

Tymczasowy areszt dla księdza

– STR. 2

Pułuszczanin stracił kasę

– STR. 20

Kolejne oszustwo na BLIK-a

TYGODNIK LOKALNY



3,50 zł
W TYM 5% VAT

PULTUSK
GZY
OBRYTE
POKRZYWNICA
ŚWIERCZE
WINNICA
ZATORY

NR 20

INDEKS 342424
ISSN 1429-6837

17 MAJA 2022

www.pultuszcak.pl

T Y G O D N I K

Pułtuski

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



tv
dodatek

Barwy Szczęścia

poniedziałek
17.5.2022

Nasz szpital musi zapłacić ponad 7 milionów?!

Czarne chmury nad pułtuską Służbą Zdrowia

CZYTAJ NA STRONIE 3

Co dwie drogi to nie jedna!

Lipniki - Gromin i Przemiarowo - Głodowo

– STR. 20

Włamują się do domów

Kronika Policyjna

– STR. 22

Dopiero zrobione a już kradną

Pułtуска haniebna „tradycja”

– STR. 22

Zapomniany cmentarz i niszczący pomnik

Śladem listu czytelnika

– STR. 23



Przedszkolaki dla Stasia

– STR. 24

REKLAMA



NOWE MIESZKANIA

- PUŁTUSK
- CIECHANÓW
- WYSZKÓW
- OSTROŁĘKA

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

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

Szpital Powiatowy Gajda med musi zapłacić ponad 7 MILIONÓW?!

Czarne chmury nad pułtuską Służbą Zdrowia

We wtorek, 17 maja, a więc już po ukazaniu się tego numeru Tygodnika, ma się odbyć sesja Rady Powiatu poświęcona sytuacji finansowej Spółki i działalności Zarządu Szpitala Powiatowego Gajda med, w związku z pismem kancelarii Maruta Wachta z Warszawy. Sesję zwołano na wniosek radnych Klubu Prawa i Sprawiedliwości: Krzysztofa Łachmańskiego, Marcina Cichowicza, Krystyny Estkowskiej, Pawła Brodzkiego, Mirosława Barszcza, Ewy Leszczyńskiej i Małgorzaty Chelstowskiej.

Czego dotyczy pismo kancelarii? To już kolejna prośba o objęcie nadzorem właścicielskim przez starostę pułtuskiego działań podejmowanych przez Szpital Powiatowy Gajda med. Wcześniejsze pisma w tej sprawie kancelaria wysyłała we wrześniu i październiku 2021. W ostatnim z 25 kwietnia tego roku czytamy między innymi:

(...) 14 kwietnia 2022 r. Sąd Okręgowy w Białymstoku VII Wydział Gospodarczy wydał wyrok w sprawie, którym zasądził od Szpitala na rzecz ACS i TrimTab łączną kwotę 7 115 007,49 zł, z czego 669 2839,47 zł to kwota roszczenia głównego, natomiast 422 163,02 zł to koszty postępowania. Jest to zatem kwota, którą Szpital zobowiązany będzie zapłacić wyłącznie z uwagi na irracjonalne decyzje osób zarządzających tą instytucją i bezprawną odmowę zapłaty wynagrodzenia na rzecz ACS i TrimTab. Co więcej, wskazuję, że w związku z bezprawnym zatrzymaniem środków należnych ACS i TrimTab odsetki za opóźnienie, które Szpital zobowiązany jest uiścić wynoszą na dzień 25 kwietnia 2022 ... - 260 424, 91 zł i z każdym dniem kwota ta wzrasta o 650,29 zł. Oznacza to, że w związku z odmową zapłaty należnego TrimTab i ACS wynagrodzenia Szpital poniesie dodatkowy koszt w łącznej wysokości 632 592,83 zł a jest to wyłącznie kwota stwierdzona nieprawomocnym wyrokiem Sądu. Szpital oczywiście może wnieść apelację od tego wyroku co będzie kosztować Szpital dodatkowe 200 000 zł, powiększone o koszty zastępstwa procesowego, w razie przegranej. Przez cały okres postępowania będą również naliczane odsetki. Niezależnie od powyższego warto zauważyć, że władze Szpitala w sposób ewidentny działają na niekorzyść instytucji, którą zarządzają. Nie można inaczej wytłumaczyć faktu niewystawienia do tej pory faktur obejmujących należne Szpitalowi, ACS oraz TrimTab wynagrodzenie z tytułu świadczenia usług na podstawie



Sąd Okręgowy w Białymstoku uznał roszczenia wierzycieli wobec naszego szpitala. Postanowienie jest nieprawomocne i Robert Gajda, w piśmie skierowanym do starosty, zapowiada apelację

Umowy TPK, na kwotę 7 431 645,97 zł. Z tej kwoty prawie 4 000 000 zł są należne Szpitalowi, który decyduje się na niewystawianie faktur nawet pomimo skierowania w tej sprawie wezwania przez NFZ dnia 7 lutego 2022 r. Jest to wynagrodzenie należne m.in. Szpitalowi za usługi świadczone we wrześniu i październiku 2021 r. Osoby zarządzające Szpitalem umyślnie pozbawiają zatem swoją instytucję tych pieniędzy. Nie sposób jest wytłumaczyć takie zachowanie w sposób racjonalny i nazwać inaczej niż niegospodarność (...). Począwszy od lipca 2021, osoby zarządzające Szpitalem podejmują w pełni świadome działania, polegające na całkowicie bezprawnym wstrzymaniu ogromnych środków należnych ACS i TrimTab. Działania te kosztują Szpital na ten moment ponad siedemset tysięcy złotych, a z każdym dniem trwania sporu kwota ta rośnie w sposób znaczący. Wydaje się zatem, że ingerencja właściciela spółki jest na tym etapie niezbędna w celu zapobiegnięcia katastrofalnym skutkom jakie mogą czekać Szpital, będący częściowo instytucją publiczną. Należy również dodać, że w świetle doniesień medialnych o zatrzymaniu w dniu 20 kwietnia 2022 r. przez Wydział do Walki z Korupcją Komendy Wojewódzkiej Policji w Radomiu m.in. Roberta Gajdy oraz informacją, że Robert Gajda był już uprzednio skazany prawomocnym wyrokiem sądu za popełnienie przestępstwa oszustwa, istnieją uzasadnione podstawy, aby twierdzić, że prokurent Szpitala dopuszcza się działań sprzecznych z prawem również i w tej sprawie.

Świadczyć o tym przede wszystkim niczym niepoparte (w postępowaniu sądowym) twierdzenia Roberta Gajdy, który bezskutecznie usiłował się uchylić od skutków prawnych umowy jaką zawarł w imieniu Szpitala. Zuzasadnienia wyroku Sądu I instancji jasno wynika, że działanie Roberta Gajdy było fikcyjne i wcale nie został on - jak twierdził - „oszukany” przez przedstawicieli ACS lub TrimTab. Oznacza to, że składając bezpodstawnie uchylene się od skutków prawnych zawartej z ACS i TrimTab umowy, a także informując o tym fakcie Pana Starostę (pismem z dnia 21 października 2021 r.) Robert Gajda podejmował pozorowane działania, mające na celu uzasadnienie bezprawnego zatrzymania środków pieniężnych należnych TrimTab oraz ACS (...). Z uwagi na zaistniałą sytuację po stronie reprezentowanych przeze mnie Spółek zachodzi obawa czy Szpital będzie dysponował środkami niezbędnymi do pobytku wierzycieli przysługujących ACS oraz TrimTab wobec Szpitala. (...) Dotychczasowa bierność Zarządu Powiatu Pułtuskiego (od dnia otrzymania pierwszego pisma) w zakresie profesjonalnej kontroli działań Szpitala nie może zostać odczytana inaczej niż akceptacja sposobu zarządzania Szpitalem przez Roberta Gajdę oraz inaczej niż akceptacja dla konsekwentnego podejmowania przez Roberta Gajdę prób bezprawnego pozbawienia środków pieniężnych należnych pozostałym konsorcjantom, tj. ACS i TrimTab, nawet kosztem zysków Szpitala. Brak reakcji ze strony Zarządu Powiatu Pułtuskiego pomimo jasnego przedstawienia

faktów przez ACS oraz TrimTab, a także pomimo wyroku Sądu jest naruszeniem dobrych praktyk, zwykłej uczciwości, jak również rodzi pytanie o współodpowiedzialność Zarządu Powiatu Pułtuskiego za działania podejmowane przez Szpital zarządzany przez Roberta Gajdę, które są niegospodarne oraz sprzeczne z prawem.

Dodajmy, że reakcją władz powiatu na wcześniejsze pisma wierzycieli były wezwania kierowane do osób zarządzających szpitalem o jak najszybsze zakończenie sporu na drodze polubownej, o czym Robert Gajda zapewniał w pismach przesyłanych do starosty, twierdząc, że prowadzone są rozmowy ze spółkami, które żądają teraz zwrotu należnych im, w ramach umowy i porozumienia o świadczeniu usługi teleporad, ogromnych pieniędzy.

Co na to Robert Gajda? W piśmie przesłanym do starosty 10 maja tego roku stwierdza, że Szpital wystąpił o uzasadnienie wyroku Sądu I instancji i w zależności od jego treści gotów jest składać apelację, postępowanie w tym zakresie trwa więc dalej i w chwili obecnej Szpital nie poniósł więc żadnej szkody i wskazywanie, że została ona przez Szpital poniesiona jest twierdzeniem nieprawdopodobnym, tym bardziej, że jedyne prawomocne rozstrzygnięcie w sprawie (postanowienie Sądu Apelacyjnego w Białymstoku z dnia 22 lutego 2022 r. w sprawie o sygn. akt Gz 28/22 p-I) jest korzystne dla Szpitala i nakazuje Arteria Customer Services Arteria Management zapłatę na rzecz

Szpitala kwoty 11.182 zł tytułem zwrotu kosztów procesu. (...) Prokuratura Rejonowa w Ostrowi Mazowieckiej wszczęła w dniu 21 grudnia 2021 r. śledztwo z zawiadomienia Szpitala o możliwości popełnienia przestępstwa w zakresie rozliczeń związanych z Umową TPK i prowadzi czynności mające na celu wyjaśnienie sprawy i ewentualne skierowanie do sądu aktu oskarżenia.

W zakresie rzekomego roszczenia o zwrot zabezpieczenia wykonania Umowy TPK to Arteria Customer Services Arteria Management i Trimtab Services Arteria Management takie roszczenie przysługuje, ale w stosunku do NFZ, gdyż to NFZ to zabezpieczenie pobrał. Nie sposób też nie odnieść się do „doniesień medialnych”, o których mowa na drugiej stronie Pisma, pomijając oczywisty fakt, że nie mają one żadnego związku z przedmiotowym sporem to wskazywanie w nim, że istnieje rzekomo „obawy” czy Szpital będzie w stanie wywiązać się ze swoich zobowiązań jest zwykłą manipulacją i to wyjątkowo prymitywną w swojej treści - Pismo bowiem jest z dnia 25 kwietnia 2021 r. tymczasem już 22 lutego 2022 r. (a więc dwa miesiące wcześniej) Sąd Apelacyjny w Białymstoku w sprawie o sygn. akt Gz 28/22 p-I uchylił postanowienie Sądu Okręgowego w Białymstoku o udzieleniu zabezpieczenia roszczenia pieniężnego, stwierdzając tym samym prawomocnie, że nie ma żadnych „obaw” co do tego, że Szpital jest w stanie wywiązać się ze swoich zobowiązań. O fakcie tym nie może nie wiedzieć pełnomocnik podpisujący Pismo,

gdyż reprezentuje on Arteria Customer Services Arteria Management i Trimtab Services Arteria Management w przedmiotowej sprawie. Manipulacja powyższą wykazuje tylko jawna złą wolę i chęć wprowadzenia w błąd Pana Starosty co do rzeczywistego stanu rzeczy. Z powyższych wyjaśnień widać jasno rzeczywisty stan rzeczy, a w świetle podawania ewidentnie nieprawdziwych informacji czy manipulowania faktami (jak to ma miejsce np. przy kwestii rozwiązania Umowy TPK czy tego jakoby sądy podzielały (na dzień sporządzenia Pisma) „obawy” co do wypłacalności Szpitala) jasnym jest, że celem pisma jest wyłącznie próba niedozwolonego wpłynięcia na Szpital, który swoimi działaniami chce tylko doprowadzić do ucięcia zysku wynikającego z realizacji Umowy TPK. Próba zaś wpłynięcia na Szpital przez Arteria Customer Services Arteria Management i Trimtab Services Arteria Management jest niczym innym jak działaniem na szkodę Szpitala (...). Niezależnie od powyższego spór z Arteria Customer Services Arteria Management i Trimtab Services Arteria Management w żaden sposób nie zagraża świadczeniu opieki medycznej dla mieszkańców Powiatu Pułtuskiego.

Tyle wyjaśnienia obu stron sporu. Relację z dyskusji na wtorkowej sesji i wnioski jakie z niej wynikły przedstawimy za tydzień. Jedno jest pewne. Sąd I instancji uznał roszczenia obu spółek za zadane i jak na razie nad szpitalem wisi kwota ponad 7 milionów złotych, a odsetki karne rosną każdego dnia... ED



Stanie przed sądem za atak na mundurowych

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

Każdego dnia, podczas służby, policjanci narażają swoje życie i zdrowie. Nigdy do końca nie wiedzą, czego mogą się spodziewać po osobie, wobec której podejmują interwencję. Nie znają jej, nie wiedzą czy może ona posiadać przy sobie niebezpieczne narzędzie, czy jest notowana za poważne przestępstwa oraz czy jest pod wpływem alkoholu lub innych podobnie działających substancji. Za każdym razem muszą zachować wszelkie środki ostrożności, by chronić siebie, a także innych uczestników interwencji.

Właśnie w takiej sytuacji zostali postawieni funkcjonariusze z Zespołu Dzielnicowych, którzy kilka dni temu interweniowali wobec grupy mężczyzn spożywających alkohol. Nikt się wówczas nie spodziewał, że 27-latek zacznie pałać nienawiścią do mundurowych. Nagle, podczas wykonywania czynności służbowych, pułtuszczanin zaczął ubliżać policjantom, a przy próbie uniemożliwienia mu oddalenia się z miejsca popełniania wykroczenia, zaczął odpychać, uderzać i kopać policjantów. Napastnik została zatrzymany. Teraz grozi mu do trzech lat pozbawienia wolności.

Autor: podkom. Milena Kopczyńska



MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

LEGIONOWSKI.

Dwóch zatrzymanych jednego dnia

Policjanci z powiatu legionowskiego zatrzymali dwóch poszukiwanych mężczyzn.

Pierwszy z nich został zatrzymany przez funkcjonariuszy z Komisariatu Policji w Serocku. Tuż po godzinie 7. na terenie jednej z gminnych miejscowości mundurowi wylegitymowali 58-latkę, który po sprawdzeniu w policyjnych bazach okazał się być poszukiwany przez Sąd Rejonowy w Legionowie. Mieszkaniec powiatu miał zasądzoną karę 10 miesięcy pozbawienia wolności.

Do drugiego zatrzymania doszło na ul. Jagiellońskiej w Legionowie. Policjanci patrolujący rejon miasta wylegitymowali mężczyznę, którego stan wskazywał na to, iż jest pod znacznym wpływem alkoholu. Mundurowi podczas czynności legitymowania 34-latkę ustalili, że jest on osobą poszukiwaną przez Sąd Rejonowy w Białymstoku za... uchylenie się od alimentacji. Za ten czyn zasądzona została mu kara w wymiarze 3 miesięcy pozbawienia wolności.

Obaj poszukiwani zostali zatrzymani przez policjantów i przewiezieni do zakładów karnych, gdzie spędzą najbliższe miesiące.

DĘBE.

Nielegalnie łowili ryby

Za nielegalny połów ryb w obrębie chronionym na Narwi odpowie wędkarz który zignorował zakaz. Jego wędkarskie poczynania ujawnił patrol Straży Rybackiej który pełnił w tym czasie służbę w rejonie Zapor Dębe.

Jedno z ulubionych miejsc niejednego wędkarza to okolica Elektrowni Wodnej w Dębie. Warto wiedzieć, że obowiązuje tam całkowity zakaz wędkowania. Dlatego też „wodniacy” reagują na wszelkie wykroczenia i przestępstwa popełniane w tym miejscu.

W niedzielę (8.05) tuż po godzinie 13. funkcjonariusze ujawnili wędkarza, który uprawiał amatorski połów ryb w obrębie ochronionym, jakim jest rzeka Narew w okolicy elektrowni.

38-letni mieszkaniec Wesołej został wylegitymowany oraz poinformowany o popełnieniu przestępstwa. Zgodnie z przepisami jego sprzęt wędkarski został zabezpieczony. Wędkarzowi zostało wystawione wezwanie do stawienia się w Komisariacie Policji, gdzie usłyszał zarzut dotyczący nielegalnego połowu ryb.

Za tego typu przestępstwo może mu grozić kara grzywny, ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2.

LEGIONOWSKI.

Zatrzymani z narkotykami

W weekend (7-8.05) w Stanisławowie Pierwszym doszło do zatrzymania dwóch mężczyzn, którzy dopuścili się przestępstwa na tle narkotykowym. 28-latek i 25-latek posiadali przy sobie mefedron. Zatrzymanym mężczyznom grozi do 3 lat więzienia.

Kryminalni legionowskiej komendy, w sobotę około godziny 15, w Stanisławowie Pierwszym podjęli interwencję w stosunku do 28-letniego mieszkańca powiatu. Mężczyzna podczas legitymowania zachowywał się bardzo nerwowo i unikał kontaktu wzrokowego. Mundurowi podczas kontroli osobistej mężczyzny ujawnili zawiniątko z białymi kryształkami. Test wykazał, że zabezpieczone substancje to mefedron.

Kolejne zatrzymanie miało miejsce w niepełną 4 godziny później... pod tym samym adresem. W ręce mundurowych wpadł 25-latek, który również posiadał przy sobie mefedron.

Podjeźdźcy usłyszeli już zarzuty posiadania środków odurzających. Niebawem ich sprawą zajmie się sąd. Grozi im do 3 lat więzienia.

NASIELSK. Pijany

holował pijanego, obaj mieli po blisko 2 promile

Policjanci z komisariatu Policji w Nasielsku zatrzymali do kontroli drogowej dwa holujące się auta. Jak się okazało,

kierujący zarówno holującym jak i holowanym pojazdem, byli nietrzeźwi.

We wtorek, 10 maja po godz. 16:00 patrolujący teren gminy Nasielsk policjanci, otrzymali informację o dwóch holujących się autach, których kierujący mogą być pijani. Mundurowi natychmiast udali się do miejscowości Mazewo Dworskie, gdzie na drodze zauważyli holujące się pojazdy - opla z wybitymi szybami oraz skodę. Policjanci zatrzymali kierujących pojazdami do kontroli.

Szybko okazało się, że 41-letni kierowca skody, holujący opla, ma w organizmie 1,88 promila alkoholu. Dodatkowo mieszkaniec gminy Sochocin, posiadał wydany przez Sąd Rejonowy w Płońsku, zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych.

Badanie policyjnym alkomatem drugiego kierującego również wykazało, że jest nietrzeźwy. 32-latek z gminy Nowe Miasto miał w wydychanym powietrzu 1,95 promila alkoholu. W ogóle nie posiadał uprawnień do kierowania.

Zgodnie z kodeksem karnym, za prowadzenie pojazdu mechanicznego, znajdując się w stanie nietrzeźwości 32-latkowi grozi do 2 lat więzienia. Ponadto, za kierowanie pojazdem bez wymaganych uprawnień, od 1 stycznia 2022 r. kierowany jest wniosek do sądu, gdzie orzekana jest grzywna oraz zakaz prowadzenia pojazdów.

41-latkowi natomiast, grozi do 5 lat pozbawienia wolności za niestosowanie się do sądowego zakazu prowadzenia pojazdów i kierowanie autem w stanie nietrzeźwości.

Postępowanie w tej sprawie jest prowadzone pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Pułtusku.

NOWY DWÓR MAZ.

Zatrzymali 21-latkę z marihuaną

W środę wieczorem nowodworscy patrolownicy zatrzymali mężczyznę, posiadającego środki odurzające.

11 maja 2022 r. przed godz. 20:00, policjanci nowodworskiego Wydziału Prewencji patrolowali rejon Modlina Twierdzy. Na ul. Ignacego Prądzyńskiego zauważyli młodego mężczyznę, który na widok funkcjonariuszy stał się bardzo niespokojny. Policjanci w niedługim czasie ustalili co było powodem nerwowego zachowania 21-latkę. Podczas interwencji wyszło na jaw, że mieszkaniec Nowego Dworu Mazowieckiego posiada przy sobie zawiniątko z suszem roślinnym. Użyty do badania tester narkotykowy wskazał na marihuanę.

Nowodworzanie został przez policjantów zatrzymany. Noc spędził w policyjnym areszcie. Śledczy z Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim przedstawili mu już zarzuty. Przyznał się do ich popełnienia.

Zgodnie z art. 62 Ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii, za posiadanie środków odurzających grozi kara do 3 lat pozbawienia wolności.

Postępowanie w tej sprawie jest nadzorowane przez Prokuraturę Rejonową w Nowym Dworze Mazowieckim.

POMIECHÓWEK.

Zatrzymany kierujący z sądowym zakazem

Pomiechowski funkcjonariusze zatrzymali kierującego oplem 31-latkę. Podczas kontroli drogowej okazało się, że mężczyzna posiada sądowy zakaz prowadzenia pojazdów.

W środę 11 maja 2022 r. chwilę po godz. 16:00 w miejscowości Janowo, mundurowi z Komisariatu Policji w Pomiechówku podjęli kontrolę drogową wobec kierującego oplem mężczyzny. W trakcie legitymowania pojawiła się informacja z policyjnego systemu, że 31-latek z powiatu płońskiego w ogóle nie powinien wsiadać za kierownicę. Mieszkaniec Kroczywa posiada bowiem czynny zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych, wydany przez Sąd Rejonowy w Płońsku i obowiązujący do 2025 r.

Zgodnie z kodeksem karnym, za niestosowanie się do sądowego zakazu, 31-latkowi grozi teraz do 3 lat pozbawienia wolności.

Postępowanie w tej sprawie prowadzone jest pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Nowym Dworze Mazowieckim.

NOWY DWÓR MAZ.

Kryminalni zatrzymali złodzieja kołder



Policjanci Wydziału Kryminalnego z nowodworskiej komendy, realizując czynności do sprawy, zatrzymali 33-letniego mieszkańca Warszawy, któremu przedstawiono zarzut dotyczący kradzieży pościeli.

11 maja 2022 r. kryminalni z Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim zatrzymali 33-letniego mieszkańca Warszawy. Mężczyzna był przez nich typowany do sprawy kradzieży w markecie na terenie Nowego Dworu Mazowieckiego. Z informacji zebranych w sprawie wynikało, że zatrzymany odwiedził wcześniej dyskont przy ul. Warszawskiej. Właśnie podczas takich „zakupów” łupem złodzieja padły kołdry z gęsich piór, o łącznej wartości 4.598 złotych.

Mężczyzna został zatrzymany, a następnie przesłuchany. Nowodworscy śledczy przedstawili mu zarzut kradzieży - nie pierwszej zresztą na jego koncie. Mężczyzna działał w warunkach recydywy. Przyznał się do popełnienia przestępstwa. Sprawa będzie miała finał w sądzie.

Zgodnie z kodeksem karnym za przestępstwo kradzieży grozi do 5 lat pozbawienia wolności. Jednak za działanie w warunkach recydywy, sąd może wymierzyć karę przewidzianą za przestępstwo w wysokości do górnej granicy ustawowego zagrożenia, zwiększonego o połowę.

Postępowanie w tej sprawie jest nadzorowane przez Prokuraturę Rejonową w Nowym Dworze Mazowieckim.

SEROCK.

Policjant po służbie pomógł zatrzymać nietrzeźwego kierowcę

Policjant z Komisariatu w Serocku, wracając po służbie do domu, pomógł w zatrzymaniu nietrzeźwego kierowcy. Mężczyzna kierujący VW nie zatrzymał się do kontroli oznakowanego patrolu policji. Okazało się, że 21-letni mieszkaniec powiatu mławskiego był pod wpływem alkoholu.

16 kwietnia 2022 roku o godzinie 7:37 w miejscowości Czarnostów policjanci ruchu drogowego makowskiej komendy próbowali zatrzymać do kontroli kierującego VW, który przekroczył dozwoloną prędkość w obszarze zabudowanym. Na widok policjantów kierowca zaczął uciekać. St. sierż. Michał Płocharz, funkcjonariusz z Komisariatu Policji w Serocku, widząc całą sytuację natychmiast zareagował blokując stopniowo uciekającego kierowcę doprowadzając do zmniejszenia prędkości, a następnie do jego zatrzymania. 21-latek mieszkaniec powiatu mławskiego był pod wpływem alkoholu. Badanie wykazało powyżej 0,5 promila alkoholu w organizmie. Mężczyzna nie posiadał również prawa jazdy.

Teraz sprawą mieszkańca powiatu mławskiego zajmie się sąd.

KPP Legionowo,
Nowy Dwór Maz.



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

CHRRZCIN I KOMUNII
ŚLUBU LUB WESELA
URODZIN CZY JUBILEUSZU




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



PUŁTUSK WIDZĘ

NASZĄ PRACĘ WYKONUJEMY Z PASJĄ

Sklepów ci u nas pod dostatkiem – supermarketów, marketów, sklepów osiedlowych, sklepików – wolno stojących i tych zlokalizowanych w centrach handlowych. No i sklepów z asortymentem z drugiej ręki, których jest w bród i które to mają tyle klientek (a i klientów), że ruch w nich jak na Marszałkowskiej, a kolejki przed nimi jeszcze przed godziną otwarcia. Karnie stoją pułtuszczenie jak karnie stoją przyjezdni z ościennych miast, także z Warszawy, osoby, które wynoszą całe stosy ubrań, by potem nimi handlować. Taki mamy klimat, zresztą w całym kraju. I to nie od wczoraj ani od przedwczoraj. Skąd ów klimat? Bo w second handach jest stosunkowo tanio, albo tanio bez dodatku STOSUNKOWO, jest w czym wybierać, bo asortyment różnorodny, bo można znaleźć najprawdziwsze perełki, bo wreszcie grzebiąc, szukając, przewracając i wertując stosy ubrań możesz pogadać, pośmiać się, poplotkować, wymienić opinie na różne tematy – od światowych po lokalne i... odpocząć od zgiełku rzeczywistości. Masz ku temu... klimat, bo...

Zresztą posłuchajcie, co mówi kierowniczka pułtuskiego oddziału MODNEJ TANIEJ ODZIEŻY pani Agnieszka Stańkowska (odzież, biżuteria, dodatki, zabawki, artykuły gospodarstwa domowego, oryginalne gadżety; 50 sklepów w kraju, firma istnieje na rynku od dekad):

- Główne motto, które przyświecało nam podczas otwarcia sklepu brzmiało: KLIENT NASZ PAN. W praktyce wyszło inaczej, zupełnie inaczej, nie tak sztywno! Otóż otwarcie mówię o tym, że nasze relacje z klientami – moje oraz dziewczyn pracujących ze mną – dawno przekształciły się w relacje koleżeńskie, a nawet przyjacielskie. „Cześć”, „Dzień dobry”, „Witamy pana/panią” to tylko wstęp do naszych rozmów. Komplementy, życzenia, żarty, żarciki, wreszcie prezenty to u nas norma! Rozmawiamy dosłownie o wszystkim i o... niczym, oczywiście nie zapominając przy tym o pracy. Doradzamy, pomagamy, razem tworzymy nowe stylizacje. Dopasowujemy nie tylko ubrania, ale również biżuterię oraz akcesoria. Radą służymy także w zakresie wyboru asortymentu gospodarstwa domowego. I tu nie chodzi o to, że taka nasza



rola – to świadczy o tym, że naszą pracę wykonujemy z pasją.

Taki klimat – radosne przyciąganie. A ponadto konkursy i dbałość o estetykę wystawy. Ten konkurs... Do wygrania był: rower miejski (przypadł Annie Dąbrowskiej), VOUCHER do HEBE – 200 zł (obdarowana Magdalena Żbikowska), bon do sklepu Tania Modna Odzież – 100 zł (nagrodzona Marta Czarnecka).

- Mamy głowy pełne pomysłów i przekazujemy je właśnie w naszych autorskich stylówkach. Każdego dnia dodajemy nowe posty na naszym fanpage'u oraz codziennie w naszej wystawie możecie oglądać nowe rzeczy. Oczywiście w przenośni nowe... Mamy nadzieję, że nasze kreatywne pomysły i nasza pasja do mody zostanie przez klientki doceniona, a rzeczy oferowane w naszym sklepie dostaną drugie życie! – mówi kierowniczka Agnieszka.

Pytam panie: Jolę i Basię, co one na ten dobrostan sklepowy.

One mi na to, „że może idzie nowe, że może przyjdzie moda na dbanie o klientów we wszystkich pułtuskich sklepach, że może wypiękniej ulice dzięki estetyce okien wystawowych i że może ci, którzy chcą prowadzić swoje INTERESY, pójść do głowy po pomysły na prowadzenie tych interesów”.

- A co pani na to? – zapytały moje rozmówczynie? A ja na to, że znam już taką pomysłówą panią – PANIĄ KAWKĘ. I znam takie okno wystawowe, które przyciąga wzrok i to od dawna – KWIACIARNIA WĄSIEWSCY. I znam panie ekspedientki, z którymi chętnie się witam – chociażby w OLI, w sklepie LENARCIK przy Mickiewicza, ale i w innych... I wiem, że taki mamy klimat, że dajemy przedmiotom/rzeczom drugie życie i że nie ukrywamy śladów drugiego życia na naszych ulubionych meblach czy bibelotach. My się tym drugim życiem w naszym... życiu po prostu cieszymy. **GRAZA**



Od lewej Sławomir Krysiak, Maria Korbal i Bożena Skłucka na spektaklu dla Stasia Pucka

PŁOCIUSZEK

PRUSA, który grywa U SIEKIERA, w RYNKU.

I na dobry początek pozdrawiamy Marię, Marię Korbal, którą spotkaliśmy na spektaklu, który to dzieci przygotowały dla... dziecka, dla Stasia Pucka, chorego na SMA, i dla którego przyniosły w małych dłoniach pieniądze na leczenie. Przedstawienie, niezwykle barwne i rozśpiewane, podobało się Marysi, co wnosimy po jej okrzykach BRAWO! i śmiechu, który dochodził do nas z drugiego kinowego rzędu. Długo się z Marią nie widzieliśmy, ale jej wybaczymy to niewidzenie, bowiem „bywa” z nami co wtorek, kiedy to wychodzi TYGODNIK PUŁTUSKI. Co innego ze Sławomirem, Sławkiem Krysiakiem, z którym to się ostatnio widywaliśmy na mieście... Sławek przyszedł na spektakl i jako radny (brawo, bo radny powinien BYWAĆ) i jako dziadziuś aktoreczki, która wcieliła się w rolę MAMY ŻABKI. Z dużym powodzeniem.

Z panem zastępcą burmistrza też się... dostrzegaliśmy. Pan burmistrz zauważył, żeśmy w czerwieni, a właściwie to w makowym kolorze, nie czarnym, albo szaroburym jak zazwyczaj. I to było bardzo miłe.

W salonie kosmetycznym pani MARTY (Traugutta) pracuje miła i perfekcyjna PANI UKRAINKA. Doskonale mówi po polsku, więc się można wygadać podczas manicure lub pedicure i to na najróżniejsze tematy, nawet o wspaniałościach MUZEUM WATYKAŃSKIEGO. Pani, chyba Renatka (a może Regina?), nie jesteśmy pewni na sto procent, jest mamą utalentowanego muzycznie ucznia

Znowu przyglądaliśmy się ulicy Daszyńskiego, co nie jest zbyt miłym zajęciem ze względu na zapuszczenie owej ulicy. Ale jedno jest pocieszające. Niedawno donosiliśmy o kuriozalnym koszu na śmieci przy tej ulicy – ulicy wizytówce miasta – przykrywką na metalowej nodze. A że stał o krok od znanej już kawiarni PANI KAWKA, przeto był widoczny. Na szczęście ktoś się DOCZYTAŁ, co na Daszyńskiego piszczy i stanął kosz jak malowanie.

Powiemy tak – mamy nową fobię, a właściwie dolegliwość, dosyć bolesną. Kiedy dochodzimy do rynku, w dni targowe, dostajemy skrętu kiszki i niczym nie udając się uspokoić zgagi żołądka. Od niedawna to mamy. A zbiegło nam się TO z momentem, kiedy to światło dzienne ujrzał filmik (KOMENTERY) poświęcony Kaczyńskiemu („bezpieczeństwo nam gwarantuje”) i Tuskowi („skur...!; Niemiec; Putin; wygnać go, raus”) oraz wypowiedziom pułtuszczań na temat KTO za KIM i dlaczego, czyli KTO POWINIEN RZĄDZIĆ POLSKĄ. Takiej żenady dawno nie widzieliśmy, my w Pułtusk, w którym to wiele różnych rzeczy się działo. I nie chodzi o to, że prawie wszyscy rozmówcy wskazywali na miłość do PREZESA, nie, każdy może kochać kogo chce i nam nic do tej miłości, ale... Tych ALE jest dużo i nie chce nam się o nich gadać ze wstydu i galopujących mdłości. Powiemy tylko to, że mamy wiele uwag i do dziennikarza, i do poziomu, powiedzmy, dyskusji.

No i drugie ALE... Jasnowidz Jackowski „widzi”

odchodzącego – w przerzucanej przez ramię marynarce – PREZESA. Gdzie podąża, czy w siną dal, wizjoner Jackowski milczy, więc i my nie wiemy, czy będzie rzadził, czy nie będzie, Polską oczywiście.

Zajrzeliśmy na FB ZS im. Bolesława Prusa, gdzie wiele ciekawostek z życia uczniów i szkoły. I uprzejmie Wam donosimy, że nawet ci, którzy nie cierpieli szkoły, wróciliby do niej, gdyby mieli możliwość uczestniczenia w lekcji, jaką zgotowała swoim uczniom nauczycielka, Agnieszka Służała. To lekcja pozaszkolna, w studio artystki, utalentowanej fotograficzki Sylwii Wiśniewskiej. I tak pani Sylwia, w przepięknych okolicznościach studyjnych, poprowadziła uczniów dwoma ścieżkami – warsztatową i wiedzową. Co zostało uczniom w głowach po lekcji poświęconej zagadnieniom fotografii, nie wiemy, ale zdjęcia z warsztatów są po prostu... wstrząsająco ciekawe, piękne.

Ludzie rządzący, dyrektorzy, prezesi i kierownicy wszelkich placówek, szkół, instytucji. Jeżeli chcecie (a z doświadczenia dziennikarskiego wiemy, że TAK), byśmy, my TYGODNIK, sprawowali opiekę medialną nad Waszymi spotkaniami i imprezami, uroczystościami to nas pytajcie. Nie ma innej drogi do tego szczęścia. To WY nas, nie my WAS...

Z ostatniej chwilk. Ludzie nam donieśli, że w Pułtusk nie jest potrzebna ławeczka mędrców, bo nasi mędrcy mędrkują na rynku.

GMD



FAJNE FOTO

Na zdjęciu Halinka Witkowska z mężem, długoletnia małżeńska para. Sfotografowani w pniewskiej Kuźni Kurpiowskiej, o ile nas pamięć nie myli, tuż po wieczery wigilijnej. Pniewskie Wigilie, dzięki Halinie i otoczeniu, nie mają sobie równych. Są po prostu bajkowe, a przede wszystkim tradycyjne, zanarwiańskie, kurpiowskie, białopuszczańskie. Hala to nie tylko szefowa KUŹNI, to też gospodyni co się zowie, ale też baba, że konie z nią kraść. Na zdjęciu, jak... na mazowieckiej równinie, wyraźnie widać jej osobowość, zawadiackość dobrze pojętą i szelmowskie spojrzenie...

GMD



Niezwykła lekcja uczniów Prusa

Dylematy wagonika rozwiązywane podobnie w różnych częściach świata

Ludzie z kultur Wschodu, Zachodu i Południa nie różnią się za bardzo pod względem ocen moralnych dokonywanych w tzw. dylematach wagonika - potwierdziły duże międzynarodowe badania, prowadzone m.in. przez Polaków. Tym, co wpływa na ocenę moralną, jest za to kontekst dylematu

Zespół badaczy sprawdził na mieszkańcach z 45 krajów, jak państwa Zachodu, Wschodu i Południa różnią się w swoim podejściu do sławnych już w filozofii moralności dylematów wagonika. Wniosek: nie bardzo się różnią.

W badaniach zwrócono uwagę, jak bardzo w rozwiązywaniu dylematów ważny jest kontekst - choćby dotyczący użycia siły fizycznej. Wyniki badań ukazały się w "Nature Human Behaviour".

- To dobrze. Gdyby mieszkańcy różnych części świata nie zgadzali się co do tego, co jest dobre, a co złe - konflikty byłyby nie do uniknięcia - komentuje w rozmowie z Nauką w Polsce jeden z wielu autorów publikacji, prof. Michał Białek z Uniwersytetu Wrocławskiego.

DOKĄD ZMIERZA TEN WAGONIK?

Rozpędzony wagon pociągu, któremu zepsuły się hamulce, gna po torach. Na jego drodze znajduje się pięciu nieświadomych niczego robotników, których wagonik zaraz zabije. Ty obserwujesz tę sytuację

i jedyne, na co masz czas, to pociągnięcie za dźwignię, która przestawi zwrotnicę. Wiesz, że wtedy wagonik nie uderzy w robotników, ale wjedzie na boczny tor, gdzie jednak znajdują się dwaj inni robotnicy. I to oni wtedy niechybnie zginą. Czy moralnie dopuszczalna jest zmiana zwrotnicy i poświęcenie życia dwóch osób, aby uratować pięć innych żyć? Czy może bardziej moralne byłoby nieruszanie wajchy i nieangażowanie się w ten tragiczny bieg wydarzeń, aby nie mieć na sumieniu życia dwóch osób? To jeden ze scenariuszy, w którym mieli się postawić badani.

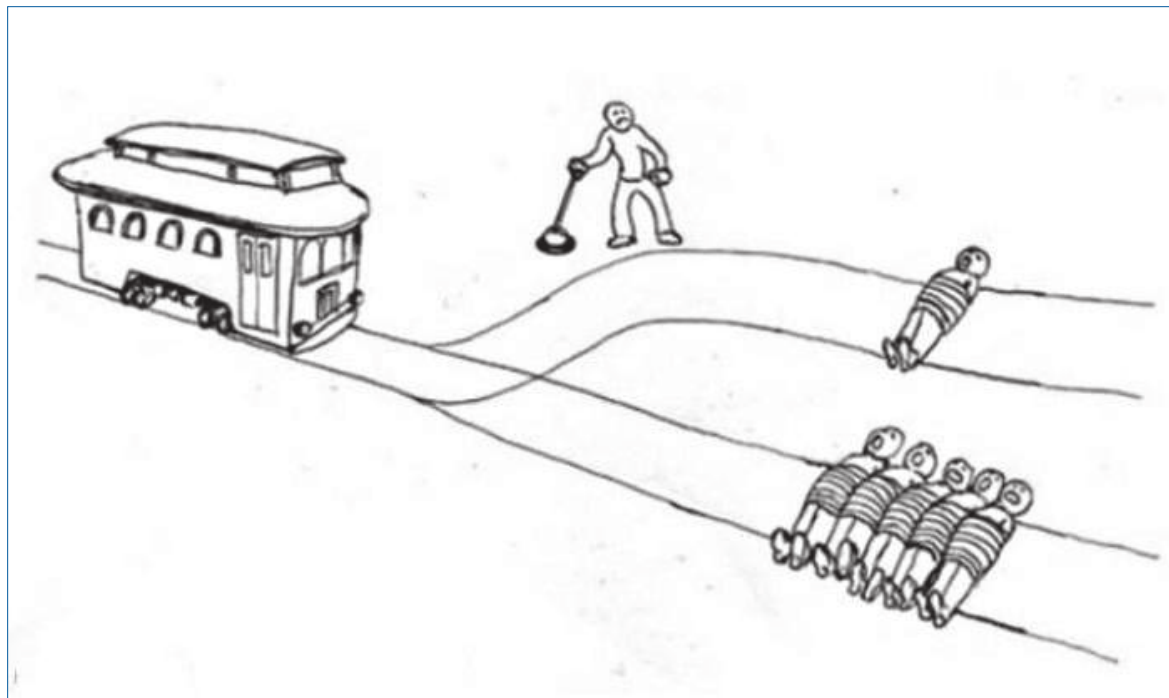
W dylemacie tym jednak poświęcenie czyjegoś życia jest dość abstrakcyjne: to tylko ruch dźwigni. Dlatego analizowano też wersję dylematu, w której poświęcając czyjeś życie, trzeba bezpośrednio użyć siły fizycznej.

Dlatego w drugim scenariuszu - analizowanym w „Nature Human Behaviour” - widzisz zbliżający się wagonik, który zaraz zabije pięć osób. Stoisz jednak na wiadukcie nad trasą tego wagonu, a obok ciebie stoi ktoś, kto waży znacznie więcej niż ty. Wiesz, że tylko jeśli zepchniesz tę osobę pod koła wagonu, pociąg się zatrzyma i nie przejedzie pięciu osób (Ty zaś ważysz za mało, więc wiesz, że poświęcenie własnego życia nic tu nie da). Czy w tym wypadku pchnięcie kogoś pod pociąg może być etyczne?

CO TRZECI NIE TKNIE DŹWIGNI. CO CZWARTY ZRZUCI NA TORY

Michał Białek podsumowuje, że na całym świecie odpowiedzi uzyskiwane w tych dwóch pytaniach są podobne: około dwóch trzecich badanych zgadza się, żeby przekierować wagon na boczny tor i poświęcić dwa życia dla pięciu osób. Natomiast tylko około jednej czwartej badanych deklaruje, że słusznie będzie wepchnąć na tory jedną osobę, aby ocalić pięć żyć.

Zatem niezależnie od tego, z jakiej części świata się pochodzi, użycie siły fizycznej, by poświęcić życie



Problemy wagonika trafiły do popkultury. Stały się źródłem memów

postronnej osoby, będzie oceniane surowiej, niż użycie w tym celu przekładni.

CZY CEL UŚWIĘCA ŚRODKI?

Prof. Białek tłumaczy, że dylematy wagonika mają za zadanie pokazać różnice między dwoma podejściami do moralności. Podejście utilitarne zakłada szacowanie długofalowych zysków i strat danego działania. Według tego sposobu kalkulacji bardziej moralne jest działanie, które ocali więcej żyć. Dlatego bardziej opłaca się przekierować wagonik na drugi tor - lub zrzucić na tory sąsiada. Drugie podejście - deontologiczne - zakłada tymczasem, że nie można „po trupach dążyć do celu”. Nie jest więc etyczne doprowadzenie do śmierci osób postronnych - nawet, jeśli miałyby to uratować więcej osób.

Prof. Białek zwraca uwagę, że to, które podejście do danego konfliktu się wybierze, zależy w dużej mierze od tego, w jakim kontekście zostanie przedstawione dane działanie.

Jak opowiada naukowiec z UW, kiedy oceniamy, czy dany czyn jest etyczny, czy nie - „ważymy” zwykle, jak ma się on do chęci pomagania innym i niechęci do czynienia krzywdy. Niekiedy jednak ważenie jest wrażliwe na kontekst. I to wyraźnie pokazuje - na dużej próbie badawczej - nowa publikacja.

To, jak zmiana narracji wpływa na ocenę moralną, widać choćby na przykładzie narracji o wojnach - wskazuje prof. Białek. I tak na przykład większość ludzi potępiłaby decyzję, by zbombardować miasto i zabić kilkadziesiąt tysięcy osób, podjętą po to, aby zastraszyć wroga i szybko zakończyć wojnę, która w dłuższym okresie pochłonęłaby jeszcze więcej żyć. Natomiast większość osób poparłoby już zbombardowanie w czasie wojny fabryki broni na terenie wroga, wiedząc, że w tym działaniu zginęłoby kilkadziesiąt tysięcy osób z okolicznych miejscowości. Skutek w obu scenariuszach jest ten sam: śmierć kilkadziesiąt

tysięcy cywili. W pierwszym scenariuszu krzywda cywili jest jednak drogą do celu, a w drugim przykładzie - „jedyne” skutkiem ubocznym. Ale to właśnie ten kontekst wpływa na ocenę etyczności danej decyzji - komentuje naukowiec.

- Nasze badania pokazują, że wszyscy - niezależnie od części świata - mamy te same klawisze, sterujące naszymi decyzjami moralnymi. I nieistoty ktoś, kto je pozna, może na nich zagrać takie melodie, jakie mu się spodobają - uczuła.

Wyniki badania opublikowane w „Nature Human Behaviour” nie są dla naukowców zaskoczeniem. To udana replikacja przeprowadzonych kilka lat temu innych międzykulturowych badań, które dały podobne wnioski. - Jesteśmy więc w tym samym punkcie, co dotąd. Tylko dzięki tym nowym badaniom mocniej w nim stoimy - komentuje Michał Białek.

PAP - Nauka w Polsce, Ludwika Tomala



**WYBIERZ SIĘ Z NAMI NA
NOCNE ZWIEDZANIE Z PRZEWODNIKIEM
PAŁACU I MAŁEJ ARCHITEKTURY PARKOWEJ**

**NIEDZIELA 19.06.2022
godz. 21:00**

Ceny biletów:

- 35 zł normalny
- 25 zł ulgowy (seniorzy 60+, młodzież 10-18 lat i studenci)
- bezpłatnie dzieci do 10 lat

Rezerwacja biletów:

info@palacjablonna.pan.pl
+48/22 782 44 33; +48/22 782 54 89

Sprzedaż:

restauracja, hotel, Biletyna.pl
Pałac w Jabłonie, Modlińska 105





Otwarcie, otwarcie... i PO OTWARCIU!



Tuż po „zimnej Zośce”, ale i w Dzień Niezapominajki, czyli 15 maja 2022 r. w powiecie legionowskim odbyła się wyczekiwana przez całą zimę impreza motoryzacyjna – otwarcie sezonu cabrio 2022 grupy Mazovia Cabrio Style

Impreza ta jest cykliczna i z roku na rok przyciąga coraz większą grupę miłośników samochodów bez dachu. W tym roku na starcie stawilo się ponad 60 załóg, w tym każda liczyła min. 2 członków, a także... psiaki, gdyż spotkania MCS odbywają się w plenerze i można przybywać na nie całymi rodzinami, także z czworonożnymi przyjaciółmi.

W tym roku start zaplanowano na ostatnim poziomie parkingu Centrum Komunikacyjnego w Legionowie, skąd kabriolety ruszyły w drogę w stronę Pałacu Zegrzyńskiego.

Warto bowiem wspomnieć, że Pałac Zegrzyński już od wielu lat wspiera tę lokalną inicjatywę i tradycyjnie spotkanie otwarcia sezonu MCS odbywa się właśnie w tym miejscu.

Impreza obfitowała w różnorodne konkursy z pięknymi i wartościowymi nagrodami, ufundowanymi przez partnerów klubu, m.in. Team Bołtowiec, TENZI, KoKo Kamper, 3S, Rau-Mega-Tech, RD Car Detailing Jabłonna oraz Starostę Powiatu Legionowskiego i Prezydenta Miasta Legionowa. Wybrano także kabriolet otwarcia sezonu Mazovia

Cabrio Style 2022 – najwięcej głosów zebrał piękny Fiat 124 Spider z 1972 roku!

Wszystkich miłośników „codziennie innej podsufitki”, posiadaczy kabrioletów, serdecznie zapraszamy do współtworzenia grupy Mazovia Cabrio Style. Grupę można znaleźć na Facebooku, Instagramie, a uczestników na żywo spotkać na szeregu wydarzeń, które odbywają się w sezonie letnim w powiecie legionowskim, o których to będziemy Was informować na bieżąco.





VIVALDI / OSIECKA NOWE 4 PORY ROKU

29.05. niedziela 17:00

SALA BALOWA

NORMALNY: 120 ZŁ

ULGOWY: 80 ZŁ

KUP BILET:

NA MIEJSCU W GODZ. 10-18

ON-LINE: WWW.BILETYNA.PL

REZERWACJE:

INFO@PALACJABLONNA.PAN.PL

+48 509 081 438 / 535 585 661



PIOTR KOPIETZ
akordeon



SEBASTIAN WYPYCH
kontrabas



ANNA WANDTKE
skrzypce



JACEK MAŁACHOWSKI
akordeon

PAŁAC W JABŁONNIE
UL. MODLIŃSKA 105



BEST ART CONCEPT



Jeszcze więcej fotoradarów na polskich drogach?

Fotoradarów, jak grzybów po deszczu, wciąż przybywa. Jeszcze w ubiegłym roku w Polsce było ich zaledwie 445 sztuk. Teraz? Już znacznie więcej. Co prawda Polska wciąż nie stoi na czele państw europejskich z najbardziej rozbudowaną infrastrukturą urządzeń monitorujących prędkość, ale GITD wraz z CANARD intensywnie pracują nad zmianą tego stanu

Ile jest fotoradarów w Polsce?

Według danych twórców Yanosika w 2021 roku w Polsce funkcjonowało 445 fotoradarów. To o 14 urządzeń więcej niż w 2020 roku. Ich liczba wciąż wzrasta, a według planów CANARD oraz GITD, będzie ich jeszcze więcej.

- Sprawdzaliśmy liczbę fotoradarów na początku 2022 roku i łącznie było ich wtedy 515 sztuk. Obecna liczba stacjonarnych mierników prędkości wynosi już 527. To wzrost o 12 urządzeń w ciągu zaledwie 3 miesięcy. Według naszych informacji to jeszcze nie koniec – do końca lata 2023 roku przybędzie odcinkowych pomiarów prędkości a 100 fotoradarów zostanie wymienionych na nowe – komentuje Julia Langa, Yanosik

Gdzie przybyło, a gdzie ubyło fotoradarów?

Według danych twórców Yanosika liczba fotoradarów w ciągu ostatnich trzech miesięcy tego roku zmieniła się:

- w województwie mazowieckim o 5 sztuk, z 83 mierników na 88,
- w województwie wielkopolskim o 1 urządzenie, z 53 sztuk na 54,
- w województwie łódzkim o 1 urządzenie, z 35 sztuk na 36,
- w województwie dolnośląskim o 1 urządzenie, z 25 sztuk na 26,
- w województwie lubuskim o 3 fotoradary, z 24 urządzeń na 27,
- w województwie zachodniopomorskim o 1 urządzenie, z 27 sztuk na 28,
- w województwie

kujawsko-pomorskim o 2 sztuki, z 19 na 21.

Z kolei w województwie warmińsko-mazurskim liczba fotoradarów spadła, z 21 sztuk na 19.

- Zgodnie z planami GITD oraz CANARD realizowany jest program montażu nowych mierników prędkości w miejscach, które są najbardziej zagrożone wypadkami. To jednak nie wszystkie działania podjęte w trosce o bezpieczeństwo wszystkich uczestników ruchu drogowego. Trwa również wybór podwykonawcy, który wymieni 247 starych fotoradarów. W pierwszym etapie ma zostać wymienionych 100 mierników na znacznie nowsze urządzenia, które potrafią o wiele więcej, niż wyłącznie rejestrowanie przekroczeń prędkości – komentuje Julia Langa, Yanosik

Nowe fotoradary będą miały super zdolności

Nowe urządzenia kontrolujące prędkość będą miały możliwości pomiarów na kilku pasach ruchu jednocześnie, co w większości lokalizacji nie było nawet możliwe. Jakość robionych przez nie zdjęć będzie o wiele lepsza – wizerunek kierującego pojazdem będzie bardzo wyraźny, bez względu na porę dnia czy

warunki pogodowe. Ponadto, na obrazie będzie można bez trudu odczytać numery tablic rejestracyjnych.

Co więcej, nowe mierniki będą zdolne do rozróżniania rodzaju pojazdu, a nawet będą miały możliwość podłączenia dodatkowych kamer rejestrujących zsynchronizowany obraz tyłu pojazdu, co znacznie pomoże w rejestrowaniu przekroczeń prędkości dokonywanych przez motocyklistów.

Polska mocno walczy z piratami drogowymi

W trosce o bezpieczeństwo wszystkich uczestników ruchu drogowego, wzmożone zostały intensywniejsze działania przeciwko piratom drogowym. W tym roku w życie wszedł nowy taryfikator mandatów, który nie oszczędza kierowców. Jeszcze w 2021 roku zmieniono przepisy względem pierwszeństwa pieszych, zobowiązując kierowców do kategorycznego zatrzymania się przed przejściem, już w momencie zbliżania się pieszo do pasów.

- To jeszcze nie koniec planowanych działań w zakresie bezpieczeństwa wszystkich uczestników ruchu drogowego. W tym roku w życie wejdą również regulacje dotyczące punktów karnych, w ramach których za jedno wykroczenie będzie można otrzymać aż 15 punktów, co już jest dużym krokiem w stronę utracenia uprawnień do kierowania pojazdem. Ponadto, jeszcze w tym roku towarzystwa ubezpieczeniowe mają otrzymać wgląd do bazy danych kierowców, a dokładniej do zapisów dotyczących uzyskanych punktów karnych oraz rodzaju wykroczeń, których dokonali. Od tego mają być zależne stawki obowiązkowego ubezpieczenia OC – mówi Julia Langa, Yanosik

Czy te działania spowodują, że Polska zacznie przypominać większość państw europejskich, w których kierowcy respektują obowiązujące limity prędkości, a bezpieczeństwo na drogach jest znacznie większe? Yanosik bacznie obserwuje sytuację i sprawdza zachowania polskich kierowców na drogach, poprawa już jest widoczna, ale do poziomu europejskiego wciąż nam jeszcze wiele brakuje.

www.yanosik.pl

INTERCARS

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



NASZE WILKOWYJE

O rzeczach trwałych

Na starość podobno zaczyna się cenić rzeczy trwałe. Japycz mówi, że to dlatego, że już nie masz energii na rzeczy nietrwałe. Straśnię to skomplikowane, zaczęli my więc od początku. Co jest trwałe? Trwałe jest to co było od początku – mówi Solejuk, który za racji tego że ma żonę po filozofii, sam się za filozofa uważa. Mówi, że to przez seks, bo wtedy następuje zjednoczenie i przepływ. No ale na początku było Słowo – mówi Hadziuk, którego ostatnio z żoną na terapię małżeńską do księdza Macieja chodzą. Dlaczego do księdza Macieja? Bo on kocha ludzi, a przy tym nie jest to miłość surowa, ino wybacząca i pełna westchnień typu „No tak”, „toby wszystko tłumaczyło”, „sam nie jestem bez grzechu”.

Czy Słowo może być trwałe? Jak dasz je Michałowej, to nie tylko może, ale i musi. Sam Ksiądz Biskup coś o tym wie. Czyli Słowo może być trwałe, w zależności komu je dajesz, tak? To mnie trochę zbiło z pantofelka, bo jak przysięgałem Joli, że ją będę kochał, to wiadomo, trwalsze niż skała, a jak mówię, że się na ławeczce nie zasiedzę, to w dni filozoficzne, takie jak dziś, nijak dotrzymać się nie da. Może więc Słowo jest trwałe w sprawach ważnych, a w sprawach nieważnych – nietrwałe?

Hadziuk zaczął się śmiać, że z tym kochaniem, to też różnie bywa, bo jak jesteś młody i mówisz dziewczynie, że ją kochasz, to ją potem kochasz, a jak jesteś stary i mówisz, że ją kochasz, to jej tylko mówisz. Tu się Japycz obruszył i zaczął wykladać czym jest seks ludzi dojrzałych, ale ja chyba za młody jeszcze na to jestem, bom się zarumienił jak panienka. Za to Solejuk słuchał z wielkim zainteresowaniem i o szczegóły dopytywał. Solejuk lubi bowiem planować z wyprzedzeniem.

No dobra, czyli zatem Słowo może być trwałe i nietrwałe i miłość może się zmieniać, co nas doprowadziło do Darwina. To znaczy jak w tym starym żarcie, że koniak to napój, który klasa robotnicza pije ustami swoich przedstawicieli, doprowadziło Japycza, a nas za nim i nie od razu, bo najpierw musieliśmy pojąć. Generalnie chyba chodzi o to, że jeśli przyroda jest stała i ciągle ewoluuje, to wszystko inne też może się zmieniać i stałości to nie przeczy. Bo można być stałym w miłości, ale kochać coraz to inaczej i Słowo też można różnie rozumieć, co najlepiej widać jak się porówna kazania księdza Roberta i księdza Macieja. I dobro też różnie można rozumieć, bo możesz uważać, że dla innych odrobina kłopotów jak najbardziej wskazana, a dla siebie i swoich, to byś tego w ogóle nie chciał, nawet jeśli wiesz, że kłopot czasem prowadzi do czegoś lepszego.

Tak my debatowali i debatowali, długo potem jak już sklep zamknęli i Mamrot się skończył, bo przemijanie to ma do siebie, że i Mamrot przemija, aż tu nagle Solejuk mówi, że najbardziej trwałe jest, że człowiek się martwi. No tu już myśleli my, że zgoda będzie i do domu pora, ale Japycz, co to po świecie dużo podróżował, mówi, że martwienie się, to rzecz na świecie najgłupsza i że dawno temu pewien indyjski góru mu to wytłumaczył. Góru to taki hinduski stary góral, co na wszystko odpowiedź ma, bo wszystko widział. Więc ten góru zapytał kiedyś Japycza czy się martwi, a Japycz mówi, że oczywiście. Na to góru pyta czy ma problem. Nie? To po co się martwisz? A jak masz problem, to czy możesz coś z tym zrobić? Tak? To po co się martwisz? A jak masz problem i nic nie możesz zrobić, to tym bardziej po co się martwisz?

No cholercia logiczne to jest i trudne do podważenia, ale jak my wreszcie z ławeczki wstali, to po minach widziałem, że każdy jeden się reakcją żony na tak późny powrót do domu martwi. I to solidnie. Bo co innego wiedzieć coś rozumem, a co innego czuć, że za chwilę ochrzani od ukochanej osoby będzie i to wprost proporcjonalny do spóźnienia. Taaa, jeśli chodzi o rzeczy trwałe to ten rozdźwięk rozumu i emocji, musi do najtrwalszych należeć.

Pietrek

Liczba fotoradarów w poszczególnych latach

Województwo	2018 rok	2019 rok	2020 rok	2021 rok	2022 rok
Mazowieckie	70	74	72	74	88
Wielkopolskie	47	46	45	45	54
Śląskie	34	32	33	35	39
Łódzkie	31	28	30	31	36
Lubelskie	27	29	30	31	35
Pomorskie	26	27	27	28	42
Małopolskie	24	27	27	29	33
Dolnośląskie	22	22	22	22	26
Podlaskie	23	23	24	24	30
Lubuskie	22	22	22	23	27
Podkarpackie	18	19	19	21	24
Zachodniopomorskie	21	21	20	23	28
Warmińsko-mazurskie	21	19	19	19	19
Kujawsko-pomorskie	19	16	16	15	21
Świętokrzyskie	14	15	15	15	15
Opolskie	11	10	10	10	10
Łącznie	430	430	431	445	527

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

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



Pierwsza komunia to niezwykle moment w życiu katolickich rodzin. Niemniej zorganizowanie przyjęcia komunijnego może być nieco stresujące. Aby móc w pełni cieszyć się tym dniem, warto wcześniej zaplanować szczegóły przyjęcia i ceremonii. Nie musisz organizować drogiej imprezy w restauracji, aby świętowanie komunii Twojego dziecka okazało się sukcesem. Warto jednak poświęcić trochę czasu, aby zadbać o wszystkie szczegóły

Przyjęcie komunijne w domu czy restauracji?

Bardzo często przyjęcia z okazji pierwszej komunii świętej organizuje się w lokalu, czyli w restauracji, hotelu czy na sali bankietowej. Rodzice wybierają to rozwiązanie głównie ze względu na ilość gości. Nie każdy ma duży dom czy mieszkanie, mogące pomieścić kilkanaście, a nawet kilkadziesiąt osób. Co więcej, takie rozwiązanie jest po prostu wygodne i oszczędza czas – ale nie pieniądze. W 2022 r. w restauracji za przyjęcie komunijne zapłacimy od 120 do 400 zł od osoby.

Ten wyjątkowy dzień nie musi się jednak wiązać z wyrwą w domowym budżecie. Bardziej ekonomiczną opcją jest przygotowanie przyjęcia komunijnego w domu. To bardzo dobre rozwiązanie, jeśli liczba gości nie przekracza kilkunastu osób. Oczywiście w przypadku dużego mieszkania, domu, tarasu czy ogrodu, można zorganizować imprezę z udziałem nawet kilkudziesięciu osób. Oto na czym należy się skupić, przygotowując przyjęcie komunijne w domu.

Komfortowe przyjęcie w domu – na co zwrócić uwagę?

Organizując przyjęcie w domu, ważne jest, aby zapewnić maksymalny komfort gościom, przygotowując w tym celu odpowiednią ilość miejsc. Ciągłe popychanie i szturchanie łokciami podczas jedzenia raczej nie wpłynie pozytywnie na atmosferę rodzinnego spotkania. Dlatego dobrze jest przetestować kilka konfiguracji i wybrać taki układ rozmieszczenia stołów i krzeseł, który pozwoli im swobodnie jeść i rozmawiać podczas imprezy. Upewnij się, że masz wystarczającą liczbę stołów, krzeseł, sztućców i obrusów. Jeśli nie, możesz je pożyć lub wynająć.

W zależności od kościoła,



SMACZNA I TAŃSZA ALTERNATYWA

Organizujemy przyjęcie komunijne w domu

w którym Twoje dziecko przystępuje do Pierwszej Komunii, harmonogram dnia może się różnić. Zazwyczaj msza komunijna jest odprawiana rano lub w godzinach przedpołudniowych. Po ceremonii goście udają się na przyjęcie. Problem polega na tym, że między tymi dwoma wydarzeniami nie zawsze jest dużo czasu. Aby zminimalizować stres związany z podaniem gościom posiłku zaraz po przyjeździe do domu, postaw na potrawy, które to umożliwią.

Komunijne menu

Jeśli chodzi o listę dań, warto ją przygotować z dużym wyprzedzeniem. Najlepiej wybierać potrawy dość proste i szybkie w przygotowaniu. W końcu to ważny dzień w życiu dziecka. Warto spędzić jak najwięcej czasu z nim i innymi członkami rodziny, zamiast spędzać większość przyjęcia w kuchni. Optymalnym rozwiązaniem jest przygotowanie zupy (polecamy krem ze szparagów z grzankami w kształcie serca – przepis pod tekstem) i dania głównego, a na stole postawienie różnego

rodzaju sałatek, przekąsek i owoców, które goście mogą zjeść we własnym zakresie.

Ponieważ głównymi bohaterami przyjęcia są często dzieci, będzie im miło, jeśli w menu znajdą się pozycje, przygotowane specjalnie dla nich. – Szybką i zdrową propozycją mogą być np. zabawne koreczki z sera żółtego i oliwek – podpowiada Ewa Polińska z MSM Mońki. – Nie tylko wyglądają estetycznie, ale także stanowią zdrową przekąskę. Ser żółty to w końcu źródło łatwo przyswajalnego białka i wielu witamin – zauważa. Przepis na koreczki podajemy na końcu artykułu.

Wsparcie firmy cateringowej

Jeśli na imprezie jest więcej osób, można rozważyć skorzystanie ze wsparcia firmy cateringowej. Często najbardziej popularnym wyborem jest bufet, ponieważ oferuje gościom różnorodne dania, które zaspokoją wszystkie gusta kulinarne. Jeśli poprosisz firmę cateringową o dostarczenie dań głównych, możesz uzupełnić menu o domowe desery, ciasta, przekąski i sałatki. Zaangażuj w tym celu pozostałych domowników i zróbcie jak najwięcej przed wielkim dniem. Dzieci rwą się do pomocy? – Ślimaczki z ciasta francuskiego czy krakersowe koreczki z żółtym serem to przekąski, które nie są czasochłonne i można do ich przygotowania zaprosić także dzieci – nawet w trakcie przyjęcia, zapewniając im w ten sposób kulinarną rozrywkę. – podpowiada Ewa Polińska z MSM Mońki.

Najważniejsza wskazówka – poproś któregoś z przyjaciół lub członka rodziny, aby przyszedł do Twojego domu w czasie, kiedy będziecie

w kościele. Pomoc w podgrzaniu lub przygotowaniu jedzenia może się okazać bezcenna, ponieważ rano będziesz mieć pełne ręce roboty, przygotowując siebie i swoje dziecko na uroczystość.

Jak w przypadku każdego dużego wydarzenia, szczegółowe zaplanowanie przyjęcia komunijnego to podstawa. Dzięki przygotowaniu odpowiedniego harmonogramu zadań i ustaleniu priorytetów, o niczym nie zapomnisz i zorganizujesz wspaniałe przyjęcie komunijne, które w przyszłości będzie mile wspomniane zarówno przez dziecko, jak i całą rodzinę.

Krem ze szparagów z grzankami w kształcie serca Składniki dla 4 osób:

- 2 pęczki białych szparagów
- 2 kromki chleba
- 1 opakowanie sera topionego MSM Mońki
- średnia cebula czerwona
- 1 litr bulionu drobiowego
- szczypta gałki muszkatołowej
- sól, pieprz do smaku

Przygotowanie: Szparagi umyć, odkroić twarde końcówki i pokroić w 2-3 cm kawałki. W garnku roztopić masło, delikatnie zeszklić pokrojoną w kosteczkę cebulę. Dodać szparagi, smażyć około 2 minuty co chwilę mieszając. Wlać gorący bulion, zagotować. Całość zblendować na gładką masę, pod koniec dodać opakowanie sera topionego i doprawić do smaku. Z kromek wyciąć serduszką, opiec w tosterze lub piekarniku do osiągnięcia pożądanej chrupkości.

Koreczki z sera żółtego i oliwek Składniki:

- ser żółty Morski MSM Mońki w bloku
- czarne oliwki
- plasterki marchewki

Przygotowanie: Ser pokroić na średniej wielkości kostkę i nadziać na każdy patyczek na przemian z oliwkami i plasterkiem marchewki.

Ślimaczki

z ciasta francuskiego

- Składniki:**
- 200 g szynki parzonej
 - 200 g świeżych pieczarek
 - 2 łyżki oleju
 - 200 g sera podlaskiego MSM Mońki
 - 150 g kapusty pekińskiej
 - 4 sztuki pomidorów suszonych z oleju
 - pieprz do smaku
 - 2 rolki (ok. 375 g każda) gotowe ciasto francuskie
 - 1 jajko

Wykonanie: Szynkę pokroić w drobną kostkę, pieczarki w plasterki i podsmażyć na oleju, aż z pieczarek odparuje woda. Wystudzić, dodać starty ser, suszone pomidory pokrojone w paseczki i drobno posiekaną kapustę. Doprawić do smaku pieprzem i solą oraz dokładnie wymieszać.

Na płaty ciasta francuskiego równomiernie rozłożyć farsz, zwinąć i pociąć na parocentymetrowe krążki. Każdy posmarować roztrzepanym jajkiem i upiec w rozgrzanym piekarniku (ok. 180°C) na złoty kolor. Podać z ulubionym zimnym sosem, np. czosnkowym.

Krakersowe koreczki z żółtym serem

- Składniki:**
- paczka krakersów
 - 30 dag sera żółtego Gouda MSM Mońki w bloku
 - czerwone winogrona
 - jogurt grecki

Przygotowanie: Krakersy posmarować niewielką ilością jogurtu greckiego. Na wykałaczkę nabić kostki żółtego sera oraz winogrono i ułożyć ją na krakersie.

Smacznego!



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

CHRZCIN I KOMUNII
ŚLUBU LUB WESELA
URODZIN CZY JUBILEUSZU

Rezerwacje:

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



URODZINY

Marii Konopnickiej

23 maja 2022 r.

podsumowanie konkursu plastycznego 11.30
Konopnicka – dzieci **dzieciom**
sala widowiskowa legionowskiego ratusza

happening uczniów 10.00
Liceum Ogólnokształcące -15.00
im. Marii Konopnickiej w Legionowie,
wystawa
przy pomniku poetki w pobliżu szkoły

organizatorzy:



Powiat
Legionowski



partner:



Miasto
Legionowo

środa

18 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Rodzinny ekspres 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Ranczo - serial 09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokmentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Rok w ogrodzie Extra 12:50 Natura w Jedynce 14:00 Wspaniałe stulecie 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn	05:35 M jak miłość - serial 06:30 Przechodniem byłem między wami... - reportaż 06:55 Familiada - teleturniej 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:10 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:45 Dla niesłyszących - teleturniej 12:30 Koło fortuny 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Serial fabularny 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłości i przeznaczenie 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej	05:45 Uwaga! - magazyn 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku - program obyczajowy 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:40 Małanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Mecenas Porada 21:05 Nie ma mocnych wersja kolorowa - kontynuacja przygód dwóch rodzin zabużarskich, osadników na Dolnym Śląsku.	07:00 Muzyczne poranki 08:00 Informacje kulturalne 08:30 Co dalej? - program publicystyczny 09:20 Szczęśliwy człowiek - film obyczajowy, reż. Małgorzata Szumowska, wyk. Jadwiga Jankowska-Cieślak, Małgorzata Hajewska-Krzysztofik, Piotr Jankowski, Roman Gancarczyk, Mieczysław Grąbka, Andrzej Hudziak 11:00 Pogranicze w ogniu 13:30 Orsay - film dokumentalny, prod. Francja, 2017, reż. Bruno Ulmer 14:35 Kocie ślady - film TVP, reż. Paweł Komorowski, wyk. Janusz Gajos, Mieczysław Pawlikowski, Joanna Jędryka, Grzegorz Warchoł, Alicja Jachiewicz, Jerzy Trela, Andrzej Balcerzak, Marian Cebulski	06:00 Kobra - oddział specjalny - serial sensacyjny Każdy kolejny odcinek to odrębna tematyka. W każdym z nich nie brakuje „zabójczej prędkości”, napięcia, niebezpiecznych pościgów i komizmu, przedstawianego przez bohaterów. Chcą, aby zawsze na pierwszym miejscu stała sprawiedliwość. 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 08:00 Prawdziwe motywy 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 12:00 Zaklinaczka duchów 13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 15:00 Prawdziwe motywy	04:55 Szpital - program obyczajowy 05:55 Hotel Paradise 06:50 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:20 Brzydula - serial, Polska 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Zagadki losu 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Tajemnice miłości 17:55 19+ - obyczajowy 18:25 Zagadki losu 19:30 Papiery na szczęście	06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Kochane Pieniądze 10:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjanci i Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjanci i Policjanci Policjanci z dwóch komend codziennie interweniują, począwszy od pijackich melin, a skończywszy na domowych kłótniach. 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Wielka Ucieczka 22:05 Rebelia . Dziesięć lat po kosmicznej inwazji na Ziemi rządzą Obcy, a większość jej mieszkańców pogodziła się z podbojem. 00:25 Włатыc móch 01:25 Anatomia głupoty według Hammonda
TELETURNIJ	SERIAL OBYCZAJOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	FILM SENSACYJNY	DRAMAT	SERIAL OBYCZAJOWY	SERIAL OBYCZAJOWY	TV Trwam
15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16:05 Przysięga - serial obyczajowy 17:00 Telexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Tranzyt - film fabularny 22:40 Historia bez tajemnic - Tylko wiatr - film 23:50 Projekt Joshua - film fabularny 01:55 Królowie śródmieścia 02:50 Wszystkie pieniądze świata - serial 03:55 Wojsko - polskie.pl	18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy seriali Na dobre i na złe i Na sygnale 20:55 Na dobre i na złe 21:55 Empire State: Ryzykowna gra - film akcji, prod. USA, 2013, reż. Dito Montiel 23:40 Lato w stadninie - film fabularny, prod. Niemcy, 2019, reż. Sharon von Wietersheim, wyk. Leia Holtwick, Moritz Bäckerling, Heiner Lauterbach 01:35 Trzy dni Kondora 02:35 Kraina miodu - film dokumentalny, prod. Macedonia	20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Skazana - serial, Polska 22:45 Miasto złodziei - film sensacyjny, USA, 2010, reż. Ben Affleck, Rebecca Hall, Jon Hamm, Jeremy Renner, Blake Lively, Pete Postlethwaite 01:15 Superwizjer - magazyn reporterów 01:50 W garniturach - serial, USA 02:35 Uwaga! - magazyn 02:50 Noc magii 04:05 Kto was tak urządził	23:25 Szkoła uwodzenia 3 Trzecia część rozpoczyna swą akcję, gdy po sukcesie perfidnego zakładu dotyczącego uwiedzenia i porzucenia dwóch ufnych i niewinnych koleżanek ze szkoły, Jason Argyle i Patrick Bales - najbardziej zepsuci i niemoralni studenci Prestridge College - skierowują swe zainteresowanie w stronę najbardziej pożądanej nagrody. 01:05 Szklana pułapka 3 03:55 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:25 Telezakupy TV Okazje	16:05 Rysa - dramat, reż. Michał Rosa 17:45 Którędy po sztuce 17:50 Przestrzeń pamięci 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Dickensian - serial kostiumowy 20:00 Tajemnica Błatego Konia - serial, prod. Wielka Brytania, 2020, reż. Leonora Lonsdale 20:55 Na wschód od Hollywood - Olli Maki. Najszczęśliwszy dzień jego życia 22:40 Więcej niż fikcja - Analogowy wizjoner - film 00:30 Jazz 01:45 Lekkie obyczaje - Kwiecień - fabularny	17:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 20:00 Igrzyska śmierci 23:00 Fala uderzeniowa 01:20 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 02:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Tak! jest świat - program informacyjny 03:10 Na jedwabnym szlaku 04:25 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy	20:00 Brzydula - serial, Polska 20:35 Hotel Paradise 21:40 Dunkierka - film wojenny, Wielka Brytania, Holandia, Francja, USA, 2017, reż. Christopher Nolan, wyk. Fionn Whitehead, Harry Styles, Aneurin Barnard, Tom Hardy, Mark Rylance, Kenneth Branagh, Cillian Murphy 23:50 Szczęśliwy II - film sensacyjny, USA, 1978, reż. Jeannot Szwarc, wyk. Roy Scheider, Lorraine Gary, Murray Hamilton, Joseph Mascolo, Collin Wilcox 02:15 Druga strona medalu 02:40 Noc magii	11:00 Syria 11:20 Muzyczne chwile 11:25 Jestem mamą 11:40 Prosto o gospodarce 12:00 Msza Święta 14:00 Słowo życia 14:10 Mojżesz - 10 przykazań 15:05 Fatima - orędzie na dziś 15:35 Zambia - Lusaka 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Na zdrowie 16:30 WYSZYŃSKI - historia 17:00 Po stronie prawdy 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Brat Franciszek 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Mysząc Ojczyznę 21:00 Apel Jasnogórski 21:20 Informacje dnia 21:40 Polski Punkt Widzenia 22:00 Mojżesz - 10 przykazań 22:55 Katedra w Chartres - święta geometria



czwartek

19 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Dobre historie - Ludzie morza 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 Natura w Jedyńce SERIAL KOSTIUMOWY  14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Telexpress 17:15 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Na sygnale - serial 21:35 Sprawa dla reportera 22:35 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn 23:15 Magazyn kryminalny	05:30 M jak miłość - serial 06:20 Smaki świata - magazyn 06:55 Familiada - teleturniej 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:10 Magazyn Ekumeniczny 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Serial fabularny 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłości i przeznaczenie - serial obyczajowy 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej SERIAL OBYCZAJOWY  18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy serialu Ojciec Mateusz - felieton, reż. Andrzej Szulc 20:55 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 21:55 Skarbiec - film kryminalny, prod. USA, 2016, reż. Benjamin Brewer, Alex Brewer, wyk. Nicolas Cage, Elijah Wood, Jerry Lewis, Steven Williams 23:40 Terrorysta - film fabularny 01:40 Piekło - thriller, prod. Niemcy, Austria, 2017, reż. Stefan Ruzowitzky 03:25 Gomorra - serial	05:45 Uwaga! - magazyn 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku 20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy PROGRAM KULINARNY  21:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 22:45 Vinci - film komedia, Polska, 2004, reż. Juliusz Machulski, wyk. Robert Więckiewicz, Borys Szyc, Jan Machulski, Kamilla Baar, Marcin Dorociński 01:00 Blade, Wieczny łowca II - film horror, USA, Niemcy, 2002, reż. Guillermo Del Toro, wyk. Wesley Snipes, Kris Kristofferson, Ron Perlman, Leonor Varela, Norman Reedus, Thomas Kretschmann 03:15 Uwaga! - magazyn prod. Polska 03:30 Noc magii 04:50 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:40 Malanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja - magazyn 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja - magazyn 16:30 Na ratunek 112 - magazyn 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Nasz Nowy Dom - magazyn prod. Polska 21:05 Przyjaciółki FILM OBYCZAJOWY  22:10 Małe kobiety - Ameryka, lata sześćdziesiąte XIX wieku. W domostwie zwanym Orchard House od pokoleń mieszka rodzina Marchów. Pod nieobecność ojca walczącego w wojnie secesyjnej, opiekę nad czterema córkami sprawuje samodzielnie ich matka, Marmee. Marmee wyraźnie wyprzedza swoją epokę, wpajając dziewczynkom ideały wolności i namawiając je, by znalazły własną drogę w życiu. 01:05 Tarapaty 03:00 Szkoła urodzenia 3 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy	07:00 Muzyczne poranki 08:10 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:35 Kronos - magazyn kulturalno-społeczny 09:20 Rysa - dramat 11:00 Pogranicze w ogniu - serial 13:30 Harry Gruyaert - fotograf - film dokumentalny 14:40 Schody - film animowany, reż. Stefan Schabenbeck 15:25 Faraon - dramat, reż. Jerzy Kawalerowicz 18:00 Co dalej? - program publicystyczny 18:30 Informacje kulturalne - informator kulturalny 18:55 Dickensian - serial kostiumowy 20:00 Czwartkowy klub filmowy - Wstęp do filmu - Yalda, noc przebaczenia DRAMAT  20:05 Czwartkowy klub filmowy - Yalda, noc przebaczenia - dramat 21:45 Wędrowiec Polski 22:20 Berlin Live - Simple Minds - koncert 23:40 Co dalej? - program publicystyczny 00:15 Na wschód od Hollywood - Olli Maki. Najszczęśliwszy dzień jego życia (Hymyilevä mies) - film fabularny, prod. Niemcy, Szwecja, Finlandia, 2016, reż. Juho Kuosmanen 01:55 Kino nocne - Przebacz - dramat, reż. Marek Stachurski, wyk. Bartosz Turzyński, Gabriela Kownacka	06:00 Kobra - oddział specjalny 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 08:00 Prawdziwe motywy 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 12:00 Zaklinaczka duchów - Dzięki swojemu darowi Melinda Gordon potrafi komunikować się z zagubionymi duszami zmarłych ludzi i pomaga im przejść na drugą stronę. 13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 15:00 Prawdziwe motywy 17:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy FILM OBYCZAJOWY  20:00 Pech to nie grzech - Piotr oraz jego narzeczona Weronika zakładają się, że Natalia przez trzy miesiące z nikim się nie zwiąże, ani nie zakocha. Chcąc odegrać się na znajomych, kobieta wpada w romantyczną intrygę. 21:40 Uciekająca panna młoda 00:00 Pozew o miłość 02:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 03:00 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę - program kulinarny 03:40 Taki jest świat 04:20 Z archiwum policji	04:55 Szpital - program obyczajowy 05:55 Hotel Paradise - Rajskie rozdania 06:50 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:20 Brzydula - serial, Polska 07:45 Miłe wieści 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Zagadki losu - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Tajemnice miłości 17:55 19 + - obyczajowy 18:25 Opowieści małżeńskie 19:30 Papiery na szczęście SERIAL OBYCZAJOWY  20:00 Brzydula - serial, Polska 20:35 Hotel Paradise 21:40 Kuloodporni - film sensacyjny, USA, 1996, reż. Ernest R. Dickerson, wyk. Damon Wayans, Adam Sandler, James Caan, Jeep Swenson, James Farentino, Bill Nunn 23:25 Saga Zmierzch: Księżyc w nowiu - film horror, USA, 2009, reż. Chris Weitz, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Elizabeth Reaser, Peter Facinelli, Michael Sheen, Ashley Greene 02:05 Druga strona medalu 02:30 Noc magii	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Kochane Pieniądze 10:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Upadek Berlin, kwiecień 1945 roku. Naród czeka na swój upadek. Na ulicach stolicy Niemiec panuje chaos. 00:15 Wstrząs 6 Burt jest umierający. Czy zdoła zwalczyć zatrucie jadem larw i wraz z Travisem pokonać kolejną hordę podziemnych stworów? Tym razem będą musieli stoczyć walkę z wielkimi larwami w odległej stacji badawczej w Nunavut - kanadyjskim terytorium Inuitów. TV Trwam  12:03 Informacje dnia 12:20 Ziemia Obiecana 13:10 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 To nic takiego 15:45 Święty na każdy dzień 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Z wędką nad wodę w Polskę i Świat 16:35 Porady Medyczne Bonifratrów 17:05 Akademia pro-life 17:10 Śladami historii 17:15 W górskim domu ogrodnika 17:30 Odpowiedzialni za Kościół 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Przyjaciele i bohaterowie 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Głos Polski 21:00 Apel Jasnogórski

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

piątek

20 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej 07:30 Agape - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Ranczo - serial obyczajowy 09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 Natura w Jedyńce - Zwierzęta - Żółwie - serial dokumentalny SERIAL KOSTIUMOWY  14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Telexpress 17:15 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:35 Ojciec Mateusz - serial 21:25 Kulisy serialu Na sygnale - felieton 21:35 Na sygnale - serial fabularny, prod. USA 22:15 Piraci z Somalii - film fabularny, prod. USA 00:20 Tropem bezprawia - film fabularny	05:00 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:30 M jak miłość - serial 06:20 Anna Dymna - spotkajmy się 06:55 Familiada - teleturniej 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Smaki świata 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:00 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Serial fabularny 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłości i przeznaczenie 18:00 Panorama 18:15 Va Banque - teleturniej SERIAL OBYCZAJOWY  18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kabaret. Super Show Dwójki - program kabaretowy 21:40 Big Music Quiz - teleturniej muzyczny 22:40 Kino relaks - Moje wielkie greckie wesela - komedia, prod. USA, 2002, reż. Joel Zwick 00:20 Białe oleander - dramat, prod. USA, Niemcy, 2005, reż. Peter Kosminksky 02:20 Wszystkie pieniądze świata - dramat 04:40 Rodzinka.pl - serial 05:05 Zakończenie	05:45 Uwaga! - magazyn 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment - program 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty - informacja 19:30 Sport 19:40 Pogoda - informacja 19:50 Uwaga! - magazyn 20:00 Harry Potter i Książę Półkrwi - przygodowy HORROR  23:15 Blade: Mroczna trójca - horror, USA, 2004, reż. David S. Goyer, wyk. Wesley Snipes, Kris Kristofferson, Dominic Purcell, Jessica Biel, Ryan Reynolds, Parker Posey Łowca wampirów Blade staje się celem agentów FBI i Draculi. 01:35 Kuba Wojewódzki - talk show prod. Polska 02:30 Uwaga! - magazyn prod. Polska 02:45 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska 04:00 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Studio Polsat SuperHit Festiwal 2022 10:05 Malanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja - magazyn 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja - magazyn 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Polsat Super Hit Festiwal 2022 FILM S-F  23:40 Mroczne umysły - Producenci zrealizowali fantastyczny film o nastolatkach, którzy w tajemniczy sposób nabywają niezwykłych mocy, wskutek czego rząd uznaje, że stanowią zagrożenie i należy ich odizolować od reszty społeczeństwa. 01:55 Zombieland: Kulki w łeb - Nadszedł czas, by ponownie rozprawić się z zombie. Tym razem spotkamy się w okolicach Białego Domu. 04:05 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy	07:00 Muzyczne poranki 08:15 Informacje kulturalne 08:45 Co dalej? - program publicystyczny 09:20 Wyprowadź w przeszłość - film przygodowy, prod. Czechosłowacja, 1955, reż. Fred Ladd, Karel Zeman, wyk. Vladimír Bejval, Petr Herrman, Zdeněk Hrstak, Josef Lukáš 11:00 Komediantka - serial 13:30 Villa Visconti Borromeo Litta. Cztery wieki historii 15:10 Awatar, czyli zamiana dusz - film TVP, reż. Janusz Majewski, wyk. Wanda Koczeska, Jan Machulski, Henryk Boukołowski, Gustaw Holoubek, Kazimierz Rudzki, Krzysztof Litwin, Łucjan Złitrig, Ryszard Kotys, Stefania Kołodziejczyk FILM OBYCZAJOWY  16:25 Tydzień z życia mężczyzny - film obyczajowy, reż. Jerzy Stuhr 18:05 Do dzieła - magazyn 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Reżyserzy 20:00 Wieczór kinomana - Wstęp do filmu 20:05 Wieczór kinomana - Wróg numer jeden 22:50 Maiden - film 00:40 Teraz animacje! - Nyosha - film animowany 00:50 Teraz animacje! - Pod twoimi palcami 01:15 Yalda, noc przebaczenia - dramat 02:55 Informacje kulturalne 03:25 Kino nocne - Wojacek - dramat 05:10 Teledyski	06:00 Kobra - oddział specjalny - 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. 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 08:00 Prawdziwe motywy 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy SERIAL OBYCZAJOWY  18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 20:00 Cobra 21:50 Zabójca 00:50 Norweski speed 2 02:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 02:55 Menu na miarę - program kulinarny 03:30 Z archiwum policji - serial dokumentalny 04:00 Menu na miarę - program kulinarny 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	04:55 Szpital - program obyczajowy 05:55 Hotel Paradise 06:50 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:20 Brzydula - serial, Polska 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Tajemnice miłości 17:55 Skarby z szafy - program lifestyle'owy 18:25 Opowieści małżeńskie 19:25 Miłe wieści 19:30 Ukryta prawda KOMEDIA  20:30 Seks w wielkim mieście II - film komedia, USA, 2010, reż. Michael Patrick King, wyk. Sarah Jessica Parker, Kim Cattrall, Kristin Davis, Cynthia Nixon, David Eigenberg, Liza Minelli, Chris Noth 23:35 Pięćdziesiąt twarzy Greya - film obyczajowy, USA, 2015, reż. Sam Taylor-Johnson, wyk. Dakota Johnson, Jamie Dornan, Jennifer Ehle, Eloise Mumford, Luke Grimes, Marcia Gay Harden 02:05 Druga strona medalu - talk show 02:30 Noc magii	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Kochane Pieniądze 10:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Gwiazdy Kabaretu 21:00 Mistrz Dowcipu 22:05 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:05 Kult ialeczi Chucky Nica Pierce, od 4 lat zamknięta w zakładzie psychiatrycznym dla niepoctylnych przestępców, żyje w mylnym przekonaniu, że zamordowała całą swoją rodzinę. 02:00 Ucho Prezesa Skromny serial stał się zjawiskiem społecznym, barometrem nastrojów w narodzie i zwierciadłem, w którym odbija się współczesna scena polityczna. 02:25 Disco Polo TV Trwam  11:35 100 cudownych miejsc 11:45 Refleksje nad Psalmem XXIII 11:55 Prymas Stefan Wyszyński 12:00 Regina Coeli 12:03 Informacje dnia 12:20 Ziemia Obiecana 13:30 Msza święta 14:20 100 cudownych miejsc 14:30 Zrozumieć Antycywilizację 14:55 Słowo życia 15:00 Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia 15:20 Mocni w Wierze 15:45 Święty na każdy dzień 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Siódmy Sakrament 16:40 Tak Go pamiętam 16:55 Poznajemy Biblię 17:30 Geopolityka 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje 18:15 Westerplatte Młodych 19:00 Warto zauważyć... 19:30 Opowieści Theo 19:45 Modlitwa 20:00 Informacja 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



sobota

21 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Klan - telenowela 06:00 Magazyn Ekspresu Reporterów 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej 07:40 Rok w ogrodzie 08:05 Rok w ogrodzie Extra 08:20 Wojsko - polskie.pl 08:45 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych 09:15 Sprawa dla reportera 10:20 Fascynujący świat - Cztery pory roku w Barcelonie 11:30 Sekretne życie kotów - reality show 12:30 Człowiek z Zachodu - western, prod. USA 14:10 Z pamięci - felieton 14:25 Okrasa famie przepisy - Smak mięsa z kością - magazyn kulinarny 14:55 Jutro należy do nas - serial	05:20 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 12:10 Rodzinny ekspres - magazyn 12:50 To był rok! 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko 16:20 Na dobre i na złe - serial obyczajowy 17:20 Smaki świata - magazyn 17:50 Słowo na niedzielę 18:00 Panorama 18:15 Va Banque - teleturniej 18:40 Postaw na milion - teleturniej 19:35 Lajki! 20:00 Taneczny Port Mazury 22:20 Hity wszech czasów	05:25 Uwaga! - magazyn 05:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:30 Polowanie na ogród 07:00 Wymarzone ogrody 07:30 MądrzeJEMY z Katarzyną Bosacką 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Na Wspólnej - serial, Polska 13:25 MasterChef Junior 15:05 Przez Atlantyk 16:10 Polowanie na ogród 16:45 Wymarzone ogrody 17:20 MądrzeJEMY z Katarzyną Bosacką 17:55 Kuchenne rewolucje 19:00 Fakty - informacje 19:25 Sport 19:35 Pogoda - informacje 19:45 Uwaga! - magazyn 20:00 Shrek II - film komedia, USA, 2004, reż. Andrew Adamson, Kelly Asbury, Conrad Vernon	07:15 Wpuszczony w kanał Roddy to rozpieszczona, opływająca w luksusy mieszczańska mysz domowa, która na dobre zagnieździła się w apartamencie w Kingston. Pewnego dnia, pod nieobecność właścicieli mieszkania, z kranu w jednej z łazienek, do których rości sobie prawo Roddy wyskakuje Sid. Szczur, który do tej pory zamieszkiwał kanały, nie może uwierzyć, jak wygodnie może być życie myszy. 09:00 Strefa Gwiazd - Polsat Super Hit Festiwal 2022. 10:00 Ewa gotuje 10:40 Sezon na misia 2 12:15 Zakochany Madagaskar 12:40 Bogaty Dom - Biedny Dog	07:00 Opole na bis - 80 lat Polskiego Radia - koncert 07:35 Ach śpij kochanie 08:10 Informacje kulturalne 08:40 Tamte lata, tamte dni - magazyn 09:20 Hitler kontra Picasso - film dokumentalny 11:05 Owszew Mazowsze, reż. Adam Strug 11:45 Serialowa nostalgia - Droga - serial 12:55 Do dzieła - magazyn 13:25 Przyszłość na Mar-rietytacie - komedia, reż. Tadeusz Buczkowski, wyk. Lidia Korsakówna, Tadeusz Schmidt, Adam Mikołajewski, Wanda Bojarska, Tadeusz Kondrat, Antonina Górecka, Barbara Rachwańska, Joanna Walter, Zofia Wilczyńska, Edmund Biernacki 15:15 Eufonie 2019 - Francesco Tristano	06:00 Castle - serial kryminalny Poszukujący inspiracji pisarz otrzymuje pozwolenie na przyłączenie się do jednego zespołu z wydziału zabójstw nowojorskiej policji. 07:00 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 20:00 Ochroniarz Były komandos dostaje posadę ochroniarza w lokalnym centrum handlowym, gdzie niespodziewanie podejmuje się obrony jedenastoletki, której grozi niebezpieczeństwo. 21:35 Mechanik: Konfrontacja - film akcji	05:05 Szkoła - obyczajowy 06:05 Wiza na miłość: dalsze losy 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 07:30 Ten moment 08:05 Happy Feet: Tupot małych stóp II - film komedia, USA, 2011, reż. George Miller, Gary Eck, David Peers, wyk. Robin Williams, Elijah Wood, Sofia Vergara 10:15 Skarby z szafy - program lifestyle'owy 10:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Mała księżniczka - film rodzinny, USA, 1995, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Eleanor Bron, Liam Cunningham, Liesel Matthews, Rusty Schwimmer, Arthur Malet 15:05 Kawaler - film komedia, USA, 1999	07:00 Galileo 11:00 Dziewczyny z drużyny: Walcz do końca Linie Cruz, pewnej siebie cheerleaderce, świat wywraca się do góry nogami, kiedy wraz z rodziną musi przenieść się z centrum Los Angeles do płazowego miasteczka Malibu. 13:05 STOP Drogówka 14:05 Wielkie tajemnice historii 16:00 Food Factory 17:00 Policjantki i Policjanci 22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:00 Wstrząsy 6 Burt jest umierający. Czy zdoła zważyć zatrucie jadłem larw i wraz z Travisem pokonać kolejną hordę podziemnych stworów? Tym razem będą musieli stoczyć walkę z wielkimi larwami w odległej stacji badawczej w Nunavut - kanadyjskim terytorium Inuitów.
REALITY SHOW 	FILM AKCJI 	KOMEDIA 	SERIAL OBYCZAJOWY 	FILM PRZYGODOWY 	THRILLER 	FILM SENSACYJNY 	TV Trwam 
15:55 Sanatorium miłości - reality show 17:00 Teleexpress 17:15 Pogoda 17:20 Piłka nożna 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 21:35 Hit na sobotę - Need for Speed - film fabularny 23:50 Jej twarz - dramat, prod. USA, 2016 02:05 Piraci z Somalii - film fabularny, prod. USA, 2017, wyk. Al Pacino, Evan Peters, Melanie Griffith, Barkhad Abdi 04:05 Z pamięci - felieton 04:15 Zakończenie	23:25 Dorwać Watta - film akcji 01:25 Moje wielkie greckie wesele - komedia 03:10 Terrorysta - film fabularny, prod. Wielka Brytania, 2012, reż. Hadi Hajaig, wyk. Sean Bean, Abhin Galeya, Charlotte Rampling 05:00 Rodzinka.pl - serial komediowy prod. TVP, reż. Patryk Yoka, wyk. Małgorzata Kożuchowska, Tomasz Karolak, Maciej Musiał, Adam Zdrójkowski, Mateusz Pawłowski 05:30 Zakończenie	22:05 Druhny - film komedia, USA, 2011, reż. Paul Feig, wyk. Kristen Wiig, Maya Rudolph, Rose Byrne, Wendi McLendon-Covey, Ellie Kemper, Melissa McCarthy, Jill Clayburgh 00:35 Mocny rycerz powstaje - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2012, reż. Christopher Nolan, wyk. Christian Bale, Tom Hardy, Marion Cotillard, Anne Hathaway, Joseph Gordon-Levitt, Michael Caine, Gary Oldman, Morgan Freeman, Matthew Modine 03:45 Uwaga! - magazyn 04:00 Noc magii - program ezoteryczny	13:45 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 14:40 Rolnicy. Podlasie 15:45 Więzienie 17:45 Chłopaki do wzięcia 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Polsat Super Hit Festiwal 2022 23:00 Geneza planety małp 01:15 Resident Evil: Potępienie Agent specjalny Leon S. Kennedy wchodzi w młyny wschodnio-europejskim państewku, by zweryfikować pogłoski o użyciu podczas wojny tzw. B.O.W.s.	16:25 Retro kino - Fanfan Tulipan - film przygodowy 18:15 Co dalej? - program publicystyczny 18:45 Camille Pissarro - śladami ojca impresjonistów 20:00 Bilet do kina - To tylko koniec świata 21:45 Madrugada in concert. Baloise Session 2019 23:20 Seans kultowy - Hołota - dramat 01:05 Co dalej? 01:40 Wieczór kinomana - Wróg numer jeden 04:30 Teledyski 05:20 Tamte lata, tamte dni - magazyn 05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl	23:45 Uciec, ale dokąd? Zbiegły więzień Sam Gillen znajduje schronienie na farmie wdowy Clydie Anderson, nekanej przez przedsiębiorców budowlanych. Ryzykując swoją wolność, postanawia jej pomóc. 01:50 Na jedwabnym szlaku - program informacyjny 02:25 Taki jest świat - program informacyjny 03:10 Menu na miarę - program kulinarny prod. Polska 03:45 Dyżur - serial dokumentalny 04:20 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	17:15 Szybcy i wściekli V - film sensacyjny, USA, 2011, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Tyrese Gibson, Chris 'Ludacris' Bridges 20:00 Saga Zmierzch: Zaciemnienie - film horror, USA, 2010, reż. David Slade, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson 22:40 Ciemniejsza strona Greya - film obyczajowy, Chiny, Japonia, USA, 2017, reż. James Foley, wyk. Dakota Johnson 01:05 Zbrodnie z pierwszych stron gazet - serial dokumentalny, USA 02:05 Druga strona medalu	12:00 Regina Coeli 12:03 Informacje dnia 12:20 Warto zauważyć... 12:50 Siódmy Sakrament 13:20 Ocalić od zapomnienia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela” 14:35 Kapliczki Maryjne 14:55 Ojciec Klemens Vismara 15:30 Wierze w Boga 16:00 Informacje dnia 16:10 Wilhelm Pluta 17:00 Z Parlamentu Europejskiego 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Wolność Słowa 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Manna z Nieba 19:45 Modlitwa 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

niedziela

22 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
04:40 Klan - telenowela 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 Zakończaj się Polsce - Strzelno - magazyn 09:00 Weterynarze z sercem 09:30 Okrasa famie przepisy - Smak mięsa z kością 10:00 Monte Carlo - komedia 11:55 Między ziemią a niebem 12:00 Regina Coeli 12:15 Między ziemią a niebem 12:50 Wszyscy jesteście braćmi - cykl reportaży 13:15 BB w Jedynce - Era przyrody 14:15 Z pamięci - felieton 14:25 Tacy byliśmy	05:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial 07:55 Pytanie na śniadanie 11:05 Smaki świata - magazyn 11:40 Program rozrywkowy 12:50 Program rozrywkowy 14:00 Familiada - teleturniej 14:30 Koło fortuny - teleturniej 15:05 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko 17:05 Lajki! 17:25 Rodzinka.pl - serial komediowy 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:50 Na sygnale - serial fabularny 20:00 Postaw na milion - teleturniej 21:00 Wszystkie pieniądze świata - dramat	05:35 Uwaga! - magazyn 05:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 06:55 Nowa Maja w ogrodzie 07:25 Akademia ogrodnika 07:30 Tak smakuje dziękiuję 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Co za tydzień - magazyn 12:00 Vinci - film komedia, Polska, 2004, reż. Juliusz Machulski, wyk. Robert Więckiewicz, Boris Szy, Jan Machulski, Kamilla Baar, Marcin Dorociński 14:25 Shrek II - film komedia, USA, 2004 16:25 Ślub od pierwszego wejrzenia 17:25 Tak smakuje dziękiuję 18:00 Totalne remonty Szelągowskiej - program 19:00 Fakty - informacje 19:45 Uwaga! - magazyn	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:05 Zakochany Madagaskar 09:35 Sezon na misia 2 Elliot jest po poroże zakochany w Gizeli, ale nie tak szybko staną przed ołtarzem - Pan Kabanos zostaje porwany, a oprawcy chcą go zwrócić właścicielom... Zwierzęta muszą przeprowadzić akcję ratunkową i dowiadują się, że są ich największym wrogiem. 11:20 Emotki. Film Tony odkrywa przed nami sekretny świat naszych smartfonów. Ukryte za aplikacją, z której korzystamy wysyłając wiadomości, gwarne miasto Tekstopolis to miejsce, w którym mieszkają i pracują emotki.	07:00 Zbigniew Wodecki i jego goście 08:00 Msza Święta Kościoła Starokatolickiego Mariawitów w Lipce 09:05 Od ucha do ucha 09:50 Czeskie śniadanie 11:10 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 11:50 Don Gilliam i olbrzymi - film dokumentalny 13:30 Wakacje pana Hulot - komedia, prod. Francja 15:05 Wedrowiec Polski 15:45 Ballet of Difference 16:10 Ballet of Difference - ON BODY - Made For Walking 16:35 Ballet of Difference - Unittx - film 17:15 Niedziela z... twórczością Zbigniewa Wodeckiego 18:10 Niedziela z... twórczością Zbigniewa Wodeckiego - Zbigniew Wodecki i jego goście	06:00 Prawdziwe motywy 11:20 Uciekająca panna młoda Dziennikarz pisze artykuł o kobiecie, która notorycznie ucieka sprzed ołtarza kolejnym kandydatom na męża. 13:35 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Król Drożdżobrody Aby dać nauczkę zarozumiałej córce Isabelli, król wydaje ją za ulicznego gajka. Dziewczyna nie wie, że pod postacią muzyka ukrywa się szczerze zakochany w niej książę Ryszard. 14:50 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Księżniczka Maleen 16:15 Pech to nie grzech 17:45 Pożyczony naręczony 20:00 Prawo zemsty 22:05 Ucieczka z piekła	05:05 Szkoła - obyczajowy 06:05 Wiza na miłość: dalsze losy 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 07:30 Ten moment - program 08:05 Richie milioner - film komedia, USA, 1994, reż. Donald Petrie, wyk. Macaulay Culkin, John Larroquette, Edward Herrmann, Jonathan Hyde, Christine Ebersole, Claudia Schiffer 10:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:20 Mój przyjaciel delfin - film przygodowy, USA, 2011, reż. Charles Martin Smith, wyk. Harry Connick Jr., Ashley Judd, Nathan Gamble, Kris Kristofferson, Morgan Freeman 14:45 Farciarz Gilmore - film komedia, USA, 1996, reż. Dennis Dugan	06:00 Benny Hill - serial komediowy 06:45 Magiczny kamień 08:35 Dziewczyny z drużyny: Światowa konfrontacja Cheerleaderki pod wodzą Destiny mają już na koncie trzykrotne mistrzostwo kraju, ale pojawia się nowa, modna drużyna, która rzuca im wyzwanie. 10:30 Galileo - popularno-naukowy 12:40 Matylda 14:45 Cuda z nieba Film oparty na prawdziwej historii Annabel Beam, która w niewyżytki sposób ozdrowiała z nieuleczalnej choroby. Życie małej Annabel naznaczone jest chłonnym bólem, częstymi pobytami w szpitalu i widmem przedwczesnej śmierci. 17:00 Gwiazdy Kabaretu 18:00 STOP Drogówka 19:00 Galileo 20:00 Wielka Ucieczka 21:00 Gorączka 00:30 Pablo Escobar: Początek i koniec
SERIAL OBYCZAJOWY 	FILM OBYCZAJOWY 	FILM PRZYGODOWY 	FILM OBYCZAJOWY 	FILM OBYCZAJOWY 	FILM AKCJI 	FILM PRZYGODOWY 	TV Trwam 
14:55 Jutro należy do nas - serial 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:30 Stulecie Winnych 19:25 Sport 19:30 Wiadomości 20:05 Pogoda 20:15 Zieja - serial 21:15 Zakochana Jedynka - Kwiat pustyni - film obyczajowy 23:30 Need for Speed - film fabularny, prod. Wielka Brytania, Francja, USA 01:50 Droga na Kilimandżaro - film fabularny 03:30 Jaka to melodia? 04:20 Z pamięci - felieton	23:20 Kino bez granic - Ciao Italia! 01:15 Sonata księżycowa - film fabularny, prod. Wielka Brytania, 1937, reż. Lothar Mendes, wyk. Ignacy Jan Paderewski, Charles Farrell, Marie Tempest, Barbara Greene, Eric Portman, W. Graham Brown, Queenie Leonard 02:55 Kamień na kamieniu - dramat, reż. Ryszard Ber, wyk. Jerzy Radziwiłowicz, Bożena Adamek, Szymon Bobrowski, Adam Ferency, Paweł Gędek, Piotr Grabowski 04:40 Zakończenie	20:00 Jack, pogromca olbrzymów - film przygodowy, USA, 2013, reż. Bryan Singer, wyk. Nicholas Hoult, Eleanor Tomlinson, Ewan McGregor, Stanley Tucci, Eddie Marsan 22:25 Zielona strefa - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, Francja, Hiszpania, 2010, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Greg Kinnear, Willem Dafoe, Frances McDormand, Brad Dourif 00:55 Kuchenne rewolucje 01:55 Uwaga! - magazyn 02:10 Noc magii 03:25 Kto was tak urządził	13:00 Nie ma mocnych - komedia 15:10 Percy Jackson i Bogowie Olimpijscy: Złodziej pioruna 17:40 Nasz Nowy Dom 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Państwo w Państwie - magazyn 20:00 Polsat Super Hit Festiwal 2022 23:40 Policja zastępca 02:00 Bracia Solomon 04:00 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:25 Telezakupy TV Okazje	20:00 Pożegnanie z Afryką - film obyczajowy, prod. USA, 1985, reż. Sydney Pollack, wyk. Meryl Streep, Robert Redford, Klaus Maria Brandauer 22:45 Scena muzyczna - Boarte Piano Trio 23:45 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 00:25 Missisipi w ogniu - film fabularny, prod. USA, 1994, reż. Alan Parker, wyk. Gene Hackman, Willem Dafoe, Frances McDormand, Brad Dourif 02:40 Bilet do kina - To tylko koniec świata - dramat 04:30 Teraz animacje! - Pod twoimi palcami - film animowany	00:05 Snajper 2 Były snajper zostaje przywrócony do służby i wysłany na samobójczą misję w głąb Serbii. 02:00 Dyżur - serial dokumentalny 03:00 Taki jest świat - program informacyjny 04:00 Napisała: Morderstwo Jessica Fletcher, była nauczycielka angielskiego i pisarka kryminałów, jest wdową mieszkającą w starym wiktoriańskim domu we wsi Cabot Cove. Prowadzi spokojne życie jako nie odkryta pisarka wielu kryminałów. 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska	16:45 Harry Potter i Książę Półkwi - film przygodowy, Wielka Brytania, USA, 2009 20:00 Szybcy i wściekli VI - film sensacyjny, USA, 2013, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson, Jordana Brewster, Michelle Rodriguez, Tyrese Gibson 22:45 Rambo III - film sensacyjny, USA, 1988, reż. Peter MacDonald, wyk. Sylvester Stallone, Richard Crenna, Marc de Jonge, Kurtwood Smith 00:55 Zbrodnie z pierwszych stron gazet - serial dokumentalny, USA 01:55 Druga strona medalu	10:40 Jestem Puszczą XXI w. 11:40 Zofia Czeska 12:00 Regina Coeli z Ojcem Świętym Franciszkiem 12:20 Święta Rita z Casci - przejmująca droga wiary 13:25 Słowo życia 13:30 Papież Polak do Rodaków 14:25 Święty na każdy dzień 14:30 7 Kościołów Apokalipsy 15:00 Wieś - to też Polska 16:00 Informacje dnia 16:10 Koncert żyćzeń 16:45 Kazembe 17:00 Zostań Żołnierzem RP 17:20 100 cudownych miejsc na świecie 17:30 Sól Ziemi 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Opowieści z Księgi Cnót 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Święty na każdy dzień 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



poniedziałek

23 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:10 Przysięga - serial obyczajowy 06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Okiem Wiary - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 BBC w Jedynce - Era przyrody - Przebudzenie SERIAL KOSTIUMOWY  14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial paradokumentalny 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Teatr Telewizji - Totus Tuus - spektakl teatralny 22:35 Świat bez fikcji 23:40 Podziemny krąg - dramat 02:05 Kwiat pustyni - film	04:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:30 M jak miłość - serial 06:20 Program katolicki 06:55 Familiada - teleturniej 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:40 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial 15:10 Serial fabularny 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłości przeznaczenie - serial obyczajowy 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial SERIAL OBYCZAJOWY  19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. Polska 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial 21:40 I nie było już nikogo - serial 22:55 Sułki wojny 23:50 Wszystko dla mojej matki - dramat reż. Małgorzata Imielska, wyk. Zofia Domalik, Maria Sobocińska, Malwina Laska, Magdalena Cielmer, Helena Englert, Joanna Poleć 01:45 O mnie się nie martw 02:50 Arkady Luwru - dramat 04:25 Zakończenie	05:15 Uwaga! - magazyn 05:30 Nowa Maja w ogrodzie 05:55 Akademia ogrodnika 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty - informacje 19:35 Sport 19:45 Pogoda - informacje 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Totalne remonty Szelągowskiej - program 22:45 Godzina zemsty - film sensacyjny, USA, 1999, reż. Brian Helgeland, wyk. Mel Gibson, Gregg Henry, Maria Bell, David Paymer, Bill Duke, Deborah Unger, Lucy Liu, William Devane, Kris Kristofferson, James Coburn 00:50 Przez Atlantyk 01:55 Co za tydzień 02:20 W garniturach - serial 03:10 Uwaga! - magazyn 03:25 Noc magii - program ezoteryczny	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:40 Malanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 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 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport, Pogoda FILM S-F  20:00 MEGA HIT - Dzień, w którym zatrzymała się Ziemia - film s-f Nowa wersja filmu fantastyczno-naukowego z 1951 roku. Jennifer Connelly wciela się w doktor Helen Benson, która poznaje Klaatu - kosmitę usiłującego ostrzec Ziemię przed katastrofą. Gdy władze odmawiają Klaatu spotkania z przedstawicielami ONZ i traktują go jak wroga, Helen i jej pasierb dowiadują się, że nie ma on złych zamiarów. 22:15 Blitz 00:35 40 minuty 02:15 Resident Evil - horror	07:00 Muzyczne poranki 07:55 Wydarzenie aktualne 08:25 Niedziela z... twórczością Zbigniewa Wodeckiego 09:20 Tydzień z życia mężczyzny - film obyczajowy, reż. Jerzy Stuhr 11:00 Komedianka - serial 13:30 Grand Bassin - film animowany, prod. Francja, 2018, reż. Chloe Plat, Heloise Courtois 13:35 Jubile - film animowany, prod. Francja, 2016, reż. Charlotte Lebreton, Chams Chitou 13:45 Wycieczka chóru - film animowany, prod. Łotwa, 2012, reż. Edmund Jansons 14:05 Reżyserzy - cykl dokumentalny FILM TVP  15:05 Książę sezonu - film TVP 16:10 Pestka - melodramat, reż. Krystyna Janda 17:55 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Dickensian - serial kostiumowy 20:00 Kino Mocnych Wrażeń - Carlos - dramat 22:50 Kronos - Terror - magazyn kulturalno-społeczny 23:35 Panorama kina polskiego - Joanna - dramat 01:40 Scena muzyczna 02:40 Pożegnanie z Afryką - film obyczajowy 05:30 Afisz kulturalny ekstra 05:50 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2	06:00 Kobra - oddział specjalny 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 08:00 Prawdziwe motywy 09:00 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 powodów różnych życiowych zawirowań. 11:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy SERIAL OBYCZAJOWY  18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 20:00 Terminator - film sensacyjny 22:05 Cobra 00:00 Jawajska gorączka 02:00 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 03:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 04:00 Menu na miarę - program kulinarny prod. Polska 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska	04:55 Szpital - program obyczajowy 05:55 Szpital - program obyczajowy 06:50 Zagadki losu 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska 16:55 Tajemnice miłości 17:55 19 + - obyczajowy 18:25 Opowieści małżeńskie 19:30 Papiery na szczęście SERIAL OBYCZAJOWY  20:00 Brzydula - serial, Polska 20:35 Hotel Paradise 21:40 Nad życie - film obyczajowy, Polska, 2012, reż. Anna Plutecka-Mejasz, wyk. Michał Żebrowski, Olga Bołądź, Danuta Stenka, Andrzej Mastalerz, Marek Kasprzyk, Hanna Konarowska 23:40 Wyciąg śmierci II - film sensacyjny, Niemcy, RPA, 2010, reż. Roel Reiné, wyk. Luke Goss, Sean Bean, Danny Trejo, Ving Rhames, Lauren Cohan 01:50 Druga strona medalu - talk show 02:40 Noc magii - program ezoteryczny	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Kochane Pieniądze 10:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 System Trzymający w napięciu, zrealizowany z dbałością o historyczne detale thriller osadzony w czasach sowieckiej Rosji. Stalinowska Rosja. Młody funkcjonariusz bezpieczeństwa Lew Stiepanowicz Demidow sprawnie nie pie się po szczeblach kariery. 23:50 Nokaut Były bokser wagi ciężkiej, Dan Barnes, uciekając od burzliwej przeszłości podejmuje pracę jako woźny w szkole. 01:50 Śmierć na 1000 sposobów TV Trwam  11:20 Stan Bezpieczeństwa Państwa 11:30 Przyroda w Obiektywie 11:45 Msza za Księdza Jerzego 11:55 Święty na każdy dzień 12:00 Regina Coeli 12:03 Informacje dnia 12:20 Mojżesz - 10 przykazań 13:15 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta 14:20 100 cudownych miejsc 14:30 Próba wiary 15:25 Duszpasterz 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Sanktuaria polskie 16:30 Żew natury 16:55 Świadkowie 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Na łowy 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Król Chwały 19:45 Modlitwa 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Mysłąc Ojczyzna 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

wtorek

24 maja

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:20 Przysięga - serial obyczajowy 06:05 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Kościół z bliska 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 Natura w Jedynce - Zwiierzęta - Krokodyle - serial SERIAL KOSTIUMOWY  14:00 Wspaniałe stulecie - serial obyczajowy 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:25 Magazyn Ekspresu Reporterów 20:30 Leśniczówka 21:00 Tacy byliśmy 21:40 Magazyn Ekspresu Reporterów 22:45 Ocaleni - reality show 23:50 Magazyn śledczy 00:25 Wrota Bohaterów	05:00 Rodzinka.pl - serial komediowy 05:35 M jak miłość - serial 06:25 Baptysti Ukrainie - reportaż 06:55 Familiada - teleturniej 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:10 Serial fabularny 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Miłości przeznaczenie - serial 18:00 Panorama TELETURNIJ  18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial 21:55 I nie było już nikogo 23:10 Sługi wojny 00:10 Abba Ojciec - film 01:15 Ach spij kochanie - film kryminalny, reż. Krzysztof Lang, wyk. Katarzyna Warnke, Karolina Gruska 03:05 Odwet - dramat, prod. Kanada, 2017, reż. Yan England 04:50 Zakończenie	05:45 Uwaga! - magazyn 06:05 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty - informacje 19:35 Sport 19:45 Pogoda - informacje 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Ślub od pierwszego wejrzenia 22:40 Kuba Wojewódzki 23:40 Superwizjer - magazyn reportażowy 00:15 Skazana - serial, Polska Sędzia Alicja Mazur znana ze swojej surowości wobec przestępców zostaje oskarżona o zabójstwo, którego nie popełniła. 01:15 Zabójcza broń 2 - serial, USA 02:10 Uwaga! - magazyn 02:25 Noc magii 03:40 Kto was tak urządził	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:40 Malanowski i Partnerzy 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:25 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Szklana pułapka 5 - film sensacyjny McClane, dzielny nowojorski gliniarz, który ma talent do zjawiania się w niewłaściwym miejscu o niewłaściwym czasie. 22:10 Déja vu Agent federalny Doug Carlin prowadzi śledztwo w sprawie wybuchu bomby na promie w Nowym Orleanie. Mężczyzna ze zdziwieniem dostrzega, że zarówno on sam, jak i ci, którzy ocaleli, przeżywają podobne déja vu. Zjawisko okazuje się kluczem do rozwiązania zagadki eksplozji oraz drogą do uniknięcia kolejnego zamachu... 01:00 Dzień, w którym zatrzymała się Ziemia 03:15 Kabaretowa Ekstraklasa 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Co się dzieje 07:25 Muzyczne poranki 08:05 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:35 Wędrowiec Polski - cykl reportaży 09:15 Pestka - melodramat, reż. Krystyna Janda, wyk. Krystyna Janda, Daniel Olbrychski, Agnieszka Krukówna, Jan Frycz, Anna Dymna, Jan Englert, Zbigniew Zamachowski, Edward Zentara 11:00 Komedianka - serial 13:30 Szkoła w chmurze - film dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2018, reż. Jerry Rothwell, Ranu Ghosh 15:05 Autor wychodzi - film TVP, reż. Dominika Montean, wyk. Kamilla Baar, Olgierd Łukaszewicz, Marcin Bosak, Jan Nowicki, Tadeusz Bradecki KOMEDIODRAMAT  16:00 Bo oszalałem dla niej - komediodramat 17:55 Co dalej? - program publicystyczny 18:30 Informacje kulturalne - informator kulturalny 18:55 Dickensian - serial kostiumowy 20:00 I Festiwal Trójmorza VIA DUKT - „Eurydyka” 21:05 Do dzieła - magazyn 21:30 Pianista - dramat 00:10 Co dalej? - program publicystyczny 00:45 Młoda Polska - Pola, reż. Edyta Rembała, wyk. Marta Kosińska 01:20 Panorama kina polskiego - Joanna 03:20 Kino nocne - Kiedy Harry poznał Sally - komedia	06:00 Kobra - oddział specjalny 07:00 Nash Bridges - serial sensacyjny Serial sensacyjny opowiadający o walce z przestępczością na ulicach San Francisco. Głównym bohaterem jest sprytny policjant Nash Bridges (Don Johnson), który w raz ze swoim partnerem Joe Dominguez (Cheech Marin) walczy z przestępczością w mieście. 08:00 Prawdziwe motywy 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 11:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy SERIAL OBYCZAJOWY  18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Więźniowie dzielnicy Kiedy lokalny gang narkotykowy rekrutuje do swoich szeregów dziesięcioletniego chłopca, jego starszy brat Lucas znajduje pomoc u pogrążonego w depresji weterana z zespołem stresu pourazowego. 21:55 Igrzyska śmierci 00:55 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 01:50 Na jedwabnym szlaku 02:30 Menu na miarę - program kulinarny 02:50 Na jedwabnym szlaku	04:55 Szpital - program obyczajowy 05:55 Hotel Paradise 5 06:50 Papiery na szczęście - serial, Polska 07:20 Brzydula - serial, Polska 07:45 Miłe wieści 07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:55 Tajemnice miłości 11:55 Szpital - program obyczajowy 12:55 Opowieści małżeńskie 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Tajemnice miłości 17:55 Ten moment 18:25 Opowieści małżeńskie SERIAL OBYCZAJOWY  19:30 Papiery na szczęście - serial, Polska 20:00 Brzydula - serial, Polska 20:35 Hotel Paradise 21:40 Rambo III - film sensacyjny, USA, 1988, reż. Peter MacDonald, wyk. Sylvester Stallone, Richard Crenna, Marc de Jonge, Kurtwood Smith, Spiros Focas 23:45 Dunkierka - film wojenny, Wielka Brytania, Holandia, Francja, USA, 2017, reż. Christopher Nolan, wyk. Fionn Whitehead, Harry Styles, Aneurin Barnard 02:00 Druga strona medalu - talk show 02:30 Noc magii	06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Kochane Pieniądze 10:50 Septagon 12:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Hawaje 5-0 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Bullet Frank jest tajemniczym z Los Angeles. Wkrótce zamierza przejść na emeryturę - czeka go jeszcze tylko ostatnia akcja, która okaże się wywrócić jego plany do góry nogami. 22:50 W szczękach rekina W supermarkecie w nadmorskim miasteczku dochodzi do napadu. Prawdziwy koszmarn zaczyna się, gdy nadciąga ogromne tsunami. TV Trwam  11:50 Słowo życia 12:00 Regina Coeli 12:03 Informacje dnia 12:20 Mojżesz 13:10 Muzyczne chwile 13:25 Słowo życia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc 14:30 Surge Polonia - powstań Polsko 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Jestem mamą 16:25 Tajemnice Watykanu 16:55 100 cudownych miejsc 17:05 Święty na każdy dzień 17:10 Prosto o gospodarce 17:30 Zostań Żołnierzem RP 17:50 Muzyczne chwile 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Informacje 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Każdy maluch to potrafi 19:45 Modlitwa 20:00 Informacje 20:20 Różaniec 20:50 Mysłąc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski

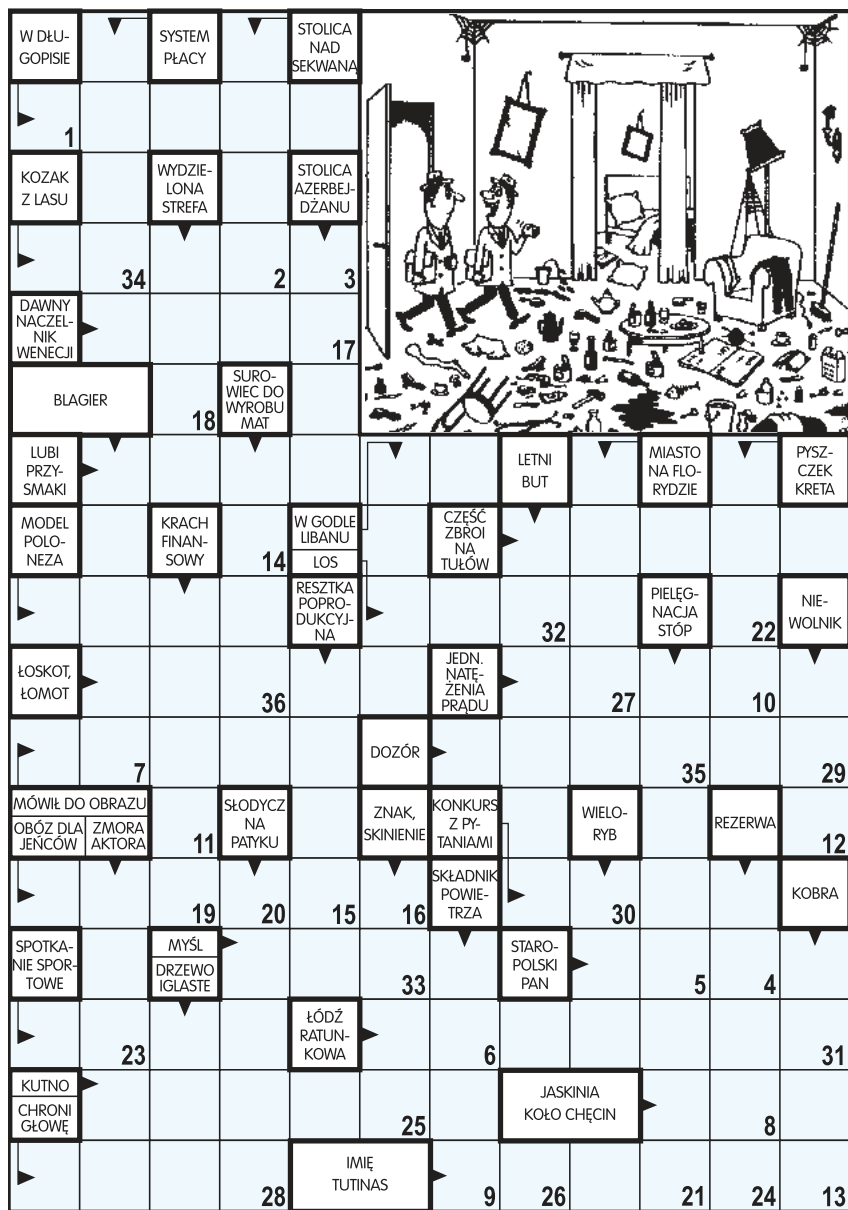
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



ROZRYWKOWE TO I OWO nr 269

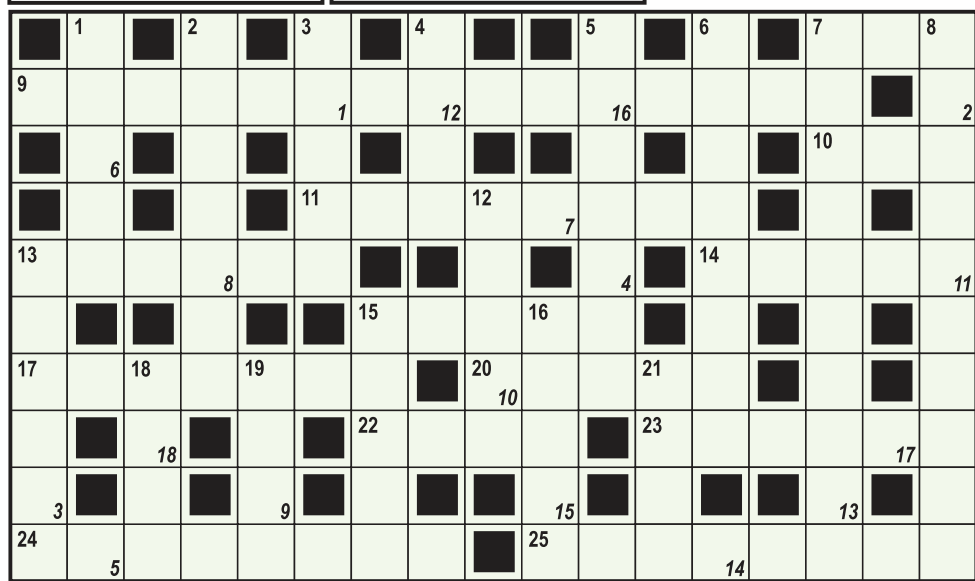
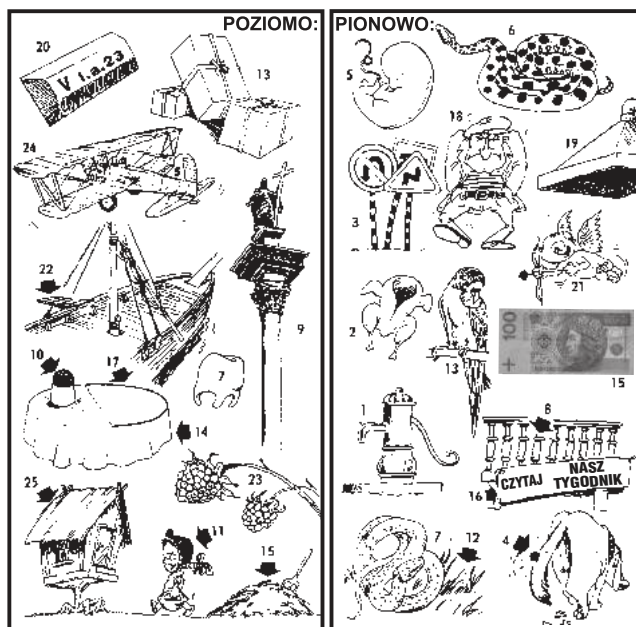
Redaguje:
Władysław Firlik

1. KAWALERSKIE ŻYCIE



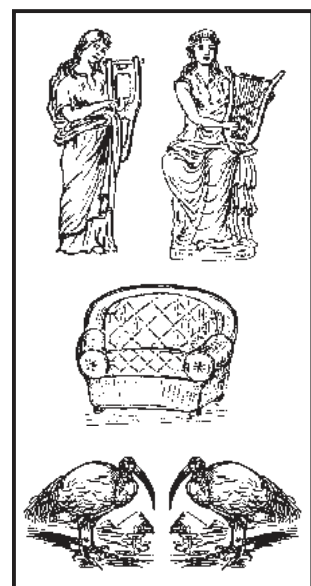
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 36 utworzą słowa „zapracowanego” kolegi.

2. KRZYŻÓWKA OBRAZKOWA



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 18 utworzą przysłowie polskie.

3. REBUS

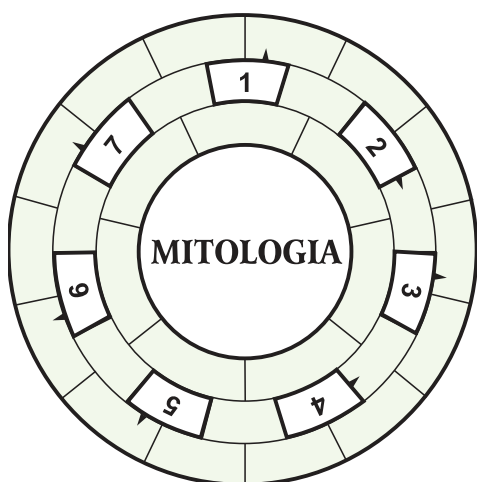


Początkowe litery: M. L. B.

4. PALINDROM

Gdy chodzi o mój gust i smak,
to nie _____
Kalina mocno tkwi w naturze,
w wazonie lepsze czerwone róże.

7. WIRÓWKA OBRAZKOWA



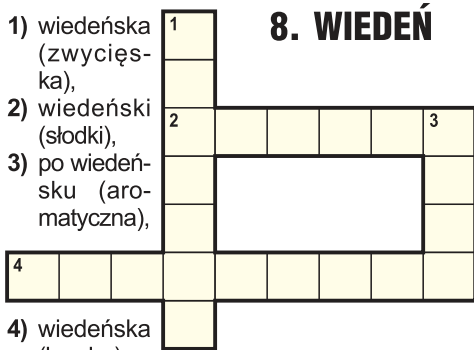
5. JAK DWIE KROPLE WODY



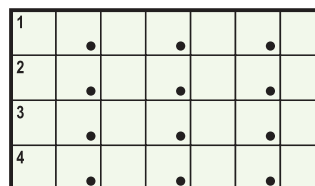
Która z pięciu myszek (1-5) jest myszką z lewej strony rysunku?

- 1) wiedeńska (zwycięska),
- 2) wiedeński (słodki),
- 3) po wiedeńsku (aromatyczna),
- 4) wiedeńska (krucha).

8. WIEDŃ

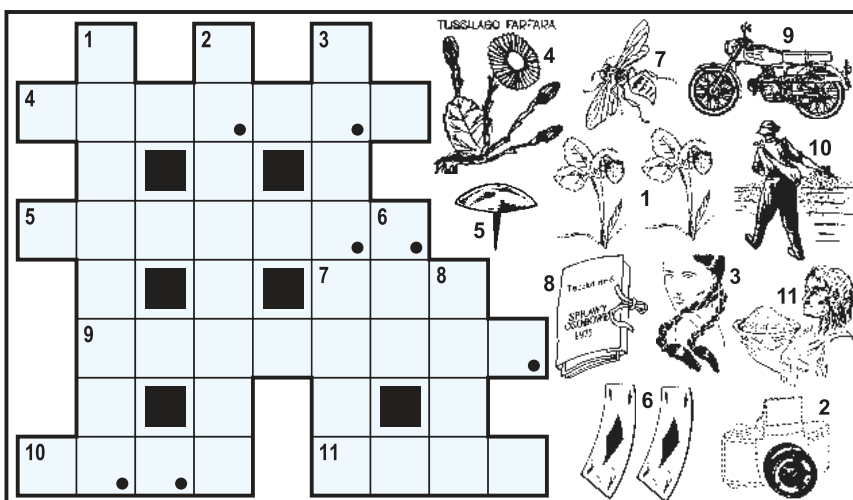


9. LOGOGRYF



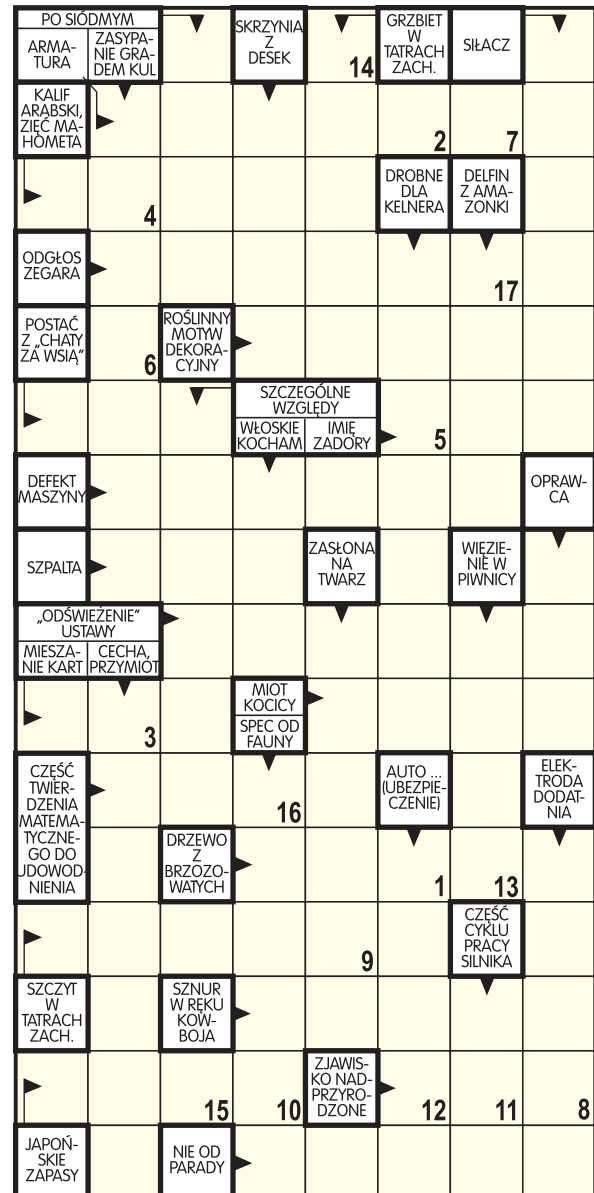
Litery z pól zaznaczonych (kolumnami) utworzą przysłowie polskie.
1) umowa, 2) sklep w koszarach, 3) konkluzja, 4) poważanie, szacunek, 5) umiar w postępowaniu.

10. KRZYŻÓWKA OBRAZKOWA

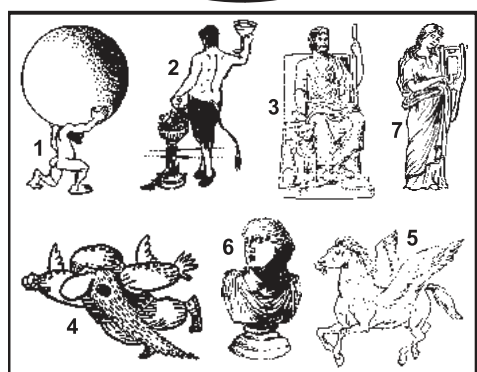


Litery z pól zaznaczonych (rzędami) utworzą rozwiązanie.

6. PANORAMA



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 17 utworzą przysłowie polskie.



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

ROZRYWKOWE TO I OWO
KUPON - 269



Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie?

ZGŁOŚ SIĘ DO NAS

Zapewniamy kompleksową obsługę
Pomagamy w uzyskaniu kredytu

784 611 270, 605 325 056



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

INTERCARS.COM.PL

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

AUTO NAPRAWA

- MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
- WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA

Adam Szczypkowski ☎ **605 94 91 91**
05-110 JABŁONNA ul. WYGONOWA 1
pn. - pt. 8:00 - 17:00 ☎ **022 782 49 10**

**WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU
BUDOWLANEGO I ELEKTRONARZĘDZI**

**RUSZTOWANIA
ZAGĘSZCZARKI
MŁOTY WYBURZENIOWE
CYKLINIARKI I INNE**

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



KRÓLEWSKIE CHRZCINY W PAŁACU W JABŁONIE

Eleganckie wnętrza
Wyjątkowa impreza
Wyśmienite menu



Rezerwacje:

info@palacjablonna.pan.pl

tel.: +48 531 093 982, +48 507 104 572

Pałac w Jabłonie

ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna

PRACA

dam pracę

- Apteka w Łomiankach zatrudni technika farmacji na cały etat. Oferujemy atrakcyjne wynagrodzenie i możliwość dalszego rozwoju zawodowego. Tel. 501 153 473 email: apteka32@wp.pl 501 153 473 apteka32@wp.pl NDM 52512
- Zatrudnię brukiarzy oraz pomocników. Oferuję umowę o pracę, dobre zarobki. Mile widziane prawo jazdy 518938622 zebrowski25@vp.pl PUL 52506
- Zatrudnię do pracy w ogrodzie 602 620 169 PUL 52516
- Zatrudnię mechanika, wysokie wynagrodzenie, miejsce pracy NDMaz. 514619487 LEG 52514
- Zatrudnię pracownika ogólnobudowlanego i pomocnika na budowy domów w Wyszku i Warszawie Białoleka. Stałe zatrudnienie, zapewniam dojazd lub zakwaterowanie. 505-051-919 iqbudownictwo@wp.pl PUL 52486

szukam pracy

- Sprzątanie domów, wieloletnie doświadczenie 506757853 LEG 52500

AUTO-MOTO

sprzedam

- KUPIĘ KAŻDE AUTOMOTORSKUTER-BUSY NAJLEPSZE CENY NATYCHMIASTOWY DODATKOWY ZAŚWIADCZENIEM KASACJI DARMOWA I SZYBKAWY CENA 502964469 LEG 52367

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

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

ZDROWIE

przychodnie



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

USŁUGI

remont i budowa

- Budowa domów, elewacje, ogrodzenia, więźby, dobudówki 603458182 PUL 52519
- Glazura solidnie 602670035 NDM 52460
- Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757 LEG 52381
- Mycie i malowanie dachów, elewacji i kostki brukowej, ogrodzeń betonowych 507 567 910 PUL 52418
- Remonty mieszkań. Tania i solidnie. Tadeusz. 508-074-201 NDM 52286
- Remonty, wykończenia wnętrz, elewacje 667-569-562 NDM 52511
- Usługi dekarские, podbitki, mycie, malowanie elewacji 511385640 PUL 52496

ogrodnictwo

- Wycinka drzew, pielęgnacja ogrodów 667-569-562 NDM 52510
- Wycinka i pielęgnacja drzew, krzewów i rębak 511385640 PUL 52497

naprawy

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

finanse i prawo

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



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

inne

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

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam działkę

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

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

KIEROWCA CYSTERNY (ADR<TDT,C+E)

Wymagania:

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

Zakres obowiązków:

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

Oferujemy:

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

Kontakt:

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

do wynajęcia

- Legionowo: pokój, kuchnia, łazienka, 5 min. do SKM tel. 668423652 LEG 52489

inne



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

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

ROLNICTWO

sprzedam

- Sprzedam siano w kostkach 602330950 PUL 52517
- Sprzedam ziemniaki sadzeniaki 604 656 872 PUL 52488

ZWIERZĘTA

na 4 łapy



- Sówka to nieduża 2-letnia sunia znaleziona razem z synkiem na terenie gminy Brańszczyk. Trafiła do Nas zakleszczona i jest pod opieką weterynarza. Nieśmiała psinę, można przekonać do siebie, delikatnymi pieszczołami. Dla kogo Sówka, mądra główka? Tel: 795 845 242 fundacja-psom.pl NDM 52522



- Tulon to średniej wielkości szorstkowłosy 2-latek znaleziony na terenie gminy Brańszczyk. Psiak potrzebuje czasu na aklimatyzację w nieznanym otoczeniu. W stosunku do człowieka jest ostrożny, ale łagodny. Chłopak trafił do Nas mocno zapchłony i zakleszczony, jest pod opieką weterynarza. Tulon marzy o tuleniu. Tel: 795 845 242 fundacja-psom.pl NDM 52521



- Ulisses to 2-letni średniej wielkości tricolor znaleziony na terenie gminy Brańszczyk. Trafił do Nas mocno zapchłony i zakleszczony, jest pod opieką weterynarza. Ostrożny i nieco nieśmiały przy zawieraniu nowych znajomości psiak, wraz z upływem czasu pokazuje swoją otwartość i pogodną naturę. Dla kogo starożytny pieszczoł? Tel: 795 845 242 fundacja-psom.pl NDM 52520

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez



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

MATRYMONIALNE

KOMUNIKATY

RÓŻNE

- Kupię szklarnie do rozbiórki mnożarki, gotówka 515924866 LEG 52390

- Przyjmę bezpłatnie ławę i stołki/krzesło, stary rower 516816525 LEG 52515



- Sprzedam duże drewniane rzeźby, kapliczki 601913597 LEG 52513

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

TEL. **991**



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

Pomiar i wycena Gratis!



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

.....
pod

KI IPON IEDNOBIAZOWY

www.foto-legionowo.pl

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



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

- Automatyk
- Betoniarz - zbrojarz
- Brygadzysta linii produkcyjnej
- Kierowca kategorii C
- Kierowca kategorii C+E
- Lider Magazynu (główny magazynier)
- Mechanik
- Operator linii produkcyjnej
- Operator węża betoniarzkiego
- Pomocnik Mechanika
- Pracownik magazynu (wózkowy)
- Pracownik produkcyjny
- Stolarz

Praca w Nasielsku, z możliwością dojazdu z Drukarska

Zadzwoń **502 146 898**

Prześlij swoje cv:
skopec@drogiimosty.com.pl

- **bloczki betonowe**
- **elementy ogrodzeniowe**
- **kostka brukowa**
- **elementy ścienne**

do budowy domów



601 779 779



**Wytwórnia betonu
i asfaltobetonu**
Siedziba główna firmy
Kacice 76, 06-100 Pultusk
tel. 23 692 86 52
drogiimosty@drogiimosty.com.pl



www.drogiimosty.com.pl

www.brix.net.pl



Polscy naukowcy stworzyli opatrunek antybakteryjny z wykorzystaniem prodigiozyny

Prodigiozyna, krwistoczerwony pigment, hamuje namnażanie się bakterii gronkowca, a nawet je niszczy. Opatrunek z wykorzystaniem prodigiozyny - opracowany na UWM - może być wykorzystany wszędzie tam, gdzie nie ma możliwości szybkiego oczyszczenia rany

Prodigiozyna to krwistoczerwony pigment, nierozpuszczalny w wodzie. Wytwarza go bakteria *Serratia marcescens*, czyli pałeczka krwawa. Prof. Sławomir Ciesielski z Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie poświęcił już 10 lat pracy na badanie prodigiozyny, a w tekście opublikowanym na stronie internetowej uczelni opowiada o krokach, które przybliżały go do odkrywania kolejnych właściwości krwistoczerwonego pigmentu.

„Początkowo interesowało mnie to, że ten barwnik wiąże się specyficznie z DNA komórek nowotworowych, przez co może być potencjalnym lekiem na raka. Później dowiedziałem się, że prodigiozyna ma również silne właściwości antybakteryjne i antygrzybiczne. W szczególności zainteresowało mnie to, że hamuje wzrost bakterii Gram-dodatnich” – wyjaśnia prof. Ciesielski, cytowany w prasowym komunikacie.

Do bakterii G-dodatnich należą np. gronkowce, paciorkowce, laseczka tęcza, prątek gruźlicy i prątek trądu. Gronkowce - złośliwe i skórny - występują powszechnie i są składnikiem flory bakteryjnej na skórze. Jeśli skóra jest zdrowa, nie się nie dzieje. Jeśli jednak na ciele jest rana, bakterie wnikają do niej i stają niebezpieczne. Dochodzi do zakażenia, które może skończyć się nawet śmiercią.

„Prodigiozyna hamuje namnażanie się bakterii gronkowca, a nawet je niszczy. Ta jej właściwość natchnęła nas pomysłem opracowania opatrunku z dodatkiem prodigiozyny” – mówi prof. Ciesielski.

Zespół naukowy prof. Ciesielskiego, do którego należą dr hab. Justyna Możejko-Ciesielska, prof. UWM z Katedry Mikrobiologii i Mykologii na Wydziale Biologii i Biotechnologii oraz Martyna Godzieba, doktorantka z Katedry Biotechnologii w Ochronie Środowiska, korzystając ze wsparcia Inkubatora Innowacyjności, programu realizowanego na UWM przez Centrum Innowacji i Transferu Technologii, opracował sposób frakcjonowania i wiązania wydzielonych frakcji prodigiozyny z opatrunkiem.

Laboratoryjne próby posiewu bakterii wykazały, że gronkowiec złośliwy i skórny na opatrunkach z prodigiozyną nie rosną.

W 2019 r. prof. Ciesielski złożył wniosek do Urzędu Patentowego RP. Jesienią ubiegłego roku otrzymał patent na „Sposób wytwarzania prodigiozyny i zastosowanie jej do tworzenia bariery antybakteryjnej materiałów opatrunkowych”.

„Taki opatrunek mogą być przydatne wszędzie tam, gdzie nie ma możliwości szybkiego oczyszczenia rany, np. w warunkach terenowych a szczególnie w podczas działań wojennych. W takich ranach już po kilku godzinach mogą rozwinąć się gronkowce, co bardzo utrudni leczenie, a w skrajnych wypadkach może nawet doprowadzić do zakażenia całego organizmu i śmierci ранego” – mówi prof. Ciesielski. I dodaje, że stosowanie alternatywnych związków antybakteryjnych jest ważne również ze względu na rosnący problem antybiotykooporności.

„Na rynku, w niedługim czasie, będą dominować leki antybakteryjne, na które patogeny nie wykształciły jeszcze oporności” – stwierdza prof. Ciesielski.

Naukowiec poinformował, że zespół szuka partnera biznesowego, który pomógłby przygotować opatrunek z prodigiozyną do masowej produkcji.

Źródło: <http://www.uwm.edu.pl/egazeta/prodigiozyna-lek-na-wojenne-rany>

PAP - Nauka w Polsce

Koniec pandemii nie oznacza końca koronawirusa SARS-CoV-2

Koniec pandemii nie oznacza końca wirusa, a koniec zagrożenia dla aparatu państwowego nie oznacza końca zagrożenia dla jednostek – podkreślił w rozmowie z PAP wirusolog prof. Krzysztof Pyrc z Uniwersytetu Jagiellońskiego

Od 16 maja 2022 r. obowiązujący dotąd stan epidemii zostanie zastąpiony stanem zagrożenia epidemicznego, co przewiduje opublikowany w poniedziałek w RCL projekt rozporządzenia ministra zdrowia. Jak uzasadniono, biorąc pod uwagę poprawę stanu epidemiologicznego na obszarze Polski, zmniejszenie gwałtownego rozprzestrzeniania się zakażeń wirusem SARS-CoV2 i zmniejszenie liczby osób hospitalizowanych, zniesienie stanu epidemii jest zasadne.

Profesor Krzysztof Pyrc z Małopolskiego Centrum Biotechnologii Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie w rozmowie z PAP zaznaczył, że „te nowe wydarzenia (zniesienie stanu epidemii) mają charakter bardziej prawno-organizacyjny, a w mniejszym stopniu wpływają na rozprzestrzenianie się wirusa, czy zachowanie społeczeństwa”.

– Realne działania, które miały mieć wpływ na przebieg epidemii, były podejmowane do wiosny 2021 r. Ostatnim elementem, który wpłynął na nasze zachowanie – a to właśnie jest kluczowe w kontroli pandemii – było zniesienie już wiele tygodni wcześniej obowiązku noszenia maseczek i ograniczeń” – podkreślił profesor.

Od 28 marca zniesiony został obowiązek zakrywania maseczką ust i nosa w pomieszczeniach zamkniętych, z wyjątkiem budynków, w których prowadzona jest działalność lecznicza oraz aptek. Nie ma już obowiązku kierowania na izolację i kwarantannę z powodu choroby COVID-19. Zlikwidowano oddziały covidowe i szpitale tymczasowych dla chorych na COVID-19.

Od 1 kwietnia 2022 r. zmieniły się m.in. zasady zlecenia i wykonywania testów na koronawirusa. O zleceniu testu decyduje obecnie lekarz podstawowej opieki zdrowotnej, a wykonywany jest test antygenowy. Test PCR może zlecić lekarz np. przed przyjęciem



do szpitala, jeśli uzna to za konieczne. Nie ma już możliwości samodzielnego zapisania się na test przez formularz wypełniany online lub przez konsultanta infolinii. Od początku kwietnia nie można też zrobić bezpłatnego testu w kierunku COVID-19 m.in. w aptekach i w mobilnych punktach wymazowych.

Jednak, jak ostrzegł profesor, należy być ostrożnym w powszechnym optymizmie.

– O ile jestem zwolennikiem tego, żeby reagować na zmieniającą się sytuację, która w tym momencie nie wygląda źle – wszystkie prognozy krótkoterminowe mówią o tym, że będzie coraz lepiej – to jestem znacznie bardziej ostrożny, jeżeli chodzi o poczucie triumfu. Obecnie można spodziewać się spadków zakażeń związanych z sezonem letnim, a dodatkowo poziom immunizacji oraz dominacja wariantu omikron zmniejszają ryzyko ciężkiego przebiegu. Liczba zgonów i zajętych łóżek jest znacznie mniejsza i cały czas maleje – powiedział PAP.

Prof. Pyrc przypomniał, że „po lecie przychodzi jesień i już dwa razy się na to nacięliśmy i za zbytni optymizm zapłaciliśmy życiem ludzkim”.

– Wiem, że do trzech razy sztuka i możemy mieć nadzieję na pozytywne scenariusze. Może wciąż będzie dominował nieco łagodniejszy

wariant, a nabyta odporność może być wystarczająca, aby ochronić nas przed ciężką chorobą i śmiercią. W efekcie można mieć nadzieję, że jesienią sytuacja nie będzie zła. Nie budujemy jednak strategii na nadziei i marzeniach – przestrzegł.

Zwrócił uwagę, że należy rozpatrzyć różne scenariusze. Nawet jeśli obecnie mamy ważniejszy temat, jakim jest wojna w Ukrainie, to, jak ocenił, trzeba pamiętać, aby te dwa zagrożenia się nie nałożyły i jeszcze bardziej nas nie osłabiły.

– Warto wdrożyć system monitoringu chorób zakaźnych, którego w tym momencie nie mamy. Pozwoliłoby nam to reagować na nadchodzące zagrożenie, a nie działać reaktywnie. Troszkę weszliśmy w narrację, że właściwie tego wirusa nigdy nie było, szczepienia nie są tak ważne. Na części z nas to się zemści – zaznaczył.

Wirusolog wskazał, że niezależnie od sytuacji pandemicznej należy zachowywać pewne środki ostrożności, takie, jak pozostawanie w domu, gