub wołowiny, surówka, sos, do wyboru frytki, ryż, ziemniaki lub makaron)
18. Duży Talerz MIX z kurczaka i wołowiny — 27,00 zł
(pieczone mięso z kurczaka i wołowiny, surówka, sos, do wyboru frytki, ryż, ziemniaki lub makaron)
19. Pierś z kurczaka — 20,00 zł
(grillowana pierś, surówka, sos, do wyboru frytki, ryż, ziemniaki lub makaron)
20. Gulasz — 20,00 zł
(polędwiczki z kurczaka z warzywami, surówka, do wyboru frytki, ryż, ziemniaki lub makaron)
21. Bakłażan z indykiem — 20,00 zł
(bakłażan, indyk, surówka, sos, do wyboru frytki, ryż, ziemniaki lub makaron)
22. Talerz FALAFEL — 19,00 zł
(falafel- cieciorka, surówka, sos, do wyboru frytki, ryż, ziemniaki lub makaron)
23. FAHITA na talerzu — 22,00 zł
(kurczak pieczony na grillu z cebulą, papryką, przyprawami, podawany z ryżem lub frytkami, surówką, ogórkiem, pomidorem, pastą czosnkową i sosem)
24. LAYTANI na talerzu — 25,00 zł
(mięso wołowe pieczone na grillu z cebulą, papryką i przyprawami, podawany z frytkami lub ryżem, surówką, ogórkiem, pomidorem, pastą czosnkową i sosem)

frytki — 7,00 zł
baklawa (ciasto tureckie) — 6,00 zł

NAPOJE

herbata — 5,00 zł
kawa — 6,00 zł
Ayran (turecki napój) — 5,00 zł
Cola, Cola Zero, Cola Cherry, Fanta, Sprite (0,5l) — 5,00 zł
Cola, Cola Zero, Fanta, Sprite (0,2l) — 4,00 zł
Cappy (0,33l) — 5,00 zł
woda gazowana/niegazowana (0,5l) — 4,00 zł
Nestea (0,5l) — 5,00 zł

opakowanie na wynos/talerz — 1,00 zł
25. Warka (0.5l) — 7,00 zł
26. Warka (0.33l) — 5,00 zł
27. Żywiec (0.5l) — 8,00 zł
28. Żywiec (0.33l) — 6,00 zł

Legionowo, Błękitne Centrum
NA MIEJSCU I NA WYNOS
DOSTAWA:
czynne 7 dni w tygodniu:
pon-czw. 10⁰⁰ - 24⁰⁰ nd 11⁰⁰ -24⁰⁰
pt.-sob. 10⁰⁰ - 01⁰⁰
zamówienia telefoniczne pn. - sob. 11⁰⁰ - 22⁰⁰

środa 30 grudnia

TVP 1

05:15 **Sekrety najwyższych wieżowców na świecie. Ponad chmurami**
06:05 **Elif** - serial, prod. Turcja
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
07:30 **Rodzinny ekspres** - Boże Narodzenie
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:35 **Ranczo** - serial
09:35 **Komisarz Alex** - serial kryminalny TVP
10:35 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny TVP
11:25 **Kasta** - Ubezwłasnowolniona - serial paradokumentalny TVP
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:35 **Agropogoda** - magazyn
12:40 **Rok w ogrodzie Extra**
12:55 **Natura w Jedynce**

SERIAL OBYCZAJOWY

14:00 **Elif** - serial, prod. Turcja, 2017
15:00 **Wiadomości**
15:15 **Alarm!** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka**
16:05 **Koncert kolęd**
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?**
17:55 **Klan** - telenowela TVP
18:20 **Kasta - Zabójcza kwarantanna**
18:55 **Jeden z dziesięciu**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:30 **Leśniczówka**
21:00 **Wielki Test o Sylwestrze**
22:30 **Historia bez tajemnic**
23:30 **To nie ja zabiłam** - film
01:10 **Witamy na Hawajach**
02:55 **Okupowani** - serial

TVP 2

04:50 **Cafe piosenka**
05:50 **Doktor z alpejskiej wioski** - serial
06:50 **Pożyteczni.pl**
07:20 **Familiada** - teleturniej
07:55 **Pytanie na śniadanie**
10:45 **Panorama**
10:55 **Pytanie na śniadanie**
11:25 **Rodzinka.pl** - serial komediowy TVP
11:55 **Dla niesłyszących - Barwy szczęścia** - serial obyczajowy TVP
12:25 **Koło fortuny** - teleturniej
13:15 **Kozacka miłość** - serial kostiumowy, prod. Rosja
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial
15:05 **Koło Fortuny** - extra
15:10 **Doktor Kleist** - serial
16:00 **Koło fortuny**
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:10 **Więzień miłości**
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej

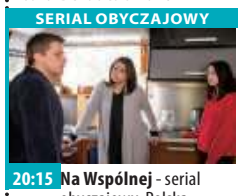
SERIAL KOSTIUMOWY

18:45 **Kozacka miłość** - serial kostiumowy, prod. Rosja, 2013
19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy TVP
20:50 **27 sukienek** - komedia, prod. USA, 2008, reż. Anne Fletcher, wyk. Katherine Heigl, Judy Greer, James Marsden
22:55 **Kino relaks - Córka mojego kumpla** - film obyczajowy, prod. USA, 2011, reż. Julian Farino, wyk. Hugh Laurie, Oliver Platt, Catherine Keener
00:35 **Terror w podziemiach** - serial, prod. Dania, 2017
01:30 **Moje pokolenie**
03:05 **Aida** - serial komediowy
03:55 **Zakończenie**

TVN

05:25 **Uwaga!** - magazyn
05:45 **Mango** - telezakupy
07:00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 **Dzień Dobry TVN**
11:30 **Doradca smaku**
11:40 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12:40 **Rozwód. Walka o wszystko**
13:40 **Złodzieje**
14:25 **Detektywi** - program kryminalny
15:00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
16:00 **Szpital**
17:00 **Rozwód. Walka o wszystko**
18:00 **Ukryta prawda**
19:00 **Fakty**
19:25 **Uwaga! koronawirus**
19:50 **Raport smogowy**
19:55 **Uwaga!** - magazyn
20:10 **Doradca smaku**

SERIAL OBYCZAJOWY



20:15 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
20:55 **Milionerzy**
21:35 **Ścigana** - film sensacyjny, USA 2012, reż. Steven Soderbergh, wyk. Gina Carano, Ewan McGregor, Channing Tatum, Antonio Banderas, Michael Douglas
23:20 **Poszukiwany** - film sensacyjny, USA 1997, reż. David Hogan, wyk. Keenen Ivory Wayans, Jon Voight, Jill Hennessy, Paul Sorvino, Robert Culp, Eric Robert
01:25 **Eko historia**
01:30 **Uwaga!** - magazyn
01:50 **Noc magii**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:40 **Malanowski i Partnerzy**
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:25 **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**
19:20 **Gość Wydarzeń**
19:45 **Sport, Pogoda**
20:05 **Hancock** Hancock mógłby ocalić wiele ludzkich istnień, zawsze jednak, każda z jego akcji pozostawia straty...

FILM OBYCZAJOWY

22:00 **Mr. Deeds - milioner z przypadku** - film obyczajowy Longfellow Deeds, właściciel pizzerii w małym miasteczku w stanie New Hampshire, dowiaduje się pewnego dnia, że jest jedynym spadkobiercą swojego zmarłego niedawno wuja i musi przejąć kontrolę nad potężną medialną korporacją.
00:10 **W rytmie Hip-Hopu**
02:45 **Tajemnice losu**
04:40 **Disco Gramy** - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

07:00 **Muzyczne poranki**
08:00 **Informacje kulturalne**
08:30 **Niedziela z... SBB**
09:25 **Kocie ślady** - film TVP, prod. Polska, 1971, reż. Paweł Komorowski, wyk. Janusz Gajos, Mieczysław Pawlikowski
11:00 **W pustyni i w puszczy** - serial przygodowy TVP
13:05 **Film fabularny**
14:20 **Którędy po sztukę** - Cavallino - magazyn
14:30 **Tamte lata, tamte dni** - Maja Komorowska
15:05 **Cykl o Leopoldzie Tyrmandzie**
15:50 **W syberyjskich lasach**
17:30 **Co dalej?** - program publicystyczny
17:55 **Urodzeni artyści** - Zofia i Magdalena Forteckie
18:30 **Informacje kulturalne**
18:55 **Małe kobietki**- serial

DRAMAT

20:00 **Na wschód od Hollywood - Enklawa** - dramat, prod. Niemcy, Serbia, 2015
21:45 **Więcej niż fikcja - Andriej Tarkowski. W świątyni kina** - film dokumentalny, prod. Szwecja, Rosja, 2019, reż. Andrey Tarkovsky
23:30 **Co dalej?** - program publicystyczny
23:50 **Jazz** - Jazz Jamboree '70
00:20 **28 Międzynarodowy Festiwal Muzyki Jazzowej Jazz Jamboree '86**
00:55 **Informacje kulturalne**
01:30 **Lekkie obyczaje - Kalifornia** - dramat
03:10 **Kino nocne** - Nibelungi: Zemsta Krymhildy - film

TV Puls

06:00 **Nash Bridges** - serial sensacyjny
07:50 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodu różnych życiowych zawirowań.
10:25 **Kobra - oddział specjalny**
13:05 **Zaklinaczka duchów** Dzięki swojemu darowi Melinda Gordon potrafi komunikować się z zagubionymi duszami zmarłych ludzi i pomaga im przejść na drugą stronę.

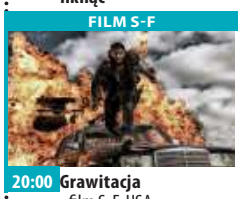
SERIAL OBYCZAJOWY

14:40 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
16:20 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska
18:05 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy prod. Polska
20:00 **Transporter**
21:50 **Teoria chaosu**
23:50 **Debiutant**
02:25 **Dyżur** - serial dokumentalny
03:35 **Taki jest świat** - program informacyjny
04:15 **Wojciech Cejrowski. Boso** - Ziemia Święta
05:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska

TVN 7

05:00 **Mango telezakupy**
06:35 **Pokolenie mistrzów**
07:10 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - program sądowy
08:05 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:05 **Ten moment**
11:35 **Szpital** - program obyczajowy
12:35 **Sąd rodzinny** - program sądowy
13:35 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - program sądowy
14:35 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
15:35 **Szkoła** - obyczajowy
16:35 **19 +** - obyczajowy
17:45 **Idealna niania** - program obyczajowy
18:30 **Ten moment**
19:00 **Starsza pani musi fiknąć**

FILM S-F



20:00 **Grawitacja** - film S-F, USA, Wielka Brytania 2013, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Sandra Bullock, George Clooney, Ed Harris
21:55 **Grzesznica** - serial, USA
23:45 **Gra o przeżycie** - film sensacyjny, USA 1994, reż. Ernest Dickerson, wyk. Ice-T, Rutger Hauer, Gary Busey, Charles S. Dutton, F. Murray Abraham, John C. McGinley
01:50 **Druga strona medalu** - talk show
02:20 **Noc magii** - program ezoteryczny

TV 4

06:00 Pup Star **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Sędzia Judy **10:25** Nowe Sekrety Sąsiadów **11:25** Pamiętniki z wakacji
12:25 Wspaniali ludzie **12:55** Wzór **13:55** Kobra - oddział specjalny **14:55** STOP Drogówka - magazyn **15:55** Kobra - oddział specjalny **17:00** Nowe Sekrety Sąsiadów **18:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21:00 Quest Nowy Jork, lata 20. ubiegłego wieku. Historia Chrisa Dubois, młodego chłopaka, który uciekając przed gangsterami dostaje się na statek płynący do Hong Kongu. **23:05** Anatomia głupoty według Richarda Hammonda **01:05** STOP Drogówka **02:05** Graffiti **02:25** TOP 10 Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

10:00 Audiencja Generalna **11:00** Świat na wyciągnięcie ręki **11:20** Kabwe **11:25** Myśląc Ojczyzna **11:40** Prosto o gospodarce **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Święta Rita z Casci - przejmująca droga wiary
13:25 Święty na każdy dzień **13:30** Msza Święta z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze **14:30** Podróż Jessiki **15:55** Kolory Świętości **16:00** Informacje dnia
16:10 Na zdrowie **16:30** Galilejczyk - prezentuje Keith Garner **17:00** Po stronie prawdy **17:30** Okiem kamery **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Brat Franciszek **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski

eprasa.pl 7be16a410a

czwartek 31 grudnia

TVP 1

05:15 Sekrety najwyższych wieżowców na świecie. Ponad chmurami - cykl dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2018
06:05 Elif - serial, prod. Turcja, 2017
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Coś dla Ciebie - magazyn
07:55 Ranczo - serial obyczajowy TVP
08:50 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP
09:40 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP
10:30 Kasta - Zabójcza kwarantanna
11:05 Natura w Jedynce - Cudowny świat przyrody, odc. 2 Potężne skrzydła. Żuraw koroniasty. Afryka - serial

KOMEDIA

11:55 Wakacje Waltera - komedia, prod. USA
13:50 Gorączka sobotniej nocy - film muzyczny
16:00 Rolnik szuka żony - reality show
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia?
18:20 Kasta - serial
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:15 Transporter: Nowa moc - film akcji
22:00 Witamy na Hawajach
23:55 Sylwester z Dwójką
00:15 Pole rażenia - film kryminalny, prod. USA
02:05 Kiedy Harry poznał Sally - komedia
03:50 Jaka to melodia?

TVP 2

05:45 Cafe piosenka - talk-show
06:20 Marsz pingwinów 2: Przygoda na krańcu świata - film przygodowy
07:55 Pytanie na śniadanie
11:05 Panorama
11:15 Pytanie na śniadanie
11:55 Gwiazdy w południe - Sułtani westernu - komedia, prod. USA, 1991, reż. Ron Underwood, wyk. Billy Cristal, Daniel Stern, Bruno Kirby
14:00 Familiada - teleturniej prod. Polska
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:20 Szansa na sukces. Opole - Natalia Kukulska - widowisko

KOMEDIA

16:25 Dzięki Bogu już piątek - komedia prod. USA, 1978, wyk. Jeff Goldblum, Donna Summer
W piątkowy wieczór goście schodzą się do lokalnego klubu, by wziąć udział w konkursie tańca disco.
18:00 Panorama - program informacyjny prod. Polska
18:30 Sylwestrowe Hity - program rozrywkowy prod. Polska
19:55 Sylwester Marzeń z Dwójką - program rozrywkowy prod. Polska
04:40 Zakończenie dnia

TVN

05:40 Mango - telezakupy
06:55 Eko historia
07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarny
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:30 Doradca smaku
11:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:40 Rozwód. Walka o wszystko
13:40 Złodzieje - program poradnikowy
14:25 Detektywi - program kryminalny
15:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
16:00 Szpital
17:00 Rozwód. Walka o wszystko
18:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
19:00 Fakty
19:20 Uwaga! koronawirus
19:50 Uwaga! - magazyn

KOMEDIA

20:05 Nigdy w życiu! - film komedia, Polska 2004, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Danuta Stenka, Artur Żmijewski
22:05 Pieniądze to nie wszystko - film komedia, Polska 2001, reż. Juliusz Machulski, wyk. Marek Kondrat, Stanisława Celińska
00:05 American Pie II - film komedia, USA 2001, reż. James B. Rogers, wyk. Jason Biggs
02:00 Świadek koronny - film sensacyjny, Polska 2007, reż. Jarosław Sypniewski
03:55 Uwaga! - magazyn

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny prod. Polska
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze Akcja serialu dzieje się w Warszawie, największym, najbogatszym, ale także - jak wynika z policyjnych statystyk - najniebezpieczniejszym mieście w Polsce.
12:50 Wydarzenia
13:25 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja - magazyn prod. Polska
16:30 Na ratunek 112
17:00 Gliniarze

SERIAL OBYCZAJOWY

18:00 Pierwsza miłość Marysia opuszcza rodzinną wieś i przenosi się do Wrocławia, by studiować medycynę. W nowym miejscu kobieta poznaje Pawła, który zdobywa jej serce.
18:50 Wydarzenia
19:20 Gość Wydarzeń
19:45 Sport
19:50 Pogoda
19:55 Sylwestrowa Moc Przebojów 2020
01:00 Od Sylwestra do Sylwestra. Najlepsze hity do tańca - program rozrywkowy prod. Polska
04:40 Disco gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Muzyczne poranki
08:05 Informacje kulturalne
08:30 Tamte lata, tamte dni - Maja Komorowska
09:10 W syberyjskich lasach
11:00 W pustyni i w puszczy - serial przygodowy TVP
13:25 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
14:05 Rita Hayworth, bogini miłości - film
15:15 Gilda - film obyczajowy, prod. USA, 1946, reż. Charles Vidor, wyk. Rita Hayworth, Glenn Ford, George Macready, Joseph Calleia, Steven Geray
17:10 Queen podbija świat - film dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2017, reż. Christopher Bird
18:15 Którędy po sztukę
18:30 Informacje kulturalne
18:55 Bitwa tenorów na róże
20:00 Tego się nie wytnie

KOMEDIA

21:30 Pół żartem, pół serio - komedia, prod. USA, 1959, reż. Billy Wilder, wyk. Tony Curtis, Jack Lemmon, Marylin Monroe, Edward G. Robinson, Billy Gray
23:40 Scena muzyczna - Bum BumOrkestar - koncert
00:35 Scena muzyczna
01:35 Genesis: When in Rome - koncert
03:15 Bee Gees - One For All Tour. Live in Australia - koncert, prod. Wielka Brytania, 1989
05:15 Informacje kulturalne
05:35 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl
05:45 Zakończenie

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy Bijący rekordy popularności, bezkonkurencyjny w swojej kategorii serial Lombard. Życie pod zastaw. W nowych odcinkach jak zawsze emocjonujące wątki oraz perypetie głównych bohaterów, ze Zbigniewem Buczkowskim na czele.
10:40 Człowiek w żelaznej masce We Francji źle się dzieje, ale Ludwik XIV tego nie dostrzega. Pochłonięty rozrywkami zamyka oczy na cierpienie poddanych, więc muszkieterowie postanawiają wziąć sprawy w swoje ręce.
13:05 Przygoda na Antarktydzie

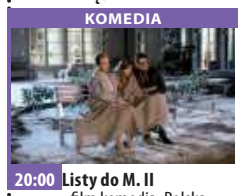
FILM PRZYGODOWY

15:10 Pamiętnik księżniczki Nastolatka z San Francisco, Mia, dowiaduje się, że ojciec, którego nie znała, był następcą tronu małego państewka i że po jego śmierci to ona jest jedyną spadkobierczynią.
17:20 Robin Hood: Książę złodziei - film przygodowy
20:00 Taxi
00:25 Showgirls
03:00 Biesiada na cztery pory roku
03:55 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska
04:50 Na jedwabnym szlaku - program dokumentalny

TVN 7

05:00 Mango telezakupy
06:35 Pokolenie mistrzów
07:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
08:05 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska
11:05 Ten moment
11:35 Szpital - program obyczajowy
12:35 Sąd rodzinny - program sądowy
13:35 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
14:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
15:35 Szkoła - obyczajowy
16:35 19 + - obyczajowy
17:45 Idealna niania - program obyczajowy
18:30 Ten moment
19:00 Starsza pani musi fiknąć

KOMEDIA



20:00 Listy do M. II - film komedia, Polska 2015, reż. Maciej Dejczer, wyk. Maciej Stuhr, Roma Gąsiorowska, Tomasz Karolak, Agnieszka Dygant, Piotr Adamczyk, Maciej Zakościelny, Marta Żmuda-Trzebiatowska, Magdalena Lamparska
22:10 Szczęśliwa Siódemka - Sylwestrowa noc z gwiazdami
00:20 Prawie święta - film
02:35 Jak się pozbyć cellulitu - film komedia, Polska 2011, reż. Andrzej Saramonowicz, wyk. Magdalena Boczarska, Dominika Kluźniak, Maja Hirsch, Tomasz Kot

TV 4

06:00 Dzielna Mysz **06:25** Małpy w kosmosie 2 **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Sędzia Judy **10:25** Nowe Sekrety Sąsiadów **11:25** Pamiętniki z wakacji Każdy odcinek serialu opowiada inną historię dotyczącą problemów życia codziennego, tym razem za granicą.
12:25 Wspaniali ludzie **12:55** Wzór **13:55** Kobra - oddział specjalny **14:55** STOP Drogówka
15:55 Kobra - oddział specjalny **17:00** Nowe Sekrety Sąsiadów **18:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Sylwester z Gwiazdami Kabaretu **23:00** American Hustle **01:55** Egzekutor **03:55** Anatomia głupoty według Richarda Hammonda **04:25** TOP 10 Lista Przebojów

TV Trwam

09:30 Brat Franciszek **10:00** Informacje dnia **10:15** Rozmowy niedokończone **11:25** Myśląc Ojczyzna **11:35** Przyroda i ludzie **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Po stronie prawdy **12:50** Prudnik **13:30** Msza Święta
14:30 Magia świąt **15:55** Kolory Świętości **16:00** Informacje dnia **16:10** Z wędką nad wodę w Polskę i Świat **16:35** Porady Medyczne Bonifratrów **17:00** Akademia pro-life **17:05** Wodzirejski maraton **17:25** Święty na każdy dzień **17:30** Okiem kamery **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Gala operetkowa **19:25** Kolory Świętości
19:30 Mały Pasterz **19:55** Święty na każdy dzień **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Głos Polski **21:00** Apel Jasnogórski

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

piątek 1 stycznia

TVP 1

05:25 Magiczna skarpeta - film obyczajowy, prod. Kanada, 2015
07:00 Msza Święta
08:20 Szajbus i pingwiny - film familijny
10:05 Grease - musical
12:00 Anioł Pański, prod. Watykan, Polska, 2020
12:20 Jak zostać kotem - komedia, prod. Kanada, Chiny, Francja, 2016, reż. Barry Sonnenfeld
13:45 Skoki Narciarskie
16:20 Kamerą TVP Sport
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:20 Kasta - serial paradokumentalny
18:55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Sport
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda

FILM OBYCZAJOWY

20:15 Zenek - film obyczajowy, prod. Polska, 2020, reż. Jan Hryniak, wyk. Krzysztof Czeczot, Jakub Zając, Klara Bielawka
22:20 Wielki Gatsby - dramat, prod. USA, 2013, reż. Baz Luhrmann, wyk. Leonardo diCaprio, Tobey Maguire, Carey Mulligan
00:50 Koszmar minionego lata - film prod. USA, 1997, reż. Jim Gillespie, wyk. Jennifer Love Hewitt, Ryan Phillippe
02:40 Transporter: Nowa moc - film akcji
04:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
05:15 Zakończenie dnia

TVP 2

06:10 Arktyczna przygoda - film obyczajowy, prod. USA, 2014, reż. Roger Spottiswoode, wyk. Dakota Goyo, Goran Vinjić, Bridget Moynahan
07:55 Pytanie na śniadanie
11:10 Panorama
11:20 Pytanie na śniadanie
12:00 Koncert z Wiednia - wstęp
12:15 Koncert Noworoczny z Wiednia 2021 - Transmisja - koncert, prod. Austria, 2021
14:00 Familiada - teleturniej
14:40 Koło fortuny - teleturniej
15:30 Sylwester Marzeń z Dwójką - koncert
18:00 Panorama
18:25 Sylwester Marzeń z Dwójką - koncert
20:00 Dziewczyna warta grzechu - komedia, prod. USA, 2014

FILM SENSACYJNY

21:40 72 Godziny - film sensacyjny, prod. USA, Francja, 2014, reż. McG, wyk. Kevin Costner, Connie Nielsen, Amber Heard
23:45 Koncert Noworoczny z Wiednia 2021 - Retransmisja cz. 1 - koncert
00:40 Córka mojego kumpla - film obyczajowy, prod. USA, 2011, reż. Julian Farino, wyk. Hugh Laurie, Oliver Platt, Catherine Keener, Adam Brody, Leighton Meester
02:20 Dzięki Bogu już piątek - komedia, prod. USA, 1978, reż. Robert Klane, wyk. Jeff Goldblum, Donna Summer
03:50 Zakończenie dnia

TVN

05:30 Uwaga! - magazyn
05:50 Mango - telezakupy
08:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
09:00 Narodziny - film obyczajowy, USA, 2006, reż. Catherine Hardwicke, wyk. KeishaCastle-Hughes, OscarIsaac, HiamAbbas, ShaunToub, CiaranHinds, ShohrehAghdashloo, StanleyTownsend
10:55 Pan niania - film komedia, USA, 1992, reż. Michael Gottlieb, wyk. Hulk Hogan, Sherman-Hemsley, AustinPendleton, RobertGorman, Madeline Zima
12:30 Złoto dla zuchwałych - film wojenny, USA, Jugosławia, 1970, reż. Brian G. Hutton, wyk. Clint Eastwood

KOMEDIA

15:10 Happy Feet: Tupotmałychstóp II - film komedia, USA, 2011, reż. George Miller, GaryEck, DavidPeers, wyk. Robin Williams, ElijahWood, Sofia Vergara
17:00 Znów mam 17 lat - film komedia, USA, 2009
19:00 Fakty
19:20 Uwaga! koronawirus
19:50 Uwaga! - magazyn
20:05 Łowca i królowa lodu - film przygodowy
22:20 Superman: Powrót - film przygodowy
01:20 Kochajmy się od święta - film komedia
03:10 Kuba Wojewódzki - talk show rozrywkowy
04:00 Uwaga! - magazyn

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:50 Piotruś Pan
10:10 Ratatuj
12:40 Anna i Król Osadzony w baśniowej scenerii dziewiętnastowiecznej Azji dramat, opowiadający historię owdowiałej nauczycielki, Anny Leonowens, która przybywa do króla Syjamu, by objąć opiekę nad jego dziećmi.
15:50 Maska Zorro Wiek XIX. Kalifornia rządzona przez hiszpańskich kolonialistów. Szlachcic Don Diego de la Vega nie może pogodzić się z terrorem wprowadzonym przez okrutnego gubernatora Montero.
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń - magazyn

KOMEDIA

20:00 Kevin sam w Nowym Jorku Tym razem rodzina McCallisterów postanawia spędzić święta na Florydzie.
22:45 Jeździec znikąd
01:55 Sceptyk Po zagadkowej śmierci swojej ciotki Bryan Becket, odrzuca teorię adwokata, że dom jego ciotki jest nawiedzony, nie wierzy również w pogłoski krążące o tym miejscu. Bryan jest człowiekiem, który nie wierzy w duchy i inne paranormalne zjawiska.
03:50 Tajemnice losu
04:40 Disco gramy - program rozrywkowy

TVP Kultura

06:40 Informacje kulturalne
07:15 U Pana Boga za piecem - komedia
09:05 U Pana Boga w ogródku - komedia
11:15 Koncert Noworoczny z Wiednia 2021 - koncert, prod. Austria, 2021
12:05 U Pana Boga za miedzą - komedia
14:05 Lunatycy - film krótkometrażowy
14:45 Muzyka filmowa - film dokumentalny, prod. USA, 2017
16:25 Mayerling - dramat
18:55 Bitwa tenorów na róże
20:00 Potop Redivivus - film
23:10 Tego się nie wytnie
00:40 Muse live at Rome Olympic Stadium
01:50 Teraz animacje! - Mgnienia oka - film
01:55 Teraz animacje! - Ogień - animowany
01:55 Teraz animacje!

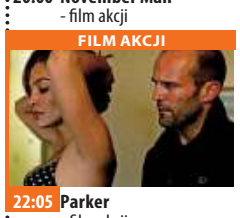
KOMEDIA

02:20 Kino nocne - Pali się, moja panno - komedia, prod. Włochy, Czechosłowacja, 1967, reż. Milos Forman, wyk. Frantisek Paska, Jan Vostrcil, Jarmila Kucharova, Alena Kvetova
W małej czeskiej miejscowości odbywa się coroczny Bal Strażaków. Pomimo dokładnych przygotowań nie wszystko idzie zgodnie z planem.
03:40 Queen podbija świat - film dokumentalny
04:55 Teledyski
05:45 Afisz kulturalny ekstra
05:50 Jeszcze więcej kultury

TV Puls

05:30 Nash Bridges - serial sensacyjny
07:15 Klątwa Różowej Pantery - komedia
09:25 7 krasnoludków - Las to za mało! - familijny
11:20 Mój przyjaciel smok - przygodowy
13:40 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Błękitny ognik - baśń
14:50 Król Artur - przygodowy Rzymski generał Artur i jego rycerze otrzymują ostatnią misję do spełnienia. Podczas wyprawy odbijają z rąk nieprzyjaciela młodą Ginewrę, która jest królową Piktów.
17:30 W imię króla - film akcji
20:00 November Man - film akcji

FILM AKCJI



22:05 Parker - film akcji Oszukany przez byłych kompanów i pozostawiony na pewną śmierć zawodowy złodziej powraca do gry, planując rewanż.
00:20 Teoria chaosu - film akcji Detektyw Conners i jego nowy partner Dekker prowadzą śledztwo w sprawie tajemniczego napadu na bank. Wkrótce policjanci odkrywają intrygę na dużą skalę.
02:25 Castle - fabularny
03:20 Na jedwabnym szlaku
04:05 Wojciech Cejrowski. Boso - Ziemia Święta

TVN 7

05:00 Mango telezakupy
06:35 Angry Birds - serial
06:55 Pokolenie mistrzów
07:30 Lorax - film komedia, USA, 2012, reż. Chris Renaud, wyk. Danny DeVito, Ed Helms
09:15 Duma: Podróż do domu - film przygodowy, USA, 2005, reż. Carroll Ballard, wyk. Alexander Michaeletos, Campbell Scott, Mary Makhatho
11:25 Wehikuł czasu - film S-F, USA, 2002, reż. Simon Wells, wyk. Guy Pearce, Mark Addy, Phyllida Law
13:30 Atramentowe serce - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, Niemcy
15:45 Ostatni smok III: Klątwa czarnoksiężnika - film przygodowy
17:50 Szczęśliwa Siódemka

KOMEDIA

20:00 Sylwester w Nowym Jorku - film komedia, USA, 2011, reż. Garry Marshall, wyk. Michelle Pfeiffer, Zac Efron, Robert De Niro, Halle Berry, Jessica Biel, Seth Meyers, Katherine Heigl, Jon Bon Jovi, Ashton Kutcher
22:30 Romeo musi umrzeć - film sensacyjny, USA, 2000, reż. Andrzej Bartkowiak, wyk. Jet Li, Aaliyah, Delroy Lindo, Isaiah Washington
00:50 Kurt Cobain: Życie bez cenzury - film dokument, USA, 2015, reż. Brett Morgen
03:15 Druga strona medalu - talk show

TV 4

06:00 Tom i Jerry: Piraci i Kudłaci **09:05** Pieska Gwiazdka **10:50** Merlin i księga bestii Czarnoksiężnik Arkadian, wraz z całą menażerią bestii ze swej magicznej księgi, przejmuje we władanie Camelot. **12:50** K-9
15:00 Billy Madison **16:55** Szczeniackie wojsko **19:00** Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy prod. Polska
20:00 Święty **21:00** Gwiazdy Kabaretu **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:00** Król Skorpion: Księga Dusz. Nesberek, zły i żądny władzy przywódca jednego z egipskich plemion, odnajduje prastary grób króla Memtepa, a w nim Kieł Anubisa - wykuty przez władcę podziemi mityczny miecz, który swemu posiadaczowi pozwoli rządzić światem.
02:05 Korpus weteranów

TV Trwam

09:30 Msza Święta z kaplicy Cudownego Obrazu Matki Bożej Częstochowskiej na Jasnej Górze **10:25** Spektakl baletowy Królewna Śnieżka **12:00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem **12:20** Żywe Betlejem z gwiazdami
14:00 Próba wiary **14:55** Słowo Życia **15:00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia **15:20** Mocni w wierze **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Koncert życzeń **17:00** Kantata „Anioł pasterzom mówił" **17:20** 100 cudownych miejsc na świecie. Wieża Eiffla
17:30 Okiem kamery **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Ave Maria na przestrzeni wieków **19:30** Jesteśmy katolikami **19:55** Święty na każdy dzień **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

eprasa.pl 7be16a410a

sobota 2 stycznia

TVP 1

05:30 **Klan** - telenowela TVP
06:05 **Sprawa dla reportera**
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
07:35 **Rok w ogrodzie**
08:00 **Rok w ogrodzie Extra**
08:15 **Wojsko - polskie.pl**
08:40 **Pełnosprawni**
09:10 **Magazyn śledczy Anity Gargas** - magazyn
09:40 **Fascynujący świat** - Blaski i cienie luksusowych rejsów - film
10:45 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny TVP
11:45 **Dobry dzień na egzekucję** - western
13:45 **Okrasa łamie przepisy** - magazyn kulinarny
14:15 **Z pamięci** - felieton
14:25 **Przyrodnik na tropie**
15:00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego**
15:20 **Zakochaj się w Polsce**

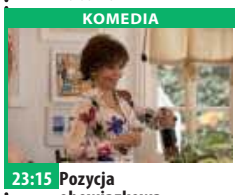
SERIAL OBYCZAJOWY

16:00 **Osiecka** - serial TVP
17:00 **Teleexpress**
17:30 **Jaka to melodia?**
18:30 **Osiecka** - serial TVP
19:30 **Wiadomości**
20:05 **Pogoda**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:35 **Komisarz Alex** - serial kryminalny TVP
21:30 **Hit na sobotę - Smak zemsty. Peppermint** - film akcji
23:20 **Zenek** - film obyczajowy
01:25 **Wirtuoz** - thriller, prod. Hiszpania, 2013
03:05 **Jaka to melodia?** - teleturniej muzyczny
03:50 **Z pamięci** - felieton
03:55 **Zakończenie dnia**

TVP 2

05:30 **Cafe piosenka**
05:55 **Dla niesłyszących - Barwy szczęścia**
07:00 **Dla niesłyszących** - M jak miłość - serial TVP
07:55 **Pytanie na śniadanie**
11:20 **Rodzinny ekspres** - Objawienie Boże
11:50 **Alternatywy 4** - serial komediowy TVP
12:55 **Anything goes. Ale jazda!**
14:00 **Familiada** - teleturniej
14:35 **Koło fortuny**
15:20 **27 sukienek** - komedia
17:20 **Rodzinka.pl** - serial
17:50 **Dla niesłyszących** - Słowo na niedzielę
18:00 **Panorama**
18:25 **Pogoda**
18:35 **Sylwester Marzeń z Dwójką** - koncert
19:35 **Lajk!**
20:00 **The Voice Senior**
22:10 **Muzyka, Taniec, Zabawa**

KOMEDIA

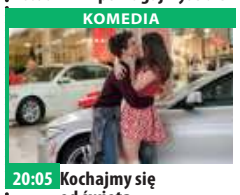


23:15 **Pozycja obowiązkowa** - komedia, prod. USA, 2018, reż. Bill Holderman, wyk. Jane Fonda, Diane Keaton, Candice Bergen, Mary Steenburgen, Andy Garcia
01:10 **Dziewczyna warta grzechu** - komedia, prod. USA, 2014
02:50 **Anatomia zemsty** - komedia kryminalna, prod. USA, 2013, reż. Daniel Schechter, wyk. Jennifer Aniston, Isla Fisher, Tim Robbins, John Hawkes, Will Forte
04:30 **Zakończenie dnia**

TVN

04:55 **Uwaga!** - magazyn
05:15 **Mango** - telezakupy
07:25 **Kobieta na krańcu świata**
08:00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11:30 **Remont razem**
12:30 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy
13:50 **Kobieta na krańcu świata**
14:20 **Wyjątkowe domy**
14:55 **Totalne remonty Szelągowskiej**
15:55 **Kolekcja smaków**
16:25 **Klinika bez tajemnic**
17:25 **MądrzeJEMY z Katarzyną Bosacką**
18:00 **Patent na dom**
19:00 **Fakty**
19:25 **Sport**
19:35 **Pogoda**
19:45 **Uwaga!** - magazyn
20:00 **#TVNpomagajmysobie**

KOMEDIA



20:05 **Kochajmy się od święta** - film komedia, USA, 2015, reż. JessieNelson, wyk. DianeKeaton, JohnGoodman, EdHelms, AmandaSeyfried, AlanArkin, MarisaTomei, Olivia Wilde, Steve Martin, AnthonyMackie
22:30 **Moje wielkie greckie wesele II** - film komedia, USA, Kanada, 2016, reż. Kirk Jones, wyk. NiaVardalos, JohnCorbett
00:20 **American Pie II** - film komedia, USA, 2001
02:25 **Uwaga!** - magazyn
02:40 **Noc magii**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:00 **Artur i Minimki**
10:10 **Ewa gotuje**
10:40 **Nasz Nowy Dom**
11:40 **Foto Models Poland 2020**
12:40 **Rolnicy. Podlasie**
13:45 **Rolnicy - Tak się żyje u nas na wsi**
14:45 **Nie mów do mnie śmieciarzu!**
15:45 **Więzienie**
17:45 **Chłopaki do wzięcia**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość Wydarzeń**
19:45 **Sport, Pogoda**
20:00 **Thor** Świat ma wielu bohaterów... jednak tylko jeden z nich jest bogiem. Arogancki wojownik Thor zostaje wygnany z Asgardu przez swojego ojca Odyna na Ziemię,

FILM PRZYGODOWY

22:40 **Skarb narodów** Wielki przebój kinowy z Nicolasem Cagem w roli Benjamina Franklina Gatesa, którego rodzina zajmuje się od sześciu pokoleń poszukiwaniem największego w dziejach ludzkości skarbu zakonu Templariuszy, który podobno trafił do Ameryki i został ukryty przez Ojców Założycieli.
01:15 **Gra o życie** Bohaterem jest policjant, który osiem lat temu wyleciał z pracy. W najgorszym momencie swojego życia spotyka tajemniczego mężczyznę.
03:35 **Tajemnice losu** - program ezoteryczny

TVP Kultura

07:00 **Trzymaj się swoich chmur** - piosenki Seweryna Krajewskiego
08:05 **Od ucha do ucha** - Mundur - animowany
08:10 **Od ucha do ucha** - Hydraulicy - film animowany
08:20 **Od ucha do ucha** - Tadek Niejadek - film
08:45 **Od ucha do ucha**
10:30 **Serialowa nostalgia** - Przygody pana Michała
11:40 **Mali bohaterowie** - film dokumentalny
13:00 **Malarstwo barokowe**
13:30 **Kobra**
14:45 **Tego się nie wytnie**
16:15 **Retro kino** - Marty - film fabularny, prod. USA
17:55 **Tamte lata, tamte dni** - Jan Jakub Kolski
18:30 **Informacje kulturalne** - informator kulturalny
18:55 **Scena muzyczna**
20:00 **Bilet do kina** - Hobbit
22:55 **Queen Live in Rio**

DRAMAT

00:05 **Mocne Kino - Plac zabaw** - film prod. Polska, 2016, reż. Bartosz M. Kowalski, wyk. Michalina Świstoń, Nicolas Przygoda, Przemysław Baliński, Patryk Świderski
01:40 **Informacje kulturalne** - informator kulturalny
02:10 **Potop Redivivus** - film fabularny, prod. Polska, 2014, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Daniel Olbychski, Małgorzata Braunek, Tadeusz Łomnicki, Kazimierz Wichniarz
05:30 **Teledyski**
05:50 **Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl**

TV Puls

06:00 **Łowcy skarbów** - fabularny Historyczka Sydney Fox decyduje się podróżować po świecie, by odnaleźć zaginione skarby i dzieła sztuki.
07:00 **Taki jest świat**
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodu różnych życiowych zawirowań.
20:00 **Leon zawodowiec** - film akcji
22:30 **Wasabi: Hubert zawodowiec** - film akcji

FILM AKCJI

00:40 **Na linii ognia** - film akcji Tajemniczy szantażysta grozi śmiercią prezydentowi USA. Na jego trop wpada doświadczony agent ochrony.
03:05 **Castle** - fabularny Poszukujący inspiracji pisarz otrzymuje pozwolenie na przyłączenie się do jednego zespołu z wydziału zabójstw nowojorskiej policji.
04:00 **Taki jest świat**
04:45 **Z archiwum policji** - serial dokumentalny
05:10 **Dyżur** - serial dokumentalny

TVN 7

04:30 **Mango** - telezakupy
06:35 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
07:45 **Ten moment**
08:20 **Kosmiczny wykop**
08:55 **Ten moment**
10:05 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
13:20 **Z zaskoczenia** - film rodzinny, USA, 2012, reż. John Whitesell, wyk. Kevin Durant, Taylor Gray, James Belushi, Brandon T. Jackson
15:25 **Sknerus** - film komedia, USA, 1994, reż. Jonathan Lynn, wyk. Michael J. Fox, Kirk Douglas, Nancy Travis, Olivia D'Abo, Bob Balaban, Ed Begley Jr.
17:50 **Zbuntowana księżniczka** - film komedia, Francja, USA, Wielka Brytania, 2008, reż. Nick Moore, wyk. Emma Roberts

FILM PRZYGODOWY

20:00 **Mroczny rycerz** - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2008, reż. Christopher Nolan, wyk. Christian Bale, Heath Ledger, Aaron Eckhart, Michael Caine, Maggie Gyllenhaal, Gary Oldman, Morgan Freeman, Cillian Murphy
23:15 **Raport Pelikana** - film sensacyjny, USA, 1993, reż. Alan J. Pakula, wyk. Julia Roberts, Denzel Washington, Sam Shepard, John Heard, Tony Goldwyn, James Sikking, William Atherton, Robert Culp, Stanley Tucci, Hume Cronyn, John Lithgow
02:10 **Noc magii** - program ezoteryczny

TV 4

06:00 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **07:00** Tom i Jerry i Sherlock Holmes **08:00** Tuż przed tragedią **09:00** Galileo **11:05** Zaczarowane królestwo Przepięknie sfilmowana opowieść o Afryce, która zachwyci nie tylko wielbicieli filmów dokumentalnych. **13:00** STOP Drogówka **14:00** Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy **19:00** Galileo **20:00** Święty **21:00** Gwiazdy Kabaretu **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:20** Potępiony 2 Randy Orton, w roli byłego łowcy nagród, który nieoczekiwanie znajduje się w samym środku morderczej rozgrywki, w jakiej on i jego dawni kumple muszą walczyć przeciw sobie na śmierć i życie. **02:05** Interwencja **02:25** TOP 10 Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

12:00 Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Lodowa podróż **13:05** Święty na każdy dzień **13:10** 100 cudownych miejsc na świecie. Centrum Szanghaju, Bund, Chiny **13:20** Ocalić od zapomnienia **13:30** Msza Święta **14:35** Próba wiary **15:25** Kolory Świętości **15:30** Wierzę w Boga **16:00** Informacje dnia **16:10** Krakowskie Betlejem **16:30** Z dalekiego wschodu do betlejemskiej szopki **16:50** Świątynia Ta Prom, Angkor, Kambodża **17:00** Z Parlamentu Europejskiego **17:30** Okiem kamery **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza **19:45** Modlitwa **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel

niedziela 3 stycznia

TVP 1

05:30 **Klan** - telenowela TVP
06:00 **Słownik polsko@polski** - talk - show
06:25 **Wojsko - polskie.pl**
06:55 **Słowo na niedzielę**
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia**
08:00 **Tydzień**
08:30 **Zakochaj się w Polsce**
09:05 **Las bliżej nas**
09:30 **Okrasa łamie przepisy**
10:05 **Stulecie Winnych**
10:55 **Słowo na niedzielę**
11:00 **Msza Święta**
11:55 **Między ziemią a niebem**
12:00 **Anioł Pański**
12:15 **Między ziemią a niebem**
12:50 **Rwanda 2020**
13:05 **Z pamięci** - felieton
13:15 **Skoki Narciarskie**
16:00 **Osiecka** - serial TVP
17:00 **Teleexpress**
17:20 **Pogoda**

SERIAL KRYMINALNY

17:30 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny prod. TVP
18:30 **Jaka to melodia?** - teleturniej muzyczny
19:30 **Wiadomości**
20:15 **Osiecka** - serial TVP
21:15 **Sanatorium miłości**
22:05 **Sanatorium miłości. Kulisy programu**
22:20 **Zakochana Jedynka - Dirty Dancing** - film muzyczny, prod. USA, 1987
00:10 **Smak zemsty. Peppermint** - film akcji
02:00 **Bandslam**
03:55 **Jaka to melodia?** - teleturniej muzyczny
04:50 **Z pamięci** - felieton
04:55 **Zakończenie dnia**

TVP 2

05:25 **Dla niesłyszących** - Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
07:00 **Dla niesłyszących** - M jak miłość - serial TVP
07:55 **Pytanie na śniadanie**
11:15 **Zacznij Od Nowa** - magazyn
11:45 **Szansa na sukces. Opole** - Anna Wyszkoni - widowisko muzyczne
12:50 **Sylwester Marzeń z Dwójką** - koncert
14:00 **Familiada** - teleturniej
14:35 **Koło fortuny** - teleturniej
15:10 **Szansa na sukces. Opole** - Golec uOrkiestra - widowisko muzyczne
16:10 **Lepsza połowa** - serial
17:05 **Jutro należy do nas** - serial, prod. Francja
18:00 **Panorama**
18:20 **Pogoda**
18:30 **Randka z księżniczką** - film fabularny

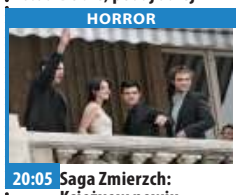
KOMEDIA

20:00 **Anatomia zemsty** - komedia kryminalna, prod. USA, 2013, wyk. Jennifer Aniston, Isla Fisher, Tim Robbins
21:50 **Kino bez granic - Dalida. Skazana na miłość** - film biograficzny, prod. Francja, 2016, wyk. Sveva Alviti, Riccardo Scamarcio, Jean- Paul Rouve
00:05 **Pitbull. Nowe porządki** - film sensacyjny, prod. Polska, 2015, reż. Patryk Vega
02:25 **Pozycja obowiązkowa** - komedia, prod. USA
04:10 **Zakończenie dnia**

TVN

04:55 **Uwaga!** - magazyn
05:15 **Mango** - telezakupy
07:25 **Nowa Maja w ogrodzie**
07:55 **Akademia ogrodnika**
08:00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11:30 **Co za tydzień** - magazyn
12:10 **Kolekcja smaków**
12:45 **Wyjątkowe domy**
13:20 **Patent na dom**
14:25 **Łowca i królowa lodu** - film przygodowy, USA, Chiny, 2016, reż. Cedric Nicolas-Troyan, wyk. Chris Hemsworth, CharlizeTheron, JessicaChastainEmilyBlunt, Nick Frost, RobBrydon
16:50 **Nigdy w życiu!** - film komedia, Polska, 2004, reż. Ryszard Zatorski
19:00 **Fakty**
19:40 **Raport smogowy**
19:45 **Uwaga!** - magazyn
20:00 **Dobre, podaj dalej**

HORROR



20:05 **Saga Zmierzch: Księżyc w nowiu** - film horror, USA, 2009, reż. Chris Weitz, wyk. KristenStewart, RobertPattinson, TaylorLautner, ElizabethReaser, PeterFacinelli, MichaelSheen, AshleyGreene
22:55 **Pasażer 57** - film sensacyjny, USA, 1992, reż. Kevin Hooks, wyk. Wesley Snipes, BrucePayne, TomSizemore, AlexDatcher, BruceGreenwood, ElizabethHurley
00:35 **MasterChef** - program rozrywkowy
03:10 **Uwaga!** - magazyn
03:25 **Noc magii**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:30 **Renifer Niko ratuje święta**
10:05 **Karate kid** Nastoletni Daniel przeprowadza się wraz z matką Lucille z New Jersey do Los Angeles. Zaprzyjaźnia się ze swoim rówieśnikiem Tommym.
12:45 **Kevin sam w Nowym Jorku**
15:10 **Thor** Arogancki wojownik Thor zostaje wygnany z Asgardu przez swojego ojca Odyna na Ziemię, gdzie musi walczyć, by odzyskać honor i utracone moce.
17:40 **Nasz Nowy Dom**
18:50 **Wydarzenia**
19:30 **Państwo w Państwie** - magazyn
20:00 **Świętokrzyska Gala Kabaretowa**

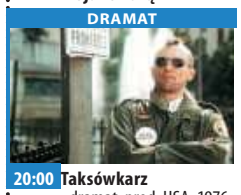
FILM SENSACYJNY

23:40 **Diamentowa afera** Sympatyczny kryminalista Miles Logan kradnie drogocenny brylant, który ma mu zapewnić olbrzymie pieniądze i wygodne życie. Niestety podczas ucieczki z miejsca przestępstwa dochodzi do poważnej kłótni z jego wspólnikiem, w dodatku na miejsce szybko przybywa policja.
01:45 **Dzień, w którym zatrzymała się Ziemia** - film sensacyjny
03:55 **Tajemnice losu**
04:40 **Disco gramy** - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

06:50 **Myśli na ten czas** -
07:00 **Liturgia Prawosławna cerkiew Zmartwychwstania**
08:25 **Od ucha do ucha** - Odkrywając Beethovena - IX symfonia d - moll op. 125 - film dokumentalny, prod. Niemcy
09:35 **Od ucha do ucha** - Karnawał Zwierząt
10:20 **Francuskie śniadanie** - Arsene Lupin - serial
11:25 **Trzeci punkt widzenia** - program publicystyczny
11:55 **Bilet do kina** - Hobbit: Niezwykła podróż - film przygodowy
14:55 **„Stworzenie świata"**
16:50 **Informacje kulturalne**
17:15 **Niedziela z... Izabelą Trojanowską**
18:05 **Niedziela z...Izabelą Trojanowską**
19:00 **Niedziela z... Izabelą Trojanowską**

DRAMAT



20:00 **Taksówkarz** - dramat, prod. USA, 1976, reż. Martin Scorsese, wyk. Robert De Niro, Jodie Foster, Cybill Stepherd, Harvey Keitel
22:00 **Trzeci punkt widzenia** - program publicystyczny
22:35 **Carrington** - dramat, prod. Wielka Brytania
00:45 **Informacje kulturalne**
01:05 **Teraz animacje!** - Mgnienia oka - film animowany, prod. Niemcy, 2018
01:10 **Teraz animacje!** - Ogień - film animowany
01:15 **Teraz animacje!** - Popołudnie Clemence
01:35 **Kino nocne - Bilet na księżyc** - film

TV Puls

06:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
09:40 **Mój przyjaciel smok** - przygodowy
11:45 **Smokiem i mieczem** - przygodowy Po powrocie z wyprawy krzyżowej rycerz wyrusza na poszukiwanie zaginionej córki króla.
13:40 **Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Czerwony Kapturek** - baśń
14:55 **Taxi** - komedia
16:40 **Taxi 2** - komedia
18:25 **Taxi 3** - komedia
20:00 **Nocny pościg** - film akcji Starzejący się płatny morderca, Jimmy, pragnie ochronić porzuconego syna przed byłym przełożonym - potężnym szefem mafii.
22:15 **Non stop** - film akcji

FILM AKCJI

00:15 **Charlie Cykor** - film akcji Borykający się z problemem wiary we własne możliwości agent policyjny otrzymuje zadanie przygotowania zasadzki na mafijnych bossów.
02:20 **Dyżur** - serial dokumentalny
03:00 **Taki jest świat** - program informacyjny prod. Polska
03:55 **Na jedwabnym szlaku**
04:35 **Z archiwum policji** - serial dokumentalny prod. Polska
05:00 **Dyżur** - serial dokumentalny

TVN 7

04:30 **Mango** - telezakupy
06:35 **Angry Birds** - serial
06:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
09:55 **Jak zdobyto Dziki Zachód** - film western, USA, 1962, reż. Henry Hathaway, John Ford, George Marshall, wyk. James Stewart, Henry Fonda, Gregory Peck, Debbie Reynolds, Richard Widmark, George Peppard, Karl Malden, John Wayne, Carolyn Jones
13:10 **Atramentowe serce** - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, Niemcy, 2008, reż. Iain Softley, wyk. Brendan Fraser, Paul Bettany, Jim Broadbent
15:30 **Sylwester w Nowym Jorku** - film komedia, USA, 2011, reż. Garry Marshall, wyk. Michelle Pfeiffer, Zac Efron

KOMEDIA

17:55 **Akademia policyjna** - film komedia, USA, 1984, reż. Hugh Wilson, wyk. Steve Guttenberg, Kim Cattrall, G.W. Bailey, Bubba Smith, Donovan Scott, George Gaynes
20:00 **Od kołyski aż po grób** - film sensacyjny, USA, 2003, reż. Andrzej Bartkowiak, wyk. Jet Li, DMX, Anthony Anderson, Kelly Hu, Tom Arnold, Marc Dacascos
22:15 **Król Skorpion III: Odkupienie** - film, USA, 2012, reż. Roel Reiné
00:30 **Nad morzem** - film obyczajowy
02:45 **Noc magii**

TV 4

06:00 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **07:00** Tuż przed tragedią **09:00** K-9 Choć Thomas jest znakomitym policjantem, wśród kolegów z brygady antynarkotycznej ma opinię wariata. Ma jednak oddanego przyjaciela - owczarka alzackiego, z którym tworzy zgraną parę. **11:05** Galileo **13:05** STOP Drogówka **14:05** Gwiazdy Kabaretu **15:05** Mistrz kierownicy ucieka **17:05** Ślub last minute **19:00** Galileo **20:00** Król Skorpion: Księga Dusz. Nesberek, przywódca jednego z egipskich plemion, odnajduje prastary grób króla Memtepa. **22:20** Wiking Młody wiking, Włodzimierz Nowogrodzki, po śmierci ojca przez zamarznięte morze ucieka na wygnanie. **01:05** Śmierć na 1000 sposobów **02:00** Tuż przed tragedią

TV Trwam

09:30 Msza Święta **10:35** Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela" **10:40** Kolędowanie z Nadzieją **11:15** Mój brat papież **11:30** Kolędowanie z Zespołem Pieśni i Tańca Bychlewianka **12:00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem **12:20** Wieś - to też Polska **13:30** Papież Polak do Rodaków **14:05** Jestem Gabriel **15:40** Święty na każdy dzień **15:45** Kolory Świętości **15:50** 100 cudownych miejsc na świecie **16:00** Informacje dnia **16:10** Koncert życzeń **17:00** Tam, gdzie Bóg płacze **17:30** Okiem kamery **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Mikołaj - chłopiec, który został świętym **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Kolory Świętości **21:00** Apel

eprasa.pl 7be16a410a

poniedziałek 4 stycznia

TVP 1

05:25 **Przygody Joanny** - film obyczajowy
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 TVP
09:35 **Komisarz Alex** - serial kryminalny TVP
10:35 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny TVP
11:25 **Kasta** - serial paradokumentalny TVP
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **Magazyn Rolniczy**
12:50 **Natura w Jedynce** - Szpiedzy wśród zwierząt 1. Miłość, prod. Wielka Brytania, 2017

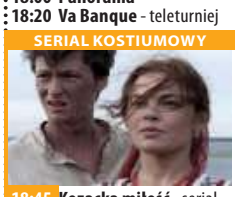
SERIAL OBYCZAJOWY

14:00 **Elif** - serial, prod. Turcja, 2017
15:00 **Wiadomości**
15:15 **Alarm!** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka**
16:05 **Przysięga** - serial
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?**
17:55 **Klan** - telenowela TVP
18:20 **Kasta - Kontrola** - serial
18:55 **Jeden z dziesięciu**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:30 **Leśniczówka**
21:00 **Teatr Telewizji - Pan Jowialski**
22:40 **Świat bez fikcji** - Sługa Narodu - film
23:40 **Warto rozmawiać**
00:45 **Dirty Dancing** - film muzyczny, prod. USA

TVP 2

05:25 **Cafe piosenka**
05:55 **Doktor z alpejskiej wioski** - serial, prod. Niemcy, 2019
06:55 **Coś dla Ciebie**
07:20 **Familiada** - teleturniej
07:55 **Pytanie na śniadanie**
10:45 **Panorama**
10:50 **Pytanie na śniadanie**
11:25 **Rodzinka.pl** - serial komediowy TVP
11:55 **Dla niesłyszących** - Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
12:30 **Koło fortuny**
13:15 **Kozacka miłość** - serial kostiumowy, prod. Rosja
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial fabularyzowany TVP
15:10 **Doktor Kleist** - serial
16:00 **Koło fortuny**
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:10 **Więzień miłości**
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej

SERIAL KOSTIUMOWY



18:45 **Kozacka miłość** - serial kostiumowy, prod. Rosja
19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy TVP
20:45 **Kulisy serialu**
20:55 **Królowa piękności** - serial obyczajowy, prod. Rosja, 2015, reż. Karen Howhannisjan
21:50 **O mnie się nie martw** - serial komediowy TVP
22:45 **Lepsza połowa** - serial
23:45 **Square, The** - komedia, prod. Niemcy, Dania, Francja, Szwecja, 2017, reż. Ruben Östlund
02:25 **Warto kochać** - serial
03:20 **Dalida. Skazana na miłość** - film biograficzny
05:30 **Zakończenie**

TVN

05:05 **Nowa Maja w ogrodzie**
05:35 **Akademia ogrodnika**
05:45 **Mango** - telezakupy
07:00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11:30 **Dobre, podaj dalej**
11:40 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12:40 **Rozwód. Walka o wszystko**
13:40 **Złodzieje** - program poradnikowy
14:25 **Detektywi** - program kryminalny
15:00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
16:00 **Szpital** - program obyczajowy
17:00 **Rozwód. Walka o wszystko**

PROGRAM OBYCZAJOWY

18:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
19:00 **Fakty**
19:25 **Uwaga! koronawirus**
19:35 **Sport**
19:45 **Pogoda**
19:50 **Raport smogowy**
19:55 **Uwaga!** - magazyn
20:10 **Doradca smaku**
20:15 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy
20:55 **Milionerzy**
21:30 **Na własną rękę** - film sensacyjny, USA
23:50 **Saga Zmierzch: Księżyc w nowiu** - film horror, USA, 2009, reż. Chris Weitz
02:25 **Co za tydzień**
03:00 **Na granicy światów**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:40 **Malanowski i Partnerzy**
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:25 **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 **MEGA HIT - Dzień, w którym zatrzymała się Ziemia** Jennifer Connelly wciela się w doktor Helen, która poznaje Klaatu - kosmitę.

FILM SENSACYJNY

22:15 **Zabójca** Crowford jest agentem FBI rozpracowującym amerykańską gałąź japońskiej mafii. Razem z partnerem Tomem uczestniczy w akcji, podczas której liczy na pojmanie płatnego zabójcy Rogue'a . Tom ciężko rani przestępcę, ale nie udaje się go schwytać. Następnego dnia on i cała jego rodzina zostają bestialsko zamordowani. W ich domu Jack znajduje tytanową łuskę.
00:25 **Szklana pulapka 5**
03:00 **Tajemnice losu**
04:40 **Disco gramy** - program rozrywkowy
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

07:40 **Informacje kulturalne**
08:10 **Tego się nie wytnie**
09:35 **Wydarzenie aktualne**
09:55 **Reżyserzy** - Frank Capra - cykl dokumentalny
11:00 **Quo vadis?** - serial TVP, prod. Polska, 2002, reż. Jerzy Kawalerowicz
13:00 **Grace Jones, życiodajne światło** - koncert, prod. Wielka Brytania, 2017, reż. Sophie Fiennes
15:40 **Jeszcze nie wieczór** - film obyczajowy, prod. Polska, 2008, reż. Jacek Bławut, wyk. Jan Nowicki, Nina Andrycz, Sonia Bohosiewicz, Irena Kwiatkowska
17:35 **Czterdziestolatek** - serial TVP, prod. Polska, 1974, reż. Jerzy Gruza
18:30 **Informacje kulturalne**
18:55 **Rok 2021**
19:20 **Trzeci punkt widzenia** - program publicystyczny

FILM OBYCZAJOWY

20:00 **Panorama kina polskiego - Do widzenia, do jutra** - film prod. Polska, 1960
21:30 **Powidoki** - program publicystyczny
21:45 **Żelazna klasyka - Gallipoli** - dramat, prod. Australia, 1996, reż. Peter Weir, wyk. Mel Gibson, Mark Lee
23:45 **Scena muzyczna** - Jakub Paulski Trio - koncert
00:45 **Informacje kulturalne**
01:15 **Taksówkarz** - dramat, prod. USA, 1976, reż. Martin Scorsese
03:15 **Tamte lata, tamte dni** - Jan Jakub Kolski
03:45 **Teledysk**
05:00 **Rok 2021**

TV Puls

06:00 **Nash Bridges** - serial sensacyjny
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
10:00 **Kobra - oddział specjalny** - fabularny Każdy kolejny odcinek to odrębna tematyka. W każdym z nich nie brakuje "zabójczej prędkości", efektów specjalnych, napięcia, niebezpiecznych pościgów i komizmu, przedstawianego przez bohaterów. Chcą, aby zawsze na pierwszym miejscu stała sprawiedliwość.
12:00 **Zaklinaczka duchów** - fabularny
14:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
16:00 **Rodzinny interes**

SERIAL OBYCZAJOWY

18:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy prod. Polska
20:00 **Odwet** - film akcji
21:55 **Nocny pościg** - film akcji
00:15 **November Man** - film akcji
02:30 **Taki jest świat**
03:35 **Dyżur** - serial dokumentalny
03:55 **Na jedwabnym szlaku**
04:35 **Z archiwum policji** - serial dokumentalny
05:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska

TVN 7

05:00 **Mango telezakupy**
06:30 **Influencer: zawód przyszłości** - serial
07:00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
08:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:00 **Szpital** - program obyczajowy
12:00 **Szkoła**
13:00 **Sąd rodzinn** - program sądowy
14:00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - program sądowy
15:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
16:00 **Zakochani po uszy** - serial, Polska
16:35 **Brzydula** - serial, Polska
17:10 **19 +** - obyczajowy
18:15 **Idealna niania**
18:55 **Ten moment**
19:30 **Zakochani po uszy** - serial, Polska
20:00 **Brzydula** - serial

FILM SENSACYJNY

20:30 **Ostatnia misja** - film sensacyjny, Polska, 1999, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Peter J. Lucas, Janusz Gajos, Ewa Gorzelak, Mirosław Baka, Piotr Fronczewski, Artur Żmijewski, Jerzy Kamas, Małgorzata Foremniak, Paweł Wilczak, Marek Barbasiewicz, Wojciech Wysocki, Danuta Stenka
23:00 **Ziemia żywych trupów** - film horror, USA, Kanada, Francja, 2005, reż. George A. Romero, wyk. Simon Baker, John Leguizamo, Dennis Hopper, Asia Argento
01:00 **Niewierni** - serial, USA
02:00 **Druga strona medalu**

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Sędzia Judy **10:25** Sekrety Sąsiadów **11:25** Pamiętniki z wakacji **12:25** Święty **12:55** Wzór **13:55** Kobra - oddział specjalny **14:55** STOP Drogówka **15:55** Kobra - oddział specjalny
17:00 Nowe Sekrety Sąsiadów **18:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Potężne uderzenie **23:15** Ucho Prezesa
23:25 Baba Jaga. Koszmar ciemnego lasu Nastoletni Jegor przeprowadza się z ojcem, macochą i kilkumiesięczną przyrodnią siostrzyczką do domu pod lasem. **01:30** Galileo **02:35** Graffiti **02:50** SuperLudzie **03:50** Trans World Sport **04:55** SuperLudzie **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

11:20 100 cudownych miejsc na świecie **11:30** Przyroda w Obiektywie **11:45** Baśka Murmańska **11:55** Święty na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Inżynier
12:50 Dar nadziei - historia Tony'go Melendeza **13:30** Msza Święta **14:30** Geniusz Stworzenia **15:45** Święty na każdy dzień **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Sanktuaria polskie
16:30 Zew natury **16:55** Świadkowie **17:25** Kolory Świętości **17:30** Okiem kamery **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Opowieści Starego Testamentu **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski

wtorek 5 stycznia

TVP 1

05:20 **Przysięga** - serial obyczajowy, prod. Turcja
06:05 **Elif** - serial, prod. Turcja
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
07:30 **Kościół z bliska**
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:35 **Ranczo** - serial
09:35 **Komisarz Alex** - serial kryminalny TVP
10:35 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny TVP
11:25 **Kasta** - serial
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **Magazyn Rolniczy**
12:50 **Natura w Jedynce** - Szpiedzy wśród zwierząt
14:00 **Elif** - serial, prod. Turcja
15:00 **Wiadomości**
15:15 **Alarm!** - magazyn

TELETURNIEJ

15:35 **Gra słów. Krzyżówka** - teleturniej
16:05 **Przysięga** - serial
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?**
17:55 **Klan** - telenowela TVP
18:20 **Kasta** - serial
18:55 **Jeden z dziesięciu**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:30 **Leśniczówka**
21:00 **Magazyn kryminalny 997** - magazyn
21:40 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
22:45 **Ocaleni** - reality show
23:50 **Zagadka tamaryndowego drzewa** - film fabularny
02:00 **Przyjaźń czy kochanie?** - film obyczajowy

TVP 2

05:55 **Doktor z alpejskiej wioski** - serial
06:55 **Boże Narodzenie nie zna granic** - reportaż
07:20 **Familiada** - teleturniej
07:55 **Pytanie na śniadanie**
10:45 **Panorama**
10:50 **Pytanie na śniadanie**
11:25 **Rodzinka.pl** - serial komediowy TVP
11:55 **Dla niesłyszących** - Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP
12:30 **Koło fortuny**
13:15 **Kozacka miłość** - serial kostiumowy, prod. Rosja
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial fabularyzowany TVP
15:10 **Doktor Kleist** - serial, prod. Niemcy, 2019
16:00 **Koło fortuny** - teleturniej
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:10 **Więzień miłości**
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej

SERIAL KOSTIUMOWY

18:45 **Kozacka miłość** - serial kostiumowy, prod. Rosja, 2013
19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy TVP
20:45 **Kulisy serialu**
20:55 **Królowa piękności** - serial obyczajowy
22:45 **Ludzkie historie** - Republika. Narodziny legendy - film
23:50 **O mnie się nie martw** - serial komediowy TVP
00:45 **Ballistic** - film akcji, prod. Niemcy, USA, 2002, reż. Wych Kaosayananda
02:25 **Square, The** - komedia, prod. Niemcy, Dania, Francja, Szwecja
05:05 **Reakcja bliźniacza** - film dokumentalny

TVN

05:45 **Mango** - telezakupy
07:00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
08:00 **Dzień Dobry TVN**
11:30 **Doradca smaku**
11:40 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12:40 **Rozwód. Walka o wszystko**
13:40 **Złodzieje** - program poradnikowy
14:25 **Detektywi**
15:00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
16:00 **Szpital**
17:00 **Rozwód. Walka o wszystko**
18:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
19:00 **Fakty**
19:25 **Uwaga! koronawirus**
19:50 **Raport smogowy**
19:55 **Uwaga!** - magazyn
20:10 **Doradca smaku**

SERIAL OBYCZAJOWY

20:15 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy
20:55 **Milionerzy**
21:30 **Morderstwo doskonałe** - film sensacyjny, USA, 1998, reż. Andrew Davis, wyk. Michael Douglas, GwynethPaltrow, ViggoMortensen, DavidSuchet, SaritaChoudhury
23:45 **Kuba Wojewódzki** - talk show rozrywkowy
00:45 **Uprowadzona** - serial, USA
01:45 **MasterChef** - program rozrywkowy
02:55 **Uwaga!** - magazyn prod. Polska
03:10 **Noc magii** - program ezoteryczny

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:40 **Malanowski i Partnerzy**
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:25 **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** - serial kryminalny prod. Polska Detektywi z Warszawy rozwiązują skomplikowane zagadki kryminalne.
18:00 **Pierwsza miłość** - serial obyczajowy
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość Wydarzeń**
19:45 **Sport, Pogoda**

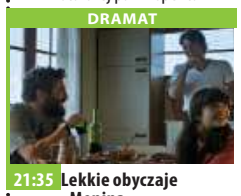
FILM SENSACYJNY

20:00 **Szklana pułapka 5** Bruce Willis wraca do gry jako John McClane, dzielny nowojorski gliniarz, który ma talent do zjawiania się w niewłaściwym miejscu o niewłaściwym czasie.
22:10 **13** Dwudziestoletni Vince przypadkowo dowiaduje się o istnieniu tajemniczej koperty, dzięki której można zarobić mnóstwo pieniędzy.
00:15 **Pod presją** - film akcji
02:40 **Tajemnice losu**
04:40 **Disco gramy** - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

08:00 **Informacje kulturalne** - informator kulturalny
08:25 **Białoruski klimat** - cykl reportaży
09:05 **Jeszcze nie wieczór** - film obyczajowy, prod. Polska, 2008, reż. Jacek Bławut, wyk. Jan Nowicki, Nina Andrycz
11:00 **Quo vadis?** - serial TVP
13:00 **Za młodzi na śmierć** - John Belushi - film dokumentalny
14:05 **Scena muzyczna** - Jakub Paulski Trio - koncert
15:45 **Boso po ściernisku** - dramat
17:35 **Czterdziestolatek** - serial TVP
18:30 **Informacje kulturalne**
18:55 **Co dalej?** - program publicystyczny
19:10 **Powidoki**
19:25 **Wydarzenie aktualne**
20:00 **Teatr Telewizji** - Wizyta starszej pani - spektakl

DRAMAT



21:35 **Lekkie obyczaje - Menina** - dramat, prod. Francja, 2017, reż. Cristina Pinheiro, wyk. Naomi Biton, Nuno Lopez, Beatriz Batarda
23:20 **Co dalej?** - program publicystyczny
23:40 **Informacje kulturalne**
00:05 **Młoda Polska** - Dziku - film krótkometrażowy, prod. Polska, 2018, reż. Kamila Chojnacka, wyk. Adam Misiak, Monika Roszko, Aneta Banach
00:35 **Panorama kina polskiego** - Do widzenia, do jutra, prod. Polska, 1960, reż. Janusz Morgenstern
02:10 **Kino nocne** - Faust - dramat, prod. Niemcy

TV Puls

06:00 **Nash Bridges** - serial sensacyjny
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
10:00 **Kobra - oddział specjalny** - fabularny Dzięki swojemu darowi Melinda Gordon potrafi komunikować się z zagubionymi duszami zmarłych ludzi i pomaga im przejść na drugą stronę.
14:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
18:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial
20:00 **Purpurowe rzeki** - film akcji

FILM AKCJI

22:05 **Leon zawodowiec** - film akcji Płatny morderca ratuje dwunastoletnią dziewczynkę, której rodzina została zabita przez skorumpowanych policjantów.
00:45 **Charlie Cykor** - film akcji
02:50 **Na jedwabnym szlaku**
03:10 **Wojciech Cejrowski. Boso** - Tajlandia
03:55 **Wojciech Cejrowski. Boso** - Etiopia
04:35 **Z archiwum policji** - serial dokumentalny
05:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska

TVN 7

05:00 **Mango telezakupy**
06:30 **Influencer: zawód przyszłości** - serial
07:00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - program sądowy
08:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:00 **Szpital** - program obyczajowy
12:00 **Szkoła**
13:00 **Sąd rodzinny** - program sądowy
14:00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - program sądowy
15:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
16:00 **Zakochani po uszy** - serial, Polska
16:35 **Brzydula** - serial
17:10 **19 +** - obyczajowy
18:15 **Idealna niania**
18:55 **Ten moment**
19:30 **Zakochani po uszy**
20:00 **Brzydula** - serial

FILM SENSACYJNY

20:30 **Śmiertelna wyliczanka** - film sensacyjny, USA, 2002, reż. Barbet Schroeder, wyk. Sandra Bullock, Ben Chaplin, Ryan Gosling, Michael Pitt, Agnes Bruckner, Chris Penn
23:00 **Mroczny rycerz** - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2008, reż. Christopher Nolan, wyk. Christian Bale, Heath Ledger, Aaron Eckhart, Michael Caine, Maggie Gyllenhaal, Gary Oldman
01:55 **Druga strona medalu** - talk show
02:25 **Noc magii** - program ezoteryczny

TV 4

08:00 Nasz Nowy Dom **09:00** Sędzia Judy **10:25** Nowe Sekrety Sąsiadów **11:25** Pamiętniki z wakacji **12:25** Święty **12:55** Wzór **13:55** Kobra - oddział specjalny **14:55** STOP Drogówka **15:55** Kobra - oddział specjalny
17:00 Nowe Sekrety Sąsiadów **18:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21:00 Zdobycz **22:55** Ucho Prezesa **23:10** Operacja świt Oparty na autentycznych wydarzeniach film jednego z najwybitniejszych reżyserów kina światowego. Podczas wojny w Wietnamie pilot myśliwca, Dieter Dengler, zostaje zestrzelony nad Laosem. Schwytany, trafia do obozu jenieckiego. **01:50** Galileo **02:50** Trans World Sport **03:55** SuperLudzie **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

11:05 Mocni w wierze **11:35** Myśląc Ojczyzna **11:45** Historia i architektura **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Sanktuaria polskie
12:40 Łaska niepojęta **13:10** Jerash **13:25** Święty na każdy dzień **13:30** Msza Święta **14:30** Antarktyda **15:25** Spuścizna św. Wincentego a Paulo **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia
16:10 Jestem mamą **16:30** Kalejdoskop Młodych **16:50** Baśka Murmańska **17:00** 100 cudownych miejsc na świecie **17:10** Prosto o gospodarce **17:30** Okiem kamery **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski

eprasa.pl 7be16a410a

Krzyżówka na Nowy Rok 2021

POZIOMO: 2) inaczej Ogród Oliwny, Getsemani; 7) wprowadzone przez rząd na czas Sylwestra i ferii; 8) kończy się Sylwestrem; 10) Ireneusz dla kolegów; 12) kolorowa narzuta na łóżko; 13) francuska ojczyzna szampana; 15) impreza na koniec roku; 21) wiatraki; 22) stolica Republiki Zielonego Przylądka; 23) oddział medyczny, kliniczny; 24) alkoholowe mieszanki na imprezę noworoczną; 25) rośnie w lesie lub na ścianie; 27) kanapki i koreczki na sylwestrowym stole; 29) flet lub tulipan do szampana; 33) sylwestrowe ciasto z twarogu; 35) dotacja na badania naukowe; 38) damskie na ramię; 41) niejeden już upadł w pandemii; 44) melonowiec właściwy krócej; 46) Reeves, kanadyjski aktor, twarz "Cyberpunk 2077"; 47) nie są liczeni w limicie osób na sylwestra; 48) w Nowy Rok wystrzelą tylko z balkonów; 49) rozpoczyna rok; 50) wznoszone szampanem; 52) obliczanie, rozrachunek; 56) niejeden strzeli w sylwestra; 57) delikatna tkanina; 58) ekdysteroi, hormon linienia; 59) "bufet" dla leśnej zwierzyny; 60) musujące to szampany; 61) rzeka w Stargardzie.

PIONOWO: 1) podjąć gości, przyjąć; 2) oddawane przez ozdrowieńców; 3) krasomówca, orator; 4) plącze się po drinku; 5) Kanada w oryginale; 6) sylwestrowy trunek; 9) żądany przez porywaczy; 11) przyciski klawiatury; 12) stolica Republiki Konga; 13) łagodzi kaszel; 14) oczyszcza podejrzanego z zarzutów; 15) rekin dla anglika; 16) inaczej skalpel; 17) chroni przedsiębiorców w pandemii; 18) bywa ciężki po Sylwestrze; 19) skrzydło wiatraka; 20) składane w Nowy Rok; 26) dawne skórzane worki na wodę; 28) marynarskie łóżka; 30) pomysły, koncepcje; 31) karma dla kota; 32) ciasto przekładane makiem; 33) szczeliny między deskami; 34) czynny wulkan na Sycylii; 35) David, wokalista Pink Floyd; 36) ... and Kae, maoryski bóg, strażnik ryb; 37) krótka rozprawka literacka; 39) lekkie odurzenie po szampanie; 40) słodki deser na mleku; 42) japońska marka samochodów; 43) palma bambusowa krócej; 45) boi się petard i fajerwerków; 51) ćwiczyć, szkolić; 53) oddział instytucji, filia; 54) Stephen, napisał "Wszechświat w skorupce orzecha"; 55) buzują w szampanie; 56) Jan ...-Błoński, reżyser filmowy

Litery z pól od 1 do 42 utworzą powyższe hasło

1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	38	39	40
41	42						

eprasa.pl 7be16a410a

PRACA

dam pracę

AAAAAA Zatrudnimy wykwalifikowanych stolarzy, wysokie zarobki, zus. 504 017 573
LEG 50999

■Pomocnika do prac wykończeniowych 602456283
LEG 51710

szukam pracy

■Układanie towaru w sklepie 698 543 034
LEG 51748

AUTO-MOTO

sprzedam

■KupieKażdeAutoSkuterMotorDostawczyPickupNajlepszeCenySzybkaWycenaNatychmiastowyOdbiór ZaświadczeniaDoKasacjiPomagamyWeWszystkich Sytuacjach Związanymi Z Autami Masz Coś to DzwońPomagamy z Polisami Oc Czynne 24H na dobe 502964469 lukas_farba@op.pl
LEG 51044

■Skoda Superb 11.2014r. 1,8 160KM automat, tempomat. 100% bezwypadkowy. Serwisowany w ASO. 601394754
PUL 51742

■**Skup aut, płatne gotówką, każdy stan, odbiór lawetą 507004316**
LEG 51413

usługi i akcesoria

■Auto naprawa: mechanika, geometria, części, wyważanie kół, klimatyzacja. Jabłonna. 605 94 91 91, 22/ 782 49 10
LEG 50959

SZPITAL mediq
PORADNIE SPECJALISTYCZNE
Józefa Piłsudskiego 20
05-120 Legionowo
22 774 26 40
www.mediq.pl

EDUKACJA

korepetycje

■Doświadczony naucz matemat. podst. ponadpodst.- skutecznie, 506710424
LEG 51700

ZDROWIE

przychodnie

ultramedica
CENTRUM ZDROWIA KOBIETY
KLINIKA
GINEKOLOGICZNO - POŁOŻNICZA
Legionowo, ul. Sienkiewicza 10 I p. nad HEBE
tel. 22 732 24 86, 518 447 748

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

lekarze

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

■Dr n.med Robert Piórkowski Gabinet ginekologiczny L-wo ul. Husarska 9 blok 107, 22 7742162, 601 391 910
LEG 51671

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

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

Burmistrz Miasta Nowy Dwór Mazowiecki informuje, że w dniu 28.12.2020r. podał do publicznej wiadomości (na okres 21 dni) poprzez wywieszenie - na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowym Dworze Mazowieckim przy ul. Zakroczymskiej 30 (III piętro), na tablicy ogłoszeń przed budynkiem Urzędu Miejskiego oraz Biuletynie Informacji Publicznej (www.bip.nowydwormaz.pl):
- **wykaz lokali mieszkalnych**, stanowiących własność Gminy Miasta Nowy Dwór Mazowiecki, przeznaczonych do zbycia w drodze bezprzetargowej, na rzecz najemców tych lokali, z którymi najem został nawiązany na czas nieoznaczony.
Dodatkowe informacje można uzyskać w Wydziale Gospodarki Nieruchomościami i Planowania Przestrzennego Urzędu Miejskiego w Nowym Dworze Mazowieckim, ul. Zakroczymska 30 (III piętro, pokój nr 318 lub telefonicznie (22) 5-122-215 - pracownik Grażyna Szewczyk .

Z up. Burmistrza
/-/
Janusz Mikuszewski
Z-ca Burmistrza

POŻYCZKA ekspresowa Z GWARANCJĄ
Nawet do 5000 zł
Szybka decyzja
Minimum formalności
797-705-110

SPORT i URODA

O! WŁOS
PROFESJONALNE KOSMETYKI
AKCESORIA FRYZJERSKIE
tel. 508 479 937
ul. Jana Pawła II 30/U5

■SKLEP FRYZJERSKI O WŁOS
W naszej ofercie posiadamy:
- profesjonalne kosmetyki,
- akcesoria oraz sprzęt fryzjerski
Kupując w naszym sklepie, możesz liczyć na profesjonalne doradztwo.
tel. 508 479 937
ul. Jana Pawła II 30/U5, 06-100 Pułtusk
PUL 51719

TURYSTYKA

NAJLEPSZE OFERTY. PONAD 10 LAT DOŚWIADCZENIA
BIURO PODRÓŻY
Wiesława Nawrot

■Biuro podróży Wiesława Nawrot Najlepsze oferty, first minute i last minute, bilety tanich linii lotniczych, bilety autokarowe. NDMaz., ul. Przejazd 5, tel. 227754333, turystyka@vip-nawrot.pl, www.vip-nawrot.pl
NDM 51453

USŁUGI

remont i budowa

Docieplenia 508-074-201
LEG 50958

■Glazura remonty 602670035
NDM 51591

HYDRAULIK 512 121 552
PUL 51052

naprawy

■Komputery - dojazd, sprzedaż, skup używanych, nowe składane 513820998
LEG 51520

finanse i prawo

BIURO USŁUG KSIĘGOWYCH - księgi rachunkowe, księgi podatkowe, VAT, ZUS, reprezentacja przed urzędami.
790-545-508 biuro@e-accounting.com.pl
LEG 51691

OGŁOSZENIA DROBNE
można nadać na stronie
www.nadajdrobne.pl

UBEZPIECZENIA
Wiesława Nawrot

■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 51454

inne

■**Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582**
LEG 51320

BIZNES

■Dywany-Wykładziny-Chodniki Kacice11A k/Pułtuska 23/692 58 49
PUL 50993

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam działkę

■Olszewnica Stara około 1000m2 190zł/m2 prąd, gaz, wodociąg, do negocjacji 501833362
LEG 51683

do wynajęcia

■Do wynajęcia w Pułtusku mieszkanie dla kobiety tanio 509661909
PUL 51725

■Lokale w centrum Legionowa 602293860
LEG 51733

■L-wo, domek piętrowy 60 m2, aneks kuchenny, 3 pokoje, 2 łazienki, koszt wynajmu 2 tys. zł, tel. 501780166
LEG 51747

ROLNICTWO

inne

■Dotacje PROW 2014-2020. „Rozpoczęcie oraz rozwój pozarolniczej działalności gospodarczej ". Nabór wniosków do 31 grudnia dla rolników, domowników w KRUS na założenie lub rozwój firmy . Bezzwrotna dotacja od 150 do 250 tys. zł. Ponadto nabór na Rozwój Usług Rolniczych (dotacja 500 tys. zł na zakup maszyn). Wypełnianie wniosków, dojazd do rolników. tel. 795-931-529
LEG 51711

■Kupię każdy ciągnik rolniczy/kombajn, gotówka 507004316
LEG 51414

ZWIERZĘTA

na 4 łapy

■Lubczyk to 1,5 roczny średniej wielkości (20 kg) sympatyczny młodziak, znaleziony 17.12.2020 na ulicy Pastelowej w Markach, w niebieskiej obroży w różowe i niebieskie serduszka. Chłopak jest kontaktowy, swobodny, uwielbia pieszczoty i ładnie chodzi na smyczy. Kogo trikolorowa zguba? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 51744

■Marcel to spokojny 6-latek średniej wielkości (10 kg) znaleziony 17.12.2020 na ulicy Dmowskiego w Markach. w zniszczonej, skórzanej obroży. Psiak trafił do Nas zaniedbany i wychudzony. Chłopak jest grzeczny, sympatyczny, dobrze radzi sobie na smyczy i uwielbia pieszczoty. Kto zgubił Rudzielca? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 51746

■Neymar to pręgowany 5-latek średniej wielkości (23 kg) w typie amstaffa znaleziony na terenie Legionowa. Psiak jest bardzo energiczny, lubi być w centrum uwagi, uwielbia zabawy z człowiekiem, a na smyczy potrafi pociągnąć mocniej. Neymar liczy na szybki powrót do swoich przyjaciół. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 51745

■Oscypek to starszy, średniej wielkości (12 kg) szorstkowłosy pies znaleziony na terenie gminy Otwock, u Nas od 19.12.2020. Chłopak jest spokojny, nieco nieśmiały, przyjaźnie nastawiony do człowieka. Mamy nadzieję, że ten uroczy jegomość, powróci do domu. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 51743

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez

RESTAURACJA LEGIONOWSKA

■**RESTAURACJA LEGIONOWSKA; chrzciny, komunie, stypy, urodziny, uroczyste obiady, romantyczne kolacje, catering. Tel. 505-360-809, www.legionowska.pl**
LEG 51247

SPRZĘT IT

MATRYMONIALNE

KOMUNIKATY

RÓŻNE

ELEKTRO INSTAL
tel.: 22 766 12 18
22 782 41 31

HURTOWNIA ELEKTRYCZNA ELEKTROINSTAL JABŁONNA HURT-DETAL KABLE,PRZEWODY,OŚWIETLENIE TEL.22/7824131
LEG 51338

Zakład Usług Komunalno-Socjalnych
ODPADY BIO
trawa, liście, gałęzie
1 worek 120 l. do 10 zł
ODPADY BUDOWLANE
zuks.pacewicz@wp.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

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

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

Słodkie Marzenia
Pracownia tortów artystycznych
Sylwia Szajter-Ziółek
ul.Polna 37A
05-124 Skrzeszew
tel.515 135 884
Więcej zdjęć na
www.slodkiemarzenia.com
Torty malowane, przestrzenne
z ręcznie robionymi figurkami.
Ciasto tylko z najlepszej jakości składników!
III miejsce w Mistrzostwach Europy w Dekoracji Tortów !

WYCINKA DRZEW
METODĄ ALPINISTYCZNĄ
- SEKCYJNA WYCINKA DRZEW
- PRZYCINANIE PRZEŚWIETLANIE KORONY DRZEW
- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARTWYCH
- USŁUGI RĘBAKIEM , ZRĘBKOWANIE GAŁĘZI ORAZ WYWÓZ URÓBKU
698 991 470
Z PODNOŚNIKA • MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE • PROFESJONALNIE

MOTOKLINIKA
mgr inż. Zbigniew Książek
MECHANIKA I ELEKTRYKA SAMOCHODOWA
WSZYSTKICH MAREK
Legionowo, Ul. Wrzosowa 11a
tel. 22 784 44 50, 504 688 558
www.motoklinika.auto.pl

eprasa.pl 7be16a410a

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

TEL. **991**

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

POWIAT LEGIONOWSKI

Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
30.12.2020	Wieliszew ul. Podgórna ul. Marszałkowska ul. ks. Jerzego Popiełuszki ul. Magnacka ul. Wesoła ul. Żytnia ul. Słoneczna ul. Górki ul. Willowa ul. Jeziorna ul. Sosnowa ul. Miętowa ul. Modlińska 148, 150A ul. Niepodległości 43, 45, 47, 49, 51, 51A, 55, 57, 59, 67, 73, 75, 76, 77, 78, 78A, 79, 80, 82, 83, 84, 84A, 85, 85A, 86, 87B, 90, 96, 97A, 101, 102, 103A, 104, 110, 112, 114, 118, 118A, 118C, 120, 120B, 124B, 124C;	04A0092 (WIELISZEW POLIFOL SZYPULSKA) 04-1483 (WIELISZEW UL. SOSNOWA) 04-1696 (STACJA 04-1696) 04-0959 (WIELISZEW DZIAŁKI KILIAŃSKA) 04-1826 (STACJA 04-1826) 04-1654 (WIELISZEW PODGÓRNA) 04-1154 (WIELISZEW POPIEŁUSZKI) 04-1271 (WIELISZEW 4)	07:00-09:00
31.12.2020	Wieliszew ul. Podgórna ul. Marszałkowska ul. ks. Jerzego Popiełuszki ul. Magnacka ul. Wesoła ul. Żytnia ul. Słoneczna ul. Górki ul. Willowa ul. Jeziorna ul. Sosnowa ul. Miętowa ul. Modlińska 148, 150A ul. Niepodległości 43, 45, 47, 49, 51, 51A, 55, 57, 59, 67, 73, 75, 76, 77, 78, 78A, 79, 80, 82, 83, 84, 84A, 85, 85A, 86, 87B, 90, 96, 97A, 101, 102, 103A, 104, 110, 112, 114, 118, 118A, 118C, 120, 120B, 124B, 124C;	04A0092 (WIELISZEW POLIFOL SZYPULSKA) 04-1483 (WIELISZEW UL. SOSNOWA) 04-1696 (STACJA 04-1696) 04-0959 (WIELISZEW DZIAŁKI KILIAŃSKA) 04-1826 (STACJA 04-1826) 04-1654 (WIELISZEW PODGÓRNA) 04-1154 (WIELISZEW POPIEŁUSZKI) 04-1271 (WIELISZEW 4)	07:00-09:00

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

P.P.H.U. EKO-INVEST
NIERUCHOMOŚCI
NA SPRZEDAŻ

MIESZKANIA
Pułtusk ul. Benedyktyńska – 35,56 m2,1-pokój, II piętro z balkonem – 115 000 pln
Pułtusk ul. Kombatantów – 37,5 m2 ,1 pokój,II piętro – 155 000 pln
Pułtusk ul.3 Maja – 32,7 m2,1-pokój, II piętro z balkonem – 115 000 pln
Pułtusk/os. 1000-lecia – 46,3 m2, 2 pokoje, II piętro – 162 050 pln
Warszawa, ul. Grochowska – 52,7 m2, 3 pokoje – 421 000 pln
Pułtusk, ul. Rynek – 62,8 m2, 3 pokoje, I piętro – 199 000 pln
Pułtusk, ul. Traugutta – 122 m2, 4 pokoje, III piętro z balkonem – 500 000 pln

DOMY
Pułtusk – 130 m2/1000m2 – 399 000 pln
Pułtusk/Popławy – 200 m2/775m2 – 420 000 pln
Pułtusk/Popławy – 120 m2/2921m2 – 450 000 pln
Gnojno – 66 m2/3600 m2 – 195 000 pln
Pokrzywnica/Gzowo – 116m2/1502m2 – 435 000 pln
Pułtusk/okolice – 168 m2/942m2 – 399 000 pln
Winnica – 270m2/2100 m2 – 520 000 pln
Skaszewo Włościańskie gm. Gzy – 230 m2/4400m2 – 480 000 pln
Winnica/Rębkowo – 270m2/3300 m2 – 420 000 pln
Maków Mazowiecki – 355m2/1583m2 – 650 000 pln
Różan/Załuzie – 171m2/2254 m2 – 295 000 pln
Pułtusk – 320 m2/1301 m2 – 1 100 000 pln

DZIAŁKI
PPułtusk/Popławy – 33096 m2 przy Narwi –992 880 pln
Pułtusk/okolice – 11000 m2 przy Narwi – 1 100 000 pln
Zambski Kościelne – 1000m2 – 70 000 pln
Borsuki Kolonia – 1440m2 – 56 700 pln
Pułtusk/Popławy – 651 m2 – 65 100 pln
Pułtusk/Popławy – 1235 m2 – 75 000 pln
Pułtusk/Kleszewo przy Narwi – 6 0000 m2 – 999 000 pln

SUPER OKAZJA – Pułtusk – działka z PnB pod budynek wielorodzinny – 1736 m², pow. użytkowa 1402,62 m² – 653 000 pln

Poszukujemy do szybkiej sprzedaży mieszkań w Pułtusku 1, 2 i 3 pokojowych, parter, I piętro

Pułtusk, ul.Rynek 16, I piętro
502 587 830, 509 075 121
e-mail: romanski42@interia.pl

ZAPRASZAMY NA NASZĄ STRONĘ INTERNETOWĄ:
www.ekoinvest.nieruchomosci.pl

Rolety,Verticale,Moskitiery
tel. 608 682 772
Pomiar i wycena Gratis!

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

WSPIERAJ POLSKICH PRZEDSIEBIORCÓW

SławMar Mebel Styl s.c.

Możliwość wykonywanych przez nas usług pozwala nam usprawnić proces wykończenia domu czy mieszkania w meble wszelkiego rodzaju, co pozwoli Państwu zaoszczędzić wiele czasu.

W ZAKRES NASZYCH PRAC WCHODZĄ:

- SZAFY I GARDEROBY,
- MEBLE KUCHENNE - WRAZ Z WSZELKIEGO RODZAJU BLATAMI KUCHENNYMI,
- MEBLE ŁAZIENKOWE - TAKŻE W POŁĄCZENIU Z GRANITEM,
- RECEPCJE ORAZ MEBLE BIUROWE,
- MEBLE NOWOCZESNE I STYLIZOWANE
- BIBLIOTEKI, BIURKA, STOŁY,
- REGAŁY WOLNOSTOJĄCE, KOMODY ITP.,
- DRZWI WEWNĘTRZNE,

SŁAWMAR MEBEL STYL S.C.
05-110 Jabłonna, ul. Szkolna 42 a
tel.: 504 017 573, 504 017 574
e-mail: mmowinski96@gmail.com, slawomir.parzonko@gmail.com

Nasz park maszyn oraz wieloletnie doświadczenie pozwala wykonać nam każdy rodzaj mebla więc chętnie podejmiemy się wykonać nietypowe i trudne zlecenia.

WWW.SLAWMAR.COM.PL

eprasa.pl 7be16a410a

Będzie kanalizacja w Lipach w Nieporęcie – jest dofinansowanie

Dobra wiadomość w grudniu, to jak prezent od Mikołaja. I taki prezent otrzymują właśnie mieszkańcy Lip w Nieporęcie. Gmina Nieporęt dostała 2 000 000 zł dofinansowania na budowę kanalizacji w tym obszarze.

Przyznane dofinansowanie przeznaczone będzie na wykonanie dokumentacji projektowej i budowę kanalizacji sanitarnej od ulicy Mickiewicza do ulicy Telimeny, wzdłuż ulicy Jana Kazimierza. Jednak gminny plan na lata 2021-2023 przewiduje budowę sieci kanalizacyjnej dalej aż do oczyszczalni ścieków, znajdującej się naprzeciwko osiedla Głogi. Co więcej, oczyszczalnia zostanie zlikwidowana i zamieniona na pompownię. To druga bardzo dobra wiadomość, ponieważ zdarza się, że oczyszczalnia uprzykrza okolicznym mieszkańcom życie. Dzięki likwidacji oczyszczalni do nowej sieci w Lipach włączone zostaną również: osiedle Głogi, osiedle Dębina, szkoła w Stanisławowie Pierwszym oraz Aquapark „Fala". Budowę poprzedzi wykonanie dokumentacji projektowej na bazie już opracowanego Programu Funkcjonalno-Użytkowego. Po zakończeniu inwestycji ścieki skierowane zostaną do opaski kanalizacyjnej Jeziora Zegrzyńskiego i do oczyszczalni w Orzechowie.

Całość inwestycji ma kosztować około 10 mln złotych. Mieszkańcy Lip długo czekali na jej realizację, z możliwością poprowadzenia sieci wzdłuż drogi wojewódzkiej nr 633 tj. ulicy Jana Kazimierza, a nie przez teren posiadanych przez nich działek

W czasie najbliższych tygodni uruchomiona zostanie procedura przetargowa na wybór wykonawcy.

Przyznane dofinansowanie pochodzi z Europejskiego Funduszu Rolnego w ramach Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020.

Program Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020

Unia Europejska

Budżet gminy Nieporęt na 2021 rok przyjęty

21 grudnia, podczas XXXIII sesji Rady Gminy Nieporęt VIII Kadencji, radni uchwalili budżet gminy Nieporęt na 2021 rok. Głosowanie nad budżetem gminy poprzedziło rozpatrzenie i przyjęcie uchwały w sprawie Wieloletniej Prognozy Finansowej Gminy Nieporęt na lata 2021-2033.

Dochody gminy Nieporęt w 2021 roku zaplanowane zostały w łącznej kwocie **115 146 318 zł**, w tym dochody bieżące w kwocie 110 679 926 zł, co stanowi 96,1 % dochodów ogółem i dochody majątkowe w kwocie 4 466 392 zł, co stanowi 3,9 % dochodów ogółem.

Natomiast **wydatki gminy** ustalono w kwocie **132 395 557 zł**, w tym wydatki bieżące w kwocie 110 679 926 zł, co stanowi 83,6 % wydatków ogółem i wydatki majątkowe w kwocie 21 715 631 zł, co stanowi 16,4 % wydatków ogółem.

Za przyjęciem uchwały budżetowej głosowało 13 radnych za, 1 przeciw, 1 wstrzymał się od głosu.

Komunikacja publiczna autobusowa

Przedstawiamy informację o kosztach funkcjonowania komunikacji publicznej w gminie Nieporęt w 2020 roku.

Komunikacja autobusowa

Obsługę autobusową zapewniają przede wszystkim **linie podmiejskie** organizowane przez Zarząd Transportu Miejskiego w Warszawie, obsługujące połączenia na trasach:

1) linia 735: Warszawa (Metro Marymont) - Zegrze Południowe,
2) linia 705: Warszawa (Metro Marymont) – Rynia (przez Białobrzegi),
3) linia 736: Warszawa (Żerań FSO) - Legionowo (przez Rembelszczyznę).

Koszt funkcjonowania linii organizowanych przez Zarząd Transportu Miejskiego w Warszawie w porozumieniu z gminą Nieporęt w 2020 roku wyniesie prawie **1 700 000 zł**.

Ponadto na terenie gminy kursują **linie lokalne typu „L"**, również obsługiwane przez ZTM w porozumieniu z gminą, na trasach:

1) L-8: Wólka Radzymińska – Nieporęt – Izabelin – Stanisławów Pierwszy – Rembelszczyzna – Kąty Węgierskie – Stanisławów Drugi – Legionowo,
2) L-31: Wólka Radzymińska – (przez Nieporęt) - Białobrzegi – Beniaminów – Radzymin,
3)L-33: Legionowo – Józefów – Kąty Węgierskie – Rembelszczyzna – Stanisławów Pierwszy – Marki,
4)L-45: Wólka Radzymińska – Sieraków – Słupno – Warszawa M1

oraz linia międzygminna nr D1 na trasie: Legionowo (Grudzie) – Józefów.

Gmina Nieporęt łącznie w 2020 roku wydatkowała na obsługę linii „L" oraz D1 kwotę prawie **2 000 000 zł**.

Łącznie w 2020 roku gmina Nieporęt wydatkowała na funkcjonowanie autobusowej komunikacji lokalnej na wyżej wymienionych liniach kwotę **3 700 000,00 zł**.

Nieporęcka Karta Komunikacyjna

Dzięki porozumieniu podpisanemu przez Wójta Gminy Nieporęt z m.st. Warszawa, w październiku

2017 r. gmina przystąpiła do oferty komunikacyjnej „Warszawa +" , który umożliwił uruchomienie programu „Nieporęcka Karta Komunikacyjna". Korzystanie z niej umożliwia mieszkańcom zakup tańszych biletów na wszystkich wyżej wymienionych liniach autobusowych obsługiwanych przez ZTM w Warszawie.

Od września 2018 r., gmina Nieporęt wprowadziła III grupę dopłat do biletów z oferty „Warszawa+", dzięki której ceny biletów dla mieszkańców zostały niemalże wyrównane z cenami obowiązującymi w pierwszej strefie biletowej, która dotychczas obowiązywała tylko na terenie m.st. Warszawy. W 2019 roku wydano **569** „Nieporęckich Kart Komunikacyjnych", których dofinansowanie z budżetu gminy wyniosło **398 000 zł**. Od ich wprowadzenia w październiku 2017 r. wydano łącznie 1 855 szt. kart.

Szybka Kolej Miejska SKM

Wychodząc naprzeciw potrzebom mieszkańców, w celu usprawnienia i udogodnienia dojazdów do sąsiadujących miast i miejscowości, staraniem gmin Nieporęt oraz Radzymin, 2 stycznia 2020 r. uruchomiona została Warszawska Szybka Kolej Miejska na trasie Warszawa – Legionowo - Nieporęt - Wólka Radzymińska - Radzymin. Koszt dofinansowania w 2020 r. z budżetu gminy Nieporęt **kursów linii S-3 to 550 000 zł**.

Stowarzyszenie „Przyjazny Nieporęt" – NIE dla zniesienia ograniczenia tonażu na ulicy Jana Kazimierza

Stowarzyszenie „Przyjazny Nieporęt" wystosowało pismo do Marszałka Adama Struzika, w którym wyraża stanowczy sprzeciw wobec planów zniesienia ograniczenia tonażu na ulicy Jana Kazimierza.

Plany zniesienia ograniczenia tonażu na ulicy Jana Kazimierza wzbudziły ogromne zaniepokojenie mieszkańców. Pamiętamy warunki, jakie panowały na drodze, po której pędziły ciężkie pojazdy, i obawiamy się powrotu do tej sytuacji. Oznacza ona znaczne zwiększenie natężenia ruchu, a co za tym idzie więcej wypadków i duże zagrożenie bezpieczeństwa pieszych. Degradacja nawierzchni i korki to kolejne następstwa zniesienia ograniczenia tonażu.

W obszernym piśmie Stowarzyszenia poddano dokładnej analizie argumenty, uzasadniające według Pana Marszałka plany zmiany tonażu na ulicy Jana Kazimierza. Przytoczono dane pochodzące m.in. ze statystyk policyjnych, porównujące informacje o wszystkich zdarzeniach drogowych z lat 2014-2019 na DW633. Jednoznacznie wskazują one, że na odcinku z ograniczeniem tonażu jest ich wielokrotnie mniej, niż tam, gdzie ograniczenie nie obowiązuje.

Równie szczegółowo i porównawczo przeanalizowano w piśmie dane mówiące o natężeniu ruchu drogowego. Wynika z nich jednoznacznie, że po zniesieniu ograniczenia tonażu można spodziewać się na Jana Kazimierza nasilenia ruchu tranzytowego, którego poziom będzie podobny do tego, jaki panuje na drogach znacznie lepiej do tego przystosowanych.

Kolejnym argumentem, przemawiającym za utrzymaniem ograniczenia tonażu jest wzmożony ruch pieszych. Wzdłuż drogi powstała gęsta zabudowa jednorodzinna, wybudowano nowe placówki oświatowe, prywatny dom opieki nad osobami starszymi, funkcjonują poradnie i liczne punkty usługowe. Wzmożony ruch na drodze, zwłaszcza pojazdów ciężkich, pogorszy znacznie bezpieczeństwo pieszych. Sytuacji nie poprawi degradacja nawierzchni, spowodowana kołami ciężkich pojazdów.

W posumowaniu pisma wyrażony został stanowczy sprzeciw wobec planów zmiany obowiązującego ograniczenia tonażu, grożący pogorszeniem warunków bezpieczeństwa na drodze.

Gmina Nieporęt liderem w pozyskiwaniu środków unijnych

Dwutygodnik Wspólnota opublikował wyniki rankingu pozyskania środków unijnych przez samorządy w przeliczeniu na 1 mieszkańca w latach 2014-2019. Gmina Nieporęt, z kwotą 3082,14 zł per capita jest liderem powiatu legionowskiego oraz piątą gminą województwa mazowieckiego.

Ranking obejmuje wszystkie środki unijne pozyskane przez samorządy w latach 2014-2019, które następnie dzieli się przez liczbę mieszkańców. Wśród 1538 gmin wiejskich, gmina Nieporęt znalazła się na wysokim 54 miejscu w wysokości pozyskanych per capita funduszy. Przed nią w rankingu Mazowsze reprezentują tylko 4 inne gminy, a w pierwszej setce jest ich tylko 7.

Dzięki umiejętnemu pozyskiwaniu i wykorzystaniu funduszy unijnych gmina rozwija się, unowocześnia, podnosi się poziom życia mieszkańców. Środki te pozwalają na wykonanie inwestycji, których sfinansowanie jedynie z budżetu gminy byłoby bardzo trudne i wymagało wielu lat. Fundusze europejskie wykorzystane zostały w gminie Nieporęt na budowę kilometrów nowej infrastruktury kanalizacyjnej, modernizację dróg, budowę tras pieszo-rowerowych, boisk sportowych, placów zabaw.

Zaskoczenie może budzić fakt, że wśród gmin wiejskich jest 20 samorządów, które w latach objętych rankingiem nie pozyskały ani jednej złotówki środków unijnych.

STRONA PRZYGOTOWANA PRZEZ DZIAŁ INFORMACJI PUBLICZNEJ I PROMOCJI GMINY NIEPORĘT

eprasa.pl 7be16a410a

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

Uwielbiam ten zawód!

Z florystką kwiaciarni AGAWA, ILONĄ KRULAK, rozmawia Grażyna Maria Dzierżanowska

Ilona Krulak (od lewej) Fot. GMD

Przyszłam do AGAWY z polecenia pułtuszczanek, które – w rozmowie ze mną – podkreślały wystrój kwiaciarni, wzorową obsługę klientów oraz urodę bukietów. Właśnie, uroda bukietów - z kwiatami związany jest Pani zawód. Florystka to jeden z piękniejszych zawodów, wciąż w otoczeniu kwiatów, barw... Jak Pani została florystką? Kto może nią być?

Bardzo miło słyszeć takie słowa szczególnie, że jesteśmy na pułtuskim rynku na nowo od dosyć niedawna. Tak, ma Pani rację. Zawód florysty jest wyjątkowo barwnym i wizualnie ciekawym zawodem. Czasami będąc w kwiaciarni czuję się, jakbym przeniosła się do bajkowego świata, świata usłanego płatkami róż. Mam nawet zdjęcie, jak podczas czyszczenia większej partii róż płatki ścielą się na podłodze. To bardzo przyjemne dla oka.

A jak zostałam florystką? Nigdy nie myślałam, że nią będę. Wyobrażałam sobie siebie wśród sterty papierów, szczęśliwą z ciszy i spokoju. To pokierowało mnie na studia ekonomiczne. Teraz śmieję się z tego, bo wiem, że się pomyliłam. Praca florysty wymaga sprytu, kreatywności, łatwego nawiązywania kontaktów z klientami, a co najważniejsze umiejętności słuchania. Dobry florysta powinien zrozumieć potrzeby klienta, jego pomysły i nie raz bardzo ciekawe koncepcje. Uwielbiam ten zawód i to właśnie w nim się spełniam, mimo że całkowicie rożni się od tego, w którym kiedyś się widziałam. Trafiłam do kwiaciarni na etapie mojego życia, kiedy chciałam je zmienić. Pamiętam moją rozmowę o pracę. Byłam kompletnie nieświadoma zawodu, ale coś mnie do kwiaciarni ciągnęło i chyba szef też to zauważył, bo dał mi szansę i ogromną dawkę zaufania. Właśnie w AGAWIE nauczyłam się, co to jest florystyka, poznałam zawód od podszewki i rozwinęłam skrzydła. Później dopełniłam to wykształceniem kierunkowym i teraz śmiało mogę powiedzieć, że jestem florystką. Florystką lub florystą, bo to nie jest zawód tylko dla kobiet, ale dla tych, którzy posiadają tzw. smykałkę do tworzenia, są kreatywni i chcą się uczyć. Myślę, że żadna szkoła nie przygotuje do pracy w kwiaciarni tak, jak sama praktyka. Uczę się tego zawodu praktycznie od kilku lat i myślę, że uczyć się będę go zawsze, bo każdy dzień zaskakuje czymś innym, za to też kocham tę pracę, bo jest pełna niespodzianek, czasami pozytywnych, a czasami na odwrót.

Czym powinien wyróżniać się modny, zgodny z obecną estetyką bukiet kwiatowy? Bukiet na imieniny, urodziny, okazjonalny? Jakie ozdoby może zawierać, jakie są zupełnie demode? Na czym/w czym może być ulokowany? A bukiet na stół?

Bukiet powinien przede wszystkim odzwierciedlać gust klienta. Kiedy ktoś przychodzi do naszej kwiaciarni, zawsze pytam, jakie kwiaty mu się podobają. Zwykle mamy przygotowane na ladzie bukiety dla osób, które się spieszą i nie mają czasu, aby zaczekać na wykonanie kompozycji i na tych właśnie bukietach pokazuję formy i kształty naszych prac. Zdarzają się osoby, które mówią „Pani się zna. Pani sama zrobi." Wtedy wykonuję bukiet, który według mnie będzie najodpowiedniejszy. Natomiast większość klientów przychodzi do kwiaciarni, mając już jakiś projekt w głowie. Ja jestem od tego, aby go wykonać. Tak, znam się, wiem jakiej techniki użyć, aby bukiet był prawidłowo utworzony, piękny, ale musi on przede wszystkim pasować do klienta, dlatego słucham wszelkich wskazówek i pomysłów. Pewnie wtedy mogę zostać odebrana jako laik, któremu trzeba podpowiadać, ale to celowe zagranie. Florysta musi słuchać i rozumieć klienta, współpracować z nim, wtedy możemy liczyć na sukces. Co do mody. Obecnie florystom w duszach gra naturalność, jak najmniejsza ilość dodatków sztucznych, plastikowych. Bukiety powinny być obfite w kwiaty, czasami fantazyjne, uzupełnione zielenią. Symetria odchodzi w zapomnienie. Możliwości utworzenia pięknego, modnego bukietu jest bardzo dużo, tak jak dostępnych obecnie kwiatów i dodatków. Możemy taki bukiet wykończyć naturalną jutą bądź papierem ozdobnych, choć czasami wystarczą po prostu liście. Bardzo często klienci zamawiają u nas bukiety polne, do których nie każdy kwiat będzie pasował. W takim bukiecie kwiaty muszą nadawać lekkości, odzwierciedlać jego nazwę. Świetnie sprawdzą się w nim eustoma alstromeria czy też gerbera. Dobór kwiatów, ich kolorów – myślę - nie odgrywa tu przeważającej roli, jeśli chodzi o przeznaczenie bukietu. Wyjątkiem są kwiaty bardziej klasyczne, bardziej eleganckie, składające się głównie z róż, które są wyrazem miłości, szacunku. Pyta Pani o modne ozdoby, to tak jak wcześniej wspomniałam, wszystko co naturalne, a demode? Tu chodzi o ogromne kokardy, folie czy też pospolite folie aluminiowe, których już w kwiaciarni nie posiadamy. Bukiety zawsze układam w ręku, przeplatając kwiaty zielenią. Na co dzień bardzo rzadko używamy kryzy, czyli konstrukcji, np. z drutu, na której możemy ułożyć kwiaty, tworząc bukiet. Zdarzają się owszem i takie zamówienia, ale układając bukiet na kryzie, musimy pamięta, że im więcej fantazji tym lepiej - bukiet musi zaskoczyć. Co do kwiatów ciętych w domu... Uwielbiam żywy, kolorowy akcent na stole. Zawsze klientom doradzam, aby kupowali je luzem i wkładali je luzem do wazonu. One muszą w wazonie oddychać, na swój sposób funkcjonować, aby zdobiły nasz dom jak najdłużej.

Wiązanki ślubne... To zapewne odrębna estetyka... Jakie najczęściej życzą sobie panny młode? Zdarzyła się wiązanka z jednego kwiatka? Albo z polnych kwiatów, jakich? A kolory? Jakaś szczególna prośba?

Odrębna jak najbardziej, wyjątkowa i radosna. Bukiet ślubny mysi być w szczególności dopasowany do klientki. Szczególną rolę odgrywają tutaj sylwetka, wzrost, cera, ale i suknia panny młodej. Bukiet musi także pasować do jej charakteru, musi z nią współgrać, wręcz pasować idealnie. Klientka powinna być z niego dumna i uśmiechać się na jego widok.

Zakresem ślubnym w naszej kwiaciarni zajmuje się szefowa. Przeprowadza konsultacje z przyszłymi MŁODYMI, dzięki, którym jest w stanie je bardziej poznać, wysłuchać, wgłębić się w ich oczekiwania. Zawsze osobiści kupuje produkty potrzebne do realizacji zamówień. Opierając się o wcześniej wybraną kolorystykę oraz kwiaty i dodatki, sama tworzy z nich oryginalne bukiety ślubne.

Najczęściej wybieraną kolorystyką są pastelowe tonacje w formie kuli. Bukiet zawsze odzwierciedla kobietę, która go trzyma. Staramy się, aby był on ozdobą, dopełnieniem wyglądu tego ważnego dnia. Nie powielamy bukietów ze zdjęć z internetu 1:1. Dlaczego? Każda panna młoda jest trochę inna, jest innej postury, ma inny temperament, jej suknia jest w innym stylu. To wszystko musi być dograne. W zależności od motywu dekoracji, dobieramy kwiaty. Czasami są to elementy tzw. polnych kwiatów, jednak nie zdarza się to często. Polne kwiaty nie są tak trwałe i może się zdarzyć, że nie dotrwają do uroczystości zaślubin - stawiamy na sprawdzone rozwiązania.

Pani, zapewne jak Pani koleżanka, specjalizuje się również w układaniu kompozycji kwiatowych – stołów weselnych, sal, kościołów... Takie kompozycje to dzieła sztuki...

To przede wszystkim dzieła naszej wyobraźni. Każda osoba pracująca w naszej kwiaciarni ma inny styl, gust, pomysły, dzięki czemu króluje tu różnorodność. Zawsze przed przystąpieniem do realizacji ślubnych/ weselnych nasza szefowa przekazuje nam cenne wskazówki dotyczące zamówienia. Kochamy tę pracę, realizujemy ją z przyjemnością, nawet się nią bawimy, ale traktujemy na poważnie... Możemy dzięki temu przyczynić się, aby ten szczególny dzień był jeszcze piękniejszy...

Zauważam łączenie kwiatów z najróżniejszymi materiałami – ozdobnymi pudelkami, gałązkami, z drewnem, nawet z warzywami, ze sznurkiem... Złociste czy srebrzyste, przezroczyste wstążki odeszły do przeszłości?

Florystyka zmienia się wraz z modą, trendami, podejściem do otaczającego nas świata. Jestem florystką dopiero od kilku lat, ale już na przestrzeni tych lat zauważyłam, że zmierza w kierunku minimalizmu, naturalności, prostoty. Używamy bardzo często mchu, kory, gałązek, kamieni, a nawet wspomnianych wcześniej sznurków. Wszystko zależy od kompozycji, którą robimy. Bardzo modnym i ciekawym pomysłem na żywą dekorację domu są kompozycje w szkle. Są to miniaturowe formy nawiązujące do przedstawienia roślin w różnych środowiskach, np. lasu czy też nadmorskich skał. Wyróżniają się tym, że znajdują się w szklanych butelkach/pojemnikach z odpowiednim drenażem, dzięki temu możemy je w pełnej okazałości oglądać, również warstwę podziemną. Przy wykonywaniu takich kompozycji najważniejszy jest dobór odpowiednich roślin. Inna ciekawą formą są flowerboxy, czyli kwiaty układane w mokrej gąbce florystycznej, umieszczonej w ozdobnym pudełku. Takie kompozycje nie dosyć, że są inne, ciekawe to jeszcze i bardziej trwałe od tradycyjnych bukietów. Staramy się dokładać do naszych kompozycji materiały wyjątkowe, niecodzienne, które szef pozyskuje na giełdzie kwiatowej, m.in.: ilex, hippericum, ornitogalum, bawełnę czy solidago. Naturalność jest modna, to prawda, ciągle słyszymy, że coś jest eco... Nie powiem, że nie podobają mi się wstążki błyszczące, ozdobne, jestem taką sroką, ale moje oczy widzą takie ozdoby szczególnie w okresach takich jak święta Bożego Narodzenia. Tu ilość błyszczących ozdób, dekoracji jest ogromna, ale na co dzień stawiam na naturę, kocham jutę, dużą ilość zieleni w bukietach, no i w naszej kwiaciarni nie znajdziemy farbowanych kwiatów!

Ciekawi mnie, czy goździki są już przeszłością, czy trzymają się mocno? A gerbery? Frezje? W ogóle jakie kwiaty dominują w AGAWIE, skąd szefostwo AGAWY je sprowadza?

Różnorodność kwiatów w AGAWIE to numerem jeden. Chcemy dać klientowi wybór, zaproponować naszym zdaniem najpiękniejsze kwiaty. Za zaopatrzenie kwiaciarni odpowiedzialny jest nasz szef. To on rusza wcześnie rano na giełdę kwiatową i wybiera najładniejsze egzemplarze.

To on tak naprawdę rozpoczyna pracę firmy zwykle około 3 w nocy. W ofercie naszej kwiaciarni są dostępne na co dzień: lilie, alstromerie, amarylisy, anturia, storczyki, eustomy, goździki, gerbery, róże w różnych kolorach jak również naturalne margaretki. Oferujemy też kwiaty sezonowe: tulipany, słoneczniki, cynie, peonie, mieczyki czy dalie. Frezji nie znajdą u nas klienci na co dzień, są bardziej produktem unikatowym, ale na zamówienie, jak najbardziej dostępnym. Goździki i gerbery, kwiaty dla mnie - młodej osoby - kojarzą się z podstawą dawnej florystyki, królują i dziś. Są to kwiaty wyjątkowo mocne i wyjątkowo piękne. Razem z innymi kwiatami tworzą piękne kompozycje. Uwielbiam połączenie eustomy i goździka gałązkowego. Bukiet jest wtedy lekki, przestrzenny, ale i elegancki. Nie raz zdarzało mi się robić bukiet z tych kwiatów, który miał być symbolem i nawiązaniem do dawnych lat. Szczególnie mile widziany jest asparagus jako dodatek. Takie bukiety mają swój urok, czar...

Kwiaty towarzyszą nam od urodzenia do śmierci. Wieńce nagrobne też państwo mają w swojej ofercie. Jakie to kompozycje, z żywych kwiatów, ze sztucznych?

Dział funeralny to w naszym zawodzie szczególnie trudny temat. Wiadomo, łączy się z pożegnaniem bliskiej osoby. Wykonujemy wiele form kompozycji na taką okazję: wieńce, wiązanki, bukiety, kompozycje czy też ozdoby na urnę. Mimo tak smutnego ich przeznaczenia, ten dział też leży w moich kompetencjach. Zwykle tworzymy je z kwiatów żywych, ale zdarzają się i zamówienia ze sztucznych kwiatów. W szczególności sztuczne kompozycje przeważają z okazji Wszystkich Świętych. Kwiaty sztuczne są teraz tak piękne i starannie wykonane, że czasami ciężko jest je odróżnić od żywych. Teraz sztuczne kompozycje są tak jakby odzwierciedleniem prawdziwych, zatrzymaniem ich piękna na dłużej.

Ciekawa jestem najdziwniejszych, najoryginalniejszych zamówień? Czego one dotyczyły?

Praca w kwiaciarni nauczyła mnie bycia przygotowaną na wiele niecodziennych sytuacji czy też zamówień. Czasami przerywa się jedną czynność, żeby jak najszybciej wykonać inną. To czasami nie praca na godzinę a na minuty, bo nie raz tyle musi wystarczyć, żeby stworzyć coś wyjątkowego. Nie raz słyszę „Pani coś wymyśli...". Chwila zastanowienia i jest pomysł, i jest realizacja, która nie raz zadziwia mnie samą. Bukiety z cukierkami, banknotami, smoczkami to już nic nadzwyczajnego. Kiedyś miałam okazję wykonać wieniec pogrzebowy w kształcie kierownicy.

Jak kwiaciarnia to i kwiaty doniczkowe. Jakie są na czasie? Jaka jest ogólna zasada ich doglądania, dbania o nie? I jak dbać o kwiaty cięte, by długo cieszyły nasze oczy?

Kwiaty doniczkowe to mój drugi konik. Staram się pogłębiać wiedzę na ich temat teoretycznie i praktycznie, ale nie ukrywam nie jest ona mała. Śmieję się, bo ostatnio mój mąż powiedział, że chciałby zobaczyć znowu... nasze parapety. Nic nie obiecałam, bo to nie taka prosta sprawa, ja bym je chętnie jeszcze rozciągnęła, żeby dostawić kilka doniczek. A w naszej kwiaciarni można znaleźć kwiaty kwitnące, niekwitnące, duże, małe. Zawsze chętnie doradzimy i podpowiemy, jak je pielęgnować. Wracają kwiaty, które kiedyś królowały w naszych domach: sansewierie, monstery, draceny, paprocie oraz przez wiele osób uwielbiane mało wymagające zamioculcasy. Każdy właściciel kwiatów wie, że należy dbać o nie we właściwy sposób. Kwiaty doniczkowe mają rożne charaktery, różne potrzeby. Głównymi czynnikami, które musimy poznać kupując roślinę, są: zapotrzebowanie na wodę oraz stanowisko, w jakim powinniśmy ją zostawić. Wiadomo, że niektóre kwiaty potrzebują mniej wody, inne więcej i to jest podstawowa informacja. No i obserwacja. Kwiaty swoim zachowaniem same nam powiedzą, ile wody dokładnie potrzebują. Będzie to widać po ich jędrności, stanie wilgotności gleby. Na pewno żadne kwiaty nie lubią suchego powietrza. Możemy wtedy zaobserwować suche brzydkie końcówki, osłabienie wzrostu, a nie raz utratę liści. Starajmy się wtedy wprowadzić nawilżacze powietrza, zraszanie lub po prostu przestawienie rośliny w lepsze dla niej miejsce. Kwiaty są w naszych domach naturalnym uzupełnieniem wnętrz. Musimy jednak pamiętać, że wymagają naszego zainteresowania, choćby niestawiania kwiatów ciętych przy bezpośrednich źródłach ciepła...

No i zachęcamy serdecznie do odwiedzenia naszej kwiaciarni znajdującej się przy ulicy Ignacego Daszyńskiego 9e. Zawsze chętnie służymy radą i pomocą.

eprasa.pl 7be16a410a

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

TU SIĘ DZIEJE

Trzy dni przed świętami miało miejsce podsumowanie wielce ciekawego konkursu fotograficznego Moja miejscowość -Tu się dzieje! Konkurs pod patronatem honorowym starosty i burmistrza, skierowany był do uczniów klas VI-VIII szkół podstawowych oraz uczniów szkół ponadpodstawowych naszego powiatu. Cel konkursu? Pobudzenie wśród dzieci i młodzieży zainteresowań Małą Ojczyzną oraz promocja walorów historycznych, architektury i środowiska przyrodniczego Pułtuska i powiatu

- Na konkurs wpłynęło 65 prac wykonanych pod kierunkiem 19 opiekunów z 12 szkół z powiatu pułtuskiego. Uważamy to za sukces. Nagrodzone i wyróżnione prace zostały opublikowane w kalendarzu na rok 2021 – powiedziała TYGODNIKOWI dyrektor PBP (organizator) Bożena Potyraj. - W głosowaniu na FB BIBLIOTEKI największą ilość, bo aż 726 polubień, uzyskało zdjęcie wykonane przez Vanessę Gosiewską, uczennicę Publicznej Szkoły Podstawowej nr 4 z klasami sportowymi im. Ireny Szewińskiej w Pułtusku. Komisja konkursowa w kategorii szkół podstawowych przyznała 8 nagród głównych oraz 5 wyróżnień w dwóch kategoriach. Oto wyniki.

I nagroda - Lidia Druchniak, uczennica PSP w Zatorach; Vanessa Gosiewska – PSP nr 4 z klasami sportowymi im. Ireny Szewińskiej w Pułtusku; II nagroda - Anna Jaworska - PSP nr 2 z Oddziałami Integracyjnymi im. mjra Henryka Sucharskiego w Pułtusku; III nagroda -Diana Łach - PSP nr 1 im. Klaudyny Potockiej w Pułtusku; - Blanka Stankiewicz - PSP nr 3 im. Tadeusza Kościuszki w Pułtusku.

Wyróżnienia otrzymali: Jakub Banachowicz - PSP z Oddziałami Integracyjnymi w Dzierżeninie; Ewelina Sawicka - PSP im. Przyjaźni Polsko – Węgierskiej w Przewodowie Poduchownym; Oliwia Bocheńska - ZS – P im. rtm. Witolda Pileckiego w Przemiarowie; Daniel Łach - PSP nr 1 im. Klaudyny Potockiej w Pułtusku; Natalia Łempicka – PSP im. Doroty Gellner w Pobyłkowie Dużym.

Kategoria szkoły ponadpodstawowe: I nagroda Olesia Bezhyk - ZS im. Bolesława Prusa w Pułtusku; II nagroda Kacper Piętka - LO im. Piotra Skargi w Pułtusku; III nagroda

Marcelina Komorowska LO im. Piotra Skargi w Pułtusku.

Jakaś refleksja pozakonkursowa? Okazuje się, że nagrodzone prace – Vanessy i Olesi - dotyczyły czarownego zakątka, jaki tworzy Maria Magdalena, za nią zamek, przed nią pomnik Krzysztofa Klenczona, a wszystko w otoczeniu przyrody. To miejsce, które pułtuszczanie lubią i wręcz oblegają w letnie dni.

GMD

Nagroda Publiczności Vanessa Gosiewska i I miejsce exaeqo

I miejsce SP Lidia Druchniak

I miejsce Olesia Bezhyk

CZY WIESZ, ŻE...

W przebogatych annałach tradycji teatralnych w Pułtusku znalazło się nazwisko Juliana Dejczmana. Dejczman (Deutchmann) był adwokatem i miłośnikiem miejscowego teatru, ba, nawet jednym z inicjatorów powstania owego teatru, w którym potem był aktorem. Jego córka, tajemnicza H, może Hanna, a może Helena, wspomniana w „Dziejach o sławnem mieście Pułtusku i czcigodnych jego obywatelach przez S.R", też miała teatralne zainteresowania. Pan Julian przyjaźnił się z panem Karolem Bełcikowskim (Bełczykowskim), społecznikiem, działaczem Ochotniczej Straży Ogniowej, drukarzem, redaktorem i wydawcą „Gazety Pułtuskiej", w wolnej Polsce został pierwszym burmistrzem Pułtuska. Karol Bełcikowski zmarł w 1933 r. w wieku 77 lat.

***

W „Dziejach o sławnem mieście Pułtusku..." nieznany nam autor napisał o panach Dejczmanie i Bełczykowskim: „W mieście wszystkim dobrze znana/Jest postać pana Dejczmana./Karty kocha on nad życie/I grywa w nie znakomicie,/A grywa widać niemarnie,/Bo wygrywa regularnie./ Wygrał coś siedem tysięcy,/ Czy nawet zdaje się, więcej.../A pan drukarz Bełczykowski/ Ten naprawdę jest beztroski./ Przecież nikomu nie szkodzi,/ Że on co sobotę chodzi/Jeść szczupaka żydowskiego/Przepysznie nadziewanego".

***

W latach II Rzeczypospolitej największe skupiska ludności wyznania mojżeszowego, jeśli chodzi o województwo warszawskie i północne Mazowsze, to powiaty: pułtuski i makowski. Zaś w 1921 roku, na terenach wiejskich powiatu pułtuskiego, najwięcej ludności żydowskiej zamieszkiwało w gminie Obryte - 416 osób, w gminie Zatory – 106, w gminie Kleszewo – 83, w gminie Winnica – 43, w gminie Gzowo – 14.

***

U schyłku XX stulecia w pułtuskiej bazie turystycznej było 358 miejsc noclegowych, w tym pół setki sezonowych. Hotele dysponowały 263 miejscami.

***

Rozwój kultury pod koniec XX wieku miały zapewnić: festiwale, promocja miasta, hala widowiskowo-koncertowo-sportowa, odnowa zabytkowej części miasta, modernizacja i rozbudowa amfiteatru przy ulicy Baltazara, udostępnienie podziemi pod parkiem Narutowicza (spacerniak przy 3 Maja).

***

Wracajmy do współczesności. Oto obraz tematycznie związany z Pułtuskiem, rodzinnym miastem malarza - amatora Jacka Kurowskiego, obecnie żyjącego w Hiszpanii. Publikujemy go wraz z dobrymi życzeniami na NOWY ROK 2021.

Na podstawie różnorodnych publikacji pułtuskich.

Redaguje **Grażyna M. Dzierżanowska**

PUŁTUSK WIDZĘ

WĄTROBA MNIE BOLI

12 lat temu, jacy byliśmy szczęśliwi! Jasne, że z tego szczęścia, malutkiego jak ziarenko maku, nie zdawaliśmy sobie sprawy. Ba. Gardziliśmy nim. Bo co to za szczęście siedzieć w kolejce do lekarza rodzinnego w Gajda-Med-zie. Co to za szczęście gadać z ludźmi bez myśli o zarażeniu się jakimś tam świństwem, o którym w 2009 roku nie mieliśmy zielonego pojęcia. Pojęcia! Gdyby nam ktoś powiedział, co nas czeka w 2020 roku, potem w 2021 wysłalibyśmy go na księżyc. Wyśmielibyśmy go. Uznali za wariata. Dziś, kiedy z lekarzem rodzinnym rozmawiamy przez telefon, często jak niemowa z głuchym albo wół z cielęciem, kiedy prowadzimy z nim rozmowę z wygodnego fotela przed telewizorem, popijając kawę, przeczytajcie, jak to jeszcze niedawno bywało...

Pułtuszczanie kaszlą aż dudni. Grypa sezonowa. Też kaszlę, aż mi warczy w płucach. Jadę do Gajda-Med-u. Dziś tu spokojnie, i o dziwo, nie ma kolejki. Miła recepcjonistka prowadzi mnie na dół. Jestem sama. Po dziesięciu minutach zjawia się w drzwiach gabinetu siwy mężczyzna z brzuszkiem. – Niech pani nie wchodzi, w gabinecie jest jeszcze moja żona i syn – mówi. – A babci nie przywieźliście? – żartuję. Na szczęście babcia została w domu. Siedzimy więc we dwoje, mężczyzna miły i wesoły, chociaż lekko cierpiący. – Wątroba mnie boli – mówi masując swój brzuch. – Bo się pan pewnie obżarł, czyli przejadł – wyrokuję. – A jakby pani zgadła. Lubię smażeniny, kotleciki mielone z cebulką, schabowe z tłuszczykiem, bigosy, flaczki – wylicza. – Wiem coś o tych smakach, też się przeżeram – boczuś, kaszaneczka, pasztety... - mówię. - Daj pani spokój, ślinka leci! – Przypominam panu, że pan cierpi, wątroba pana boli. - Ja to i piwko lubię, szczególnie jak ciepło, tak dla ochłody – rozmarza się mój rozmówca. – Mówię do żony, żeby wrzuciła coś na patelnię – jak zrobi, zjem, piwkiem popiję, nieraz dwoma. – No tak, jak się jedno machnie, to i drugiego się chce – zauważam. – Żeby pani wiedziała – śmieje się, aż mu się brzuch unosi. – A tu imieniny się szykują – Krystyny, Zbigniewa, Józefa. – To pan będzie abstynent przez tę wątrobę – wyrokuję. – O, właśnie, gorycz czuję, a rano to mi się odbijało raphacholinem, bo wziąłem. Dziś pani doktor zleciła badania, miła taka, pośmiała się, wytłumaczyła, ludzka taka. – Bo ci młodzi lekarze to fajni ludzie, wiedza i kultura. Nie to co kiedyś, jak się wchodziło do gabinetu, to ciśnienie rosło – rzucam. On: – I długo badają, nie tak po łebkach... - No, ci od pana też tak coś długo siedzą. A synek ile lat ma? – pytam. – Pani, już 23. – Lat czy miesięcy. Nie wierzę! I z mamusią? - Żona i ze mną chodzi do lekarza, lepiej pamięta, co biorę. – Ale was rozpuszcza – rzucam w powietrze, bo pan mnie słucha trochę niedbale. – O, teraz mnie coś zabolało, pewnie woreczek... I wtedy z gabinetu wychodzi dorosły syn z całkiem fajną kobitką, mamą.

Podczas mojej wizyty pytam panią doktor, czy często ma takie rodzinne wizyty. Często. Matki mówią za dorosłe dzieci, za mężów, a latorośle i mężowie milczą, no, co najwyżej potakują.

I właśnie taka rozmowa, i właśnie takie czekanie w kolejce, i spojrzenie w oczy swojemu lekarzowi rodzinnemu by mnie uszczęśliwiło. Sprowadziło w świat bez obaw.

GRAża

eprasa.pl 7be16a410a

Nowy harmonogram odbioru odpadów komunalnych

obowiązujący w okresie od 1 stycznia do 30 czerwca 2021 roku.

Harmonogram odbioru odpadów komunalnych dla działek letniskowych i nieruchomości rekreacyjno-wypoczynkowych jest taki sam jak dla nieruchomości zamieszkałych.

MIASTO I GMINA PUŁTUSK

Pułtuskie Przedsiębiorstwo Usług Komunalnych sp. z o.o.
ul. Staszica 35, 06-100 Pułtusk
NIP: 568-158-00-00
BOK@PPUK.PULTUSK.PL
Tel.: 23 692 52 52
Godz. Pracy: 7:00-15:00

Urząd Miejski
Wydział Inwestycji, Rolnictwa i Pozyskiwania Środków Pozabudżetowych
ul. Rynek 41, 06 - 100 Pułtusk
reklamacje.smieci@pultusk.pl
Tel.: 23 306 72 21

Harmonogram dla miasta Pułtusk można pobrać ze strony www.pultusk.pl

Harmonogram dla: Zabudowy Wielorodzinnej PUŁTUSK

	Zmieszane	BIO	Metale i Tworzywa	Papier i Makulatura	Szkło
Poniedziałek	TAK	TAK	TAK		
Wtorek				TAK	TAK
Środa	TAK -interwencyjnie				
Czwartek			TAK -interwencyjnie		
Piątek	TAK	TAK			

Odpady wielkogabarytowe odbierane będą 20.03.2021r. Popiół odbierany będzie w środy.

Harmonogram dla: Jeżewo, Kacice, Kokoszka, Płocochowo – odbiór odpadów następuje w piątki wg dat poniżej:

	Zmieszane	BIO - roślinne	Metale Tworzywa	Papier Makulatura	Szkło	Popiół	Gabaryty
Styczeń	8,22	8,22	22	8	8	22	
Luty	5,19	5,19	19	5	5	19	
Marzec	5,19	5,19	19	5	5	19	
Kwiecień	2,16,30	2,16,30	16	2	2	16	17 sobota
Maj	14,28	14,28	14	28	28	14	
Czerwiec	11,25	11,25	11	25	25	—	

Harmonogram dla: Grabówiec, Pawłówek, Ponikiew, Szygówek – odbiór odpadów następuje w wtorki wg dat poniżej:

	Zmieszane	BIO - roślinne	Metale Tworzywa	Papier Makulatura	Szkło	Popiół	Gabaryty
Styczeń	12,26	12,26	26	12	12	26	
Luty	9,23	9,23	23	9	9	23	
Marzec	9,23	9,23	23	9	9	23	
Kwiecień	6,20	6,20	20	6	6	20	17 sobota
Maj	4,18	4,18	18	4	4	18	
Czerwiec	1,15,29	1,15,29	15	1	1	—	

Harmonogram dla: Białowieża, Głodowo, Przemiarowo, Trzciniec, Zakręt – odbiór odpadów następuje w środy wg dat poniżej:

	Zmieszane	BIO - roślinne	Metale Tworzywa	Papier Makulatura	Szkło	Popiół	Gabaryty
Styczeń	13,27	13,27	27	13	13	27	
Luty	10,24	10,24	24	10	10	24	
Marzec	10,24	10,24	24	10	10	24	
Kwiecień	7,21	7,21	21	7	7	21	10 sobota
Maj	5,19	5,19	19	5	5	19	
Czerwiec	2,16,30	2,16,30	16	2	2	—	

Harmonogram dla: Gnojno, Boby, Chmielewo, Lipa, Kleszewo, Olszak – odbiór odpadów następuje w poniedziałki wg dat poniżej:

	Zmieszane	BIO - roślinne	Metale Tworzywa	Papier Makulatura	Szkło	Popiół	Gabaryty
Styczeń	11,25	11,25	25	11	11	25	
Luty	8,22	8,22	22	8	8	22	
Marzec	8,22	8,22	22	8	8	22	
Kwiecień	2 piątek, 19 30 piątek	2 piątek, 19 30 piątek	19	2 piątek	2 piątek	19	10 sobota
Maj	17,31	17,31	17	31	31	17	
Czerwiec	14,28	14,28	14	28	28	—	

Harmonogram dla: Gromin, Lipniki Nowe, Lipniki Stare, Moszyn – odbiór odpadów następuje w środy wg dat poniżej:

	Zmieszane	BIO - roślinne	Metale Tworzywa	Papier Makulatura	Szkło	Popiół	Gabaryty
Styczeń	13,27	13,27	27	13	13	27	
Luty	10,24	10,24	24	10	10	24	
Marzec	10,24	10,24	24	10	10	24	
Kwiecień	7,21	7,21	21	7	7	21	10 sobota
Maj	5,19	5,19	19	5	5	19	
Czerwiec	2,16,30	2,16,30	16	2	2	—	

Pułtusk
nowoczesnym miastem z tradycjami

Urząd Miejski w Pułtusku przyjmuje interesantów:
w poniedziałki w godz. 8.00 - 17.00
od wtorku do czwartku w godz. 8.00 - 16.00
w piątki w godz. 8.00 - 15.00

Elektroniczna skrzynka podawcza: www.pultusk.eboi.pl;
e-mail: um@pultusk.pl; www.pultusk.pl; BIP: www.bip.pultusk.pl

PRZYJĘCIA INTERESANTÓW:

Burmistrz Miasta Pułtusk Wojciech Gregorczyk
przyjmuje interesantów:
- poniedziałki w godzinach 14:00-17:00 w sprawach skarg i wniosków
- wtorki w godzinach pracy Urzędu

Zastępca Burmistrza Miasta Pułtusk
przyjmuje interesantów, przedsiębiorców oraz osoby zainteresowane prowadzeniem działalności gospodarczej
- piątki w godzinach pracy Urzędu

Sekretarz Miasta Pułtusk
przyjmuje interesantów
- poniedziałki w godzinach 9:00-15:00

Burmistrz Miasta Pułtusk
Wojciech Gregorczyk

eprasa.pl 7be16a410a

W czasie pandemii dużo zależy od bycia razem, nawet jeśli jesteśmy od siebie daleko

W czasie pandemii wciąż stykamy się z wieloma wyzwaniami, dużo jednak zależy od bycia razem, nawet zdalnie, jeśli fizycznie jesteśmy od siebie daleko. Rozmowa ma moc uzdrawiająca – przekonuje psychiatra dr Tomasz Szafrański

W czasie pandemii często wymagana jest praca zdalna, jeśli jest oczywiście możliwa; musimy też ograniczać kontakty bezpośrednie z innymi osobami, zarówno znajomymi, jak i najbliższymi krewnymi. Negatywnie wpływa to na nasze samopoczucie i pogarsza zdrowie psychiczne.

Dr Tomasz Szafrański z Wolskiego Centrum Zdrowia Psychicznego w Warszawie oraz Kliniki Psychiatrii Wydziału Medycznego Uczelni Łazarskiego w Warszawie podczas webinarium dla dziennikarzy doradzał, jak sobie radzić w tak trudnej sytuacji.

„Na odczuwanie lęku bardziej narażone są dzieci i osoby starsze, ludzie z chorobami somatycznymi i zaburzeniami psychicznymi, jak również osoby uzależnione od używek, np. od alkoholu. Dotyczy to również osób, które z powodu wykonywanej pracy częściej mają kontakt z ludźmi zakażonymi i chorymi, przede wszystkim pracownicy służby zdrowia, policji i innych służb społecznych" – zwraca uwagę specjalista. Jego zdaniem aż połowa z tych osób doświadcza lęku, depresji i zaburzeń snu.

Jak sobie radzić? Według specjalisty, trzeba postarać się o to, by wzmocnić naszą odporności na nadmierny stres. Picie alkoholu nie jest korzystne, choć jego spożycie się zwiększyło. Lepiej zadbać o stały rytm dobowy, regularne pory kładzenia się spać i wstawania. Poza alkoholem należy unikanie zbyt częstego spożycia kofeiny i innych stymulantów. Należy też ograniczyć narażenie na niebieski światła ekranów w drugiej połowie dnia, choć jest to trudne do spełnienia.

Bardzo ważna jest aktywność fizyczna we wszelkiej postaci. W domu warto się gimnastykować, na przykład codziennie rano przed rozpoczęciem pracy. Do pracy zdalnej trzeba się przygotować, czyli odpowiednio ubrać, nie wolno siedzieć cały dzień w piżamie albo pracować w łóżku. Musi to być inne miejsce, jeśli to możliwe najlepiej w innym pomieszczeniu.

Warto też ćwiczyć na zewnątrz, oczywiście przy zachowaniu dystansu. Trzeba również dbać o dietę, o zbilansowane odżywiania się. Pomocne są techniki relaksacyjne, pomaga na przykład głębokie oddychanie i kontynuowanie tych aktywności, które zawsze lubiliśmy.

„Nie wolno poddawać się negatywnym myślom, szczególnie takim, że czeka nas katastrofa. Należy też stronić od myślenia o tym, co będzie, lepiej się skupić na wykonywanej czynności. Każdego dnia warto poszukiwać jakiegoś nowego pomysłu i zastanawiać się, jak go wykorzystać. Najlepiej wyznaczać sobie małe cele do osiągnięcia. A także ćwiczyć pozytywne myślenia, że uda się nam przez to wszystko przejść. Pomocne jest zapisywanie pozytywnych wydarzeń w minionym tygodniu lub takich, za które możemy być wdzięczni" – sugeruje dr Tomasz Szafrański.

Uważa, że dobrze jest ograniczyć dopływ informacji na temat pandemii. To pomaga - przekonuje. I apeluje, by nie zaglądać ciągle do internetu i telewizji - lepiej jest robić to tylko raz dziennie. Im więcej informacji o tym ilu jest chorych i zgonów oraz ile pozostało jeszcze wolnych respiratorów, tym bardziej narażamy się na przeżywanie lęku - wskazuje.

Mimo oddalenia bardzo ważne jest wirtualne bycie razem. Na odległość można razem wykonywać wiele czynności. Przed ekranem komputera można na przykład razem ćwiczyć, rozmawiać, odbywać praktyki religijne i utrzymywać kontakt z osobami bliskimi.

„Trzeba przede wszystkim rozmawiać o tym, co się dzieje, jak się czujemy, bo nie należy wstydzić się mówić o tym, co przeżywam, nawet z przełożonymi. Z dziećmi należy rozmawiać o tym, czy coś je niepokoi. Jeśli tak, to należy je uspokoić, że przeżywanie lęku jest czymś naturalnym. Pamiętajmy, rozmowa jest uzdrawiająca" – przekonuje dr Tomasz Szafrański.

Niepokojące jest nadmierne zamartwianie się, ciągłe czuwanie oraz takie objawy somatyczne jak kołatanie serca i drżenie rąk. Sygnałem wypalenia psychicznego jest nadmierny smutek, przygnębienie i zobojętnieniu, apatia, łatwe irytowanie się, wpadanie we frustracje oraz obwinianie innych osób, a także zaniedbywanie higieny i wyglądu.

Kiedy warto zwrócić się po pomoc do psychiatry? Głównie wtedy, gdy wszystkim te objawy się nasilą i upośledzają nasze codzienne funkcjonowanie. Niepokojące są wszelkie myśli rezygnacyjne, szczególnie takie, że nie warto żyć. Wtedy trzeba skonsultować z lekarzem.

Nauka w Polsce, Z. Wojtasiński

Jeśli do września zaszczepimy 20-30 proc. społeczeństwa, to wirus może przestać być epidemiczny i stanie się endemiczny

Jeśli do września przyszłego roku zaszczepimy 20-30 proc. społeczeństwa, to możemy osiągnąć stan, w którym wirus przestanie być epidemicznym i stanie się endemicznym, czyli zachorowania będą występować, ale w sposób ograniczony – ocenił dr hab. Egbert Piasecki, ekspert z zakresu wirusologii z PAN

W rozmowie z PAP dr hab. Egbert Piasecki, kierownik Laboratorium Wirusologii, prof. Instytutu Immunologii i Terapii Doświadczalnej Polskiej Akademii Nauk we Wrocławiu, podkreślił, że ważne, aby szczepienia jak najszybciej się rozpoczęły i żeby każdy chętny mógł się im poddać.

„Dobrze byłoby, żeby do września przyszłego roku, czyli przed początkiem następnego sezonu jesienno-zimowego, zaszczepić przynajmniej 20-30 proc. społeczeństwa. Wtedy, zakładając, że 50 proc. przejdzie zakażenie, a 30 proc. zaszczepimy, będziemy mogli mówić, że osiągnęliśmy poziom odporności populacyjnej, czyli stan, w którym wirus przestaje się swobodnie rozprzestrzeniać, przestaje być wirusem epidemicznym i staje się wirusem endemicznym. Zachorowania wówczas występują, ale w sposób ograniczony" – tłumaczył ekspert.

Zaznaczył przy tym, że osoby z grup ryzyka nadal będą zagrożone, jednak zagrożenie będzie znacznie mniejsze i łatwiejsze do opanowania. „Ewentualne ogniska będzie można opanować i wyizolować, co teraz jest nie do osiągnięcia. Obecnie wirus wymknął się spod kontroli, krąży jak chce i jest wszechobecny" – dodał.

Prof. Piasecki ocenił, że w kwestii bezpieczeństwa szczepień powinniśmy być raczej spokojni. „Szczepionki wydają się bezpieczne. Były przetestowane w badaniach klinicznych i upłynęło już kilka miesięcy od ich rozpoczęcia" – powiedział.

„Ewentualne efekty krótkoterminowe zostały już opisane i to, czego możemy się spodziewać, to reakcji układu odpornościowego na podany materiał szczepionkowy, czyli takich efektów, które można zaobserwować na przykład po szczepieniu przeciwko grypie, czyli bólu w miejscu zaszczepienia, obrzęku, stanu podgorączkowego, bólu głowy czy ogólnego rozbicia. To są efekty uruchomienia układu odpornościowego i świadczą o tym, że szczepionka działa. Mogą być one nieprzyjemne, niedogodne, ale nie są to właściwie efekty niepożądane" – tłumaczył.

Profesor dodał, że nie należy się obawiać również niepożądanych efektów długofalowych szczepionki, gdyż – jak mówił – zwykle związane są one z tym, że podany materiał w organizmie odkłada się i w przyszłości wywołuje skutki uboczne.

„Jednak w przypadku szczepionek opartych na mRNA, takich jak te opracowane przez firmy Pfizer i BioNTech czy Moderna, materiał szczepionkowy jest bardzo nietrwały" – wskazał.

„Natura tak to ustawiła, że w organizmie mRNA ma być produkowane wtedy, kiedy komórka chce wytworzyć białko, a zaraz po tym ta produkcja ma ustać. W tym przypadku podajemy mRNA w postaci szczepionki i komórki zaczynają wytwarzać białko przez nie kodowane – białko powierzchniowe wirusa, czyli białko kolca. Komórki będą wytwarzać białko, póki to mRNA będzie, a ono będzie niedługo. W ciągu godzin ulegnie inaktywacji, zostanie zdegradowane i nie będzie odkładane. Wytworzone białko wirusowe też ma ograniczony czas życia. Wywołało odpowiedź układu odpornościowego, który to białko zniszczy, a nawet gdyby tak się nie stało, to i tak nie będzie pełniło żadnej funkcji" – wyjaśnił prof. Piasecki.

Jego zdaniem obaw nie powinniśmy mieć też co do szczepionek takich koncernów jak AstraZeneca czy Johnson & Johnson, choć powstają one na podstawie innej technologii.

„To szczepionki wektorowe, gdzie wektorem jest osłabiony, niereplikujący się w organizmie adenowirus ludzki albo szympansa, który zmodyfikowano tak, żeby zamiast swoich białek eksponował na powierzchni białko S koronawirusa" – wyjaśnił.

Ekspert wskazał, że również w tym przypadku materiał szczepionkowy będzie degradowany szybko. „Układ odpornościowy zareaguje, wytworzy odporność i ta odporność zniszczy materiał szczepionkowy" – dodał.

Prof. Piasecki zwrócił uwagę, że to, jak wysoka będzie skuteczność wszystkich szczepionek, okaże się dopiero po rozpoczęciu szczepień na naturalnej populacji.

„Producenci chwalą się, że ich szczepionki mają skuteczność nawet powyżej 90 proc. Raporty mówią też, że testowane były na osobach zróżnicowanych wiekowo, także z chorobami współistniejącymi. W naturalnej populacji mamy jednak wiele osób, które są niezdiagnozowane, nie leczą się lub zażywają leki nieregularnie. Nie jesteśmy w stanie przewidzieć, jak organizm zareaguje w tej sytuacji na podanie preparatu szczepionkowego. W tym przypadku skuteczność może być mniejsza, ale nie należy sądzić, że szczepionka będzie niosła jakieś niebezpieczeństwo. Nawet jeśli skuteczność będzie na poziomie 70 proc., to i tak będzie to świetny wynik" – ocenił profesor.

Pytany o to, czy szczepionka może wywołać niepożądane reakcje u osób, które już przechorowały COVID-19, podkreślił, że nie ma informacji, aby wywoływała ona niekontrolowane wzmocnienie odpowiedzi.

„Nie przewiduje się badania osób na obecność przeciwciał przed szczepieniem, co by było wskazane, gdyby były jakieś sugestie, że szczepienie może zaszkodzić takim osobom. Szczepienie najwyżej może być w takich sytuacjach nieskuteczne, bo przeciwciała osoby, która je wytwarza w wyniku przejścia zakażenia, od razu zniszczą szczepionkę. Spodziewać się możemy natomiast efektu wzmocnienia odporności – powstanie więcej przeciwciał, więcej komórek pamięci" – mówił.

Ekspert, odnosząc się do doniesień o nowym wariancie koronawirusa, zidentyfikowanym w Wielkiej Brytanii, stwierdził, że mutacje nie są niczym nowym i co jakiś czas się pojawiają. Jednak, jak podkreślił, SARS-CoV-2 mutuje zdecydowanie wolniej niż inne wirusy RNA, w tym wirus grypy.

„Do mutacji może dojść, gdy wirus jest replikowany przez komórkę. Podczas tego procesu powstaje błąd i nowe kopie wirusa mają zmieniony materiał genetyczny. Koronawirusy mają jednak pewien mechanizm naprawczy – posiadają enzym, który częściowo naprawia te błędy. To odróżnia je na przykład od wirusów grypy, gdzie tej naprawy błędów nie ma" – zauważył profesor.

Zwrócił przy tym uwagę, że mutacje, które do tej pory zidentyfikowano nie mają wpływu na obniżenie skuteczności powstałych szczepionek.

„Celem wszystkich szczepionek jest wytworzenie przeciwciał na białko powierzchniowe wirusa, więc jeśli mutacja dotyczy czegoś innego niż to białko, to nie będzie to mieć żadnego znaczenia. Jeśli dotyczyłaby ona samego białka S i obszaru, na którym mają powstać przeciwciała i który wiąże się ludzkimi komórkami, to jeśli wirus zmutuje, może nie dojść do takiego powiązania, czyli wirus zmutowany straci zdolność do infekcji człowieka. Wtedy szczepionka co prawda nie będzie działać na wirusa, ale przestanie on nam zagrażać. Może być też tak, że powstanie kiedyś taka mutacja, która sprawi, że wirus nadal będzie aktywny u nas, a szczepionka nie będzie działała. Wtedy trzeba będzie zmienić jej formułę" – wyjaśnił naukowiec

Dodał przy tym, że istnieją szczepionki przeciwko wirusom RNA, które są od wielu lat niezmieniane, np. na polio, odrę czy świnkę. „Od wielu lat stosowane są takie same, od czasu do czasu udoskonalane, ale nie dlatego, że wirusy mutują" – wskazał.

(PAP) Nauka w Polsce
Agata Tomczyńska

eprasa.pl 7be16a410a

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

Gramy inaczej niż zwykle

Nie będzie pułtuskiego Sztabu Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy

W związku z sytuacją epidemiczną na terenie całego kraju, nie było możliwości zorganizowania sztabu WOŚP w Zespole Szkół im. Bolesława Prusa w Pułtusku. W tym roku możemy wesprzeć Orkiestrę w inny sposób, dorzucając się do eSkarbonki- wirtualnej puszki WOŚP, dzięki której można zbierać pieniądze online. link do skarbonki poniżej. Na zbiórkę możemy wejść bezpośrednio również na stronie Zespołu Szkół im Bolesława Prusa.

https://eskarbonka.wosp.org.pl/cl29y8

red.

Nakręć się na pomoc

Fajny pomysł do naśladowania

Często słyszymy o akcjach zbierania plastikowych nakrętek, a dochód z ich sprzedaży trafia na jakiś konkretny cel pomocowy. Nakrętki zbierają uczniowie, przedszkolaki i wydaje nam się, że do wspólnego zbierania przyłączyło by się znacznie więcej osób, gdyby były w okolicy miejsca, gdzie można je potem oddać. W gminie Obryte już są! Przed budynkami Urzędu Gminy w Obrytem i Szkoły Podstawowej w Gródku Rządowym zamontowane zostały pojemniki w kształcie serc, do których można wrzucać plastikowe nakrętki. Zebrane nakrętki zostaną sprzedane w punkcie skupu, a pozyskane w ten sposób środki finansowe przeznaczone na pomoc potrzebującym poprzez np. zakup sprzętu rehabilitacyjnego czy finansowanie rehabilitacji. I niech inne samorządy pójdą tym śladem!

red.

Bezpieczeństwo powodziowe dla Pułtuska

Zgodnie z przekazaną nam informacją, Wody Polskie zakończyły prace na trzech śluzach wałowych w Pułtusku. Urządzenia są sprawne i szczelne, co wpłynie na zwiększenie bezpieczeństwa powodziowego mieszkańców Pułtuska

22 grudnia odbyło się spotkanie z okazji zakończenia prac na śluzach. Obecni byli przedstawiciele Wód Polskich: Anna Łukaszewska-Trzeciakowska, dyrektor RZGW w Warszawie oraz Longin Jankowski, dyrektor Zarządu Zlewni w Dębem. W spotkaniu uczestniczyli także posłowie Henryk Kowalczyk i Daniel Milewski oraz zastępca burmistrza Miasta Pułtusk Mateusz Miłoszewski. Wszyscy zebrani podkreślali istotność inwestycji dla bezpieczeństwa powodziowego mieszkańców Pułtuska. Poseł Henryk Kowalczyk:

Dla mieszkańców Pułtuska te inwestycje, które spowodowały wyremontowanie śluz są niezwykle ważne. Pamiętają, ci starsi przynajmniej, wielką powódź w roku 1979. To właśnie w tych okolicach zostały przerwane wały Narwi, woda w Pułtusku sięgała ponad 2 metry. Myślę, że to co zostało wykonane przy remoncie tych śluz to jest takie poczucie bezpieczeństwa dla mieszkańców Pułtuska. Bardzo dziękuje Wodom Polskim za tę inwestycję, za przeprowadzenie modernizacji i usprawnienie śluz, które dają bezpieczeństwo mieszkańcom Pułtuska.

Prace przy zadaniu „Przebudowa wałowych Śluz przeciwpowodziowych nr 1 i 3 na Kanale A w Pułtusku" rozpoczęły się w październiku br., a ich odbiór miał miejsce 11 grudnia. Celem zadania była przebudowa i remont śluz wałowych nr 1 i nr 3 (śluza nr 2 została wyremontowana w 2019 r.) znajdujących się na Kanale A w Pułtusku. Śluzy zostały wybudowane w latach sześćdziesiątych ubiegłego wieku. Klapy, mechanizmy wyciągowe i łańcuchy były wyeksploatowane, i wymagały pilnej regeneracji bądź wymiany.

Urządzeniom została przywrócona pełna sprawność. Realizacja zadania poprawi bezpieczeństwo powodziowe Pułtuska, a zagrożenia pojawiające się z wezbraniami będą znacznie zminimalizowane. Zakres prac obejmował między innymi przebudowę dna śluz wałowych, remont elementów stalowych, mechanizmów napędowych i uszczelnień klap oraz remont powierzchni betonowych. Wypełniono pustki i uszczelniono wycieki dna konstrukcji śluz. Koszt zadania: 3.442.057,83 PLN.

red.

Nowy ciągnik z kosiarką

Urząd Gminy Gzy informuje o zakupie nowego sprzętu. Jest to ciągnik wraz z kosiarką wysięgnikową. Zostanie wykorzystany do konserwacji rowów i poboczy dróg na terenie gminy.

Wartość nowego nabytku to 312 420,00 zł brutto. Zakup sfinansowano ze środków Funduszu Przeciwdziałania COVID-19. Dostawcą sprzętu jest firma TECHPOM Sp. z o.o z miejscowości Krzywonoś.

red.

GMINA WINNICA

Znów nie zawiedli

Zakład Mleczarski przekazał paczki

14 grudnia, prezes zarządu Zakładu Mleczarskiego Winnica Spółka z o.o przekazał ponad 200 paczek świątecznych z produktami mlecznymi dla rodzin i osób, które znajdują się w trudnej sytuacji socjalno - życiowej. Paczki były przekazane dla potrzebujących, za pośrednictwem pracowników Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Winnicy. W imieniu osób obdarowanych, wójt gminy Winnica Robert Wróblewski oraz kierownik Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Winnicy Wioletta Zawadzka przekazali podziękowania prezesowi Wojciechowi Jamiołkowskiemu oraz zarządowi zakładu.

red.

KRONIKA POLICYJNA

21.12.2020, Pułtusk
63-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował rowerem po drodze publicznej wbrew zakazowi sądowemu.

23.12.2020, Obryte
42-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego, kierował pojazdem mechanicznym po drodze publicznej, będąc w stanie nietrzeźwości 0,90 mg/l.

24.12.2020, Pułtusk
Nieznany sprawca usiłował dokonać kradzieży katalizatora z pojazdu marki KIA poprzez odcięcie go z części układu wydechowego oraz odcięcie sondy spalin, jednak kradzieży nie dokonał, gdyż został spłoszony. Swoim działaniem spowodował straty o wartości 1000 zł, działając na szkodę 52-letniego mieszkańca Pułtuska.

25.12.2020, Ponikiew
66-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego, kierował rowerem po drodze publicznej wbrew zakazowi sądowemu.

25.12.2020, gm. Pokrzywnica
31-letni mieszkaniec powiatu pułtuskiego kierował motocyklem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości, ponadto z niewyjaśnionych przyczyn, na łuku drogi, zjechał do przydrożnego rowu wywracając się. W wyniku zdarzenia drogowego, z obrażeniami ciała został przewieziony do szpitala.

Liczba legitymowań: 658
Interwencji policyjnych: 17
Nietrzeźwych kierujących: 2

KPP

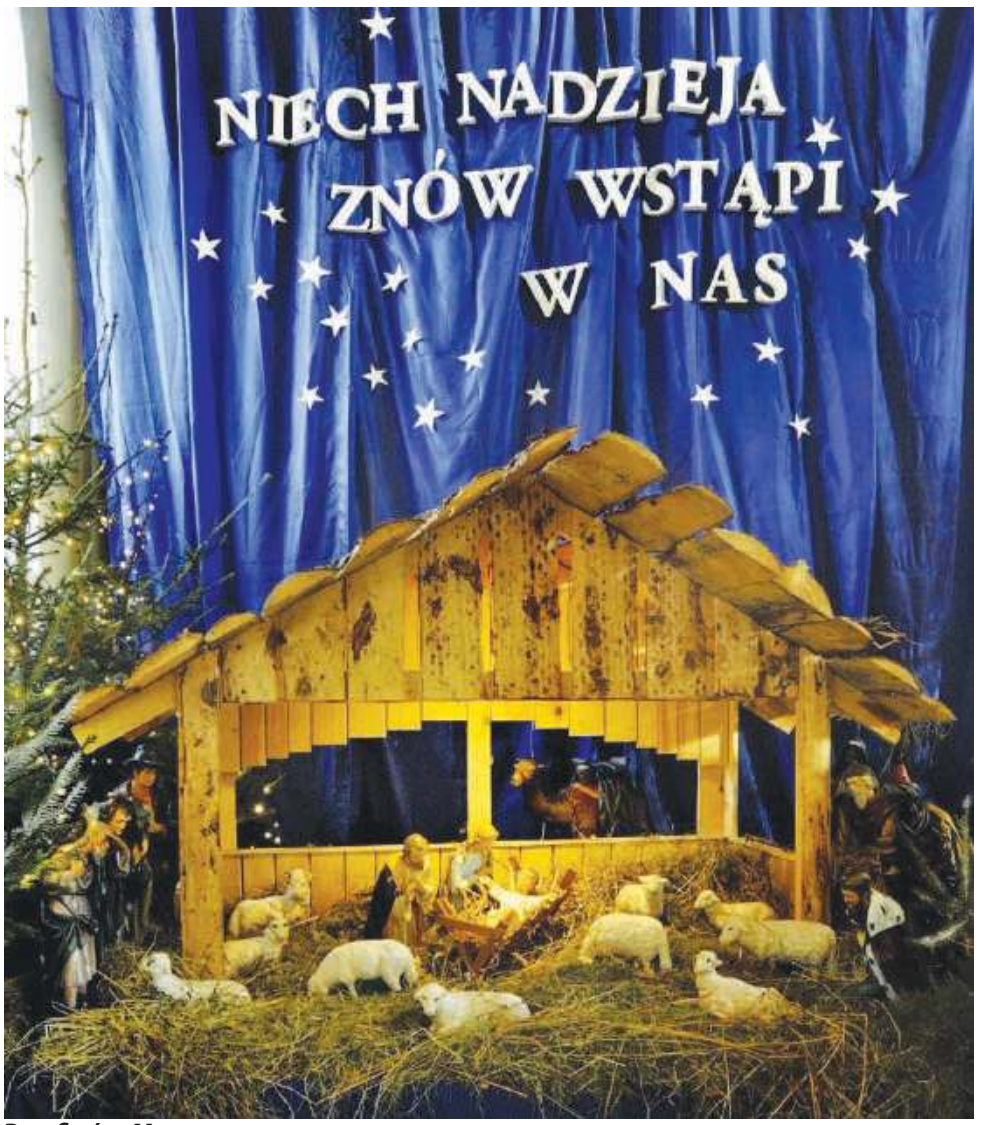
eprasa.pl 7be16a410a

Cicha noc...

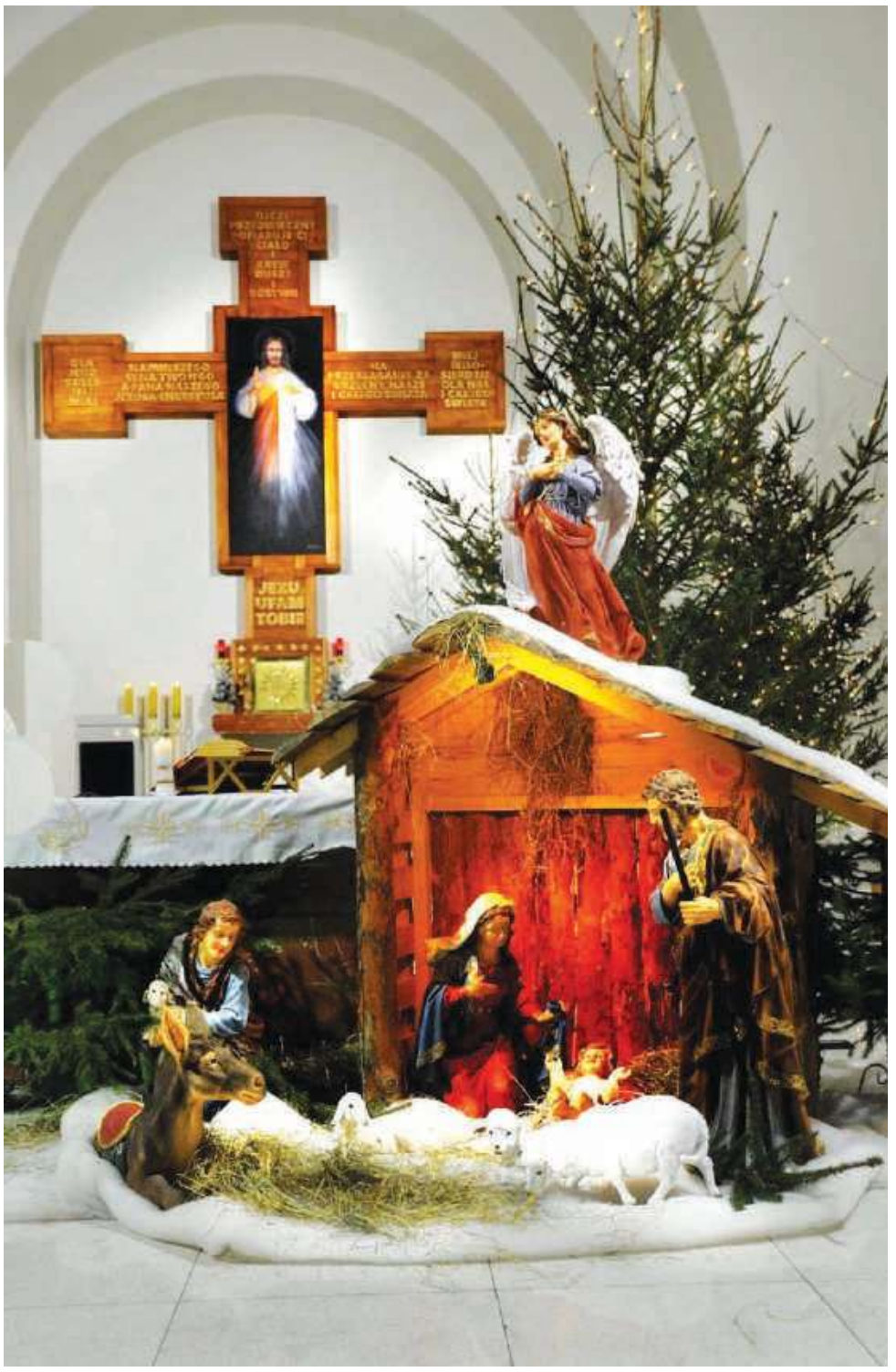
Święta już za nami, choć w tej niezwykłej atmosferze pozostaniemy jeszcze zapewne do Trzech Króli. Jak co roku, prezentujemy szopki bożonarodzeniowe z pułtuskich kościołów. Zdjęcia autorstwa Henryka Mazurka.

Parafia Jana Pawła II

Parafia św. Stanisława Kostki



Parafia św. Mateusza



Parafia Miłosierdzia Bożego na Popławach

Parafia św. Józefa

eprasa.pl 7be16a410a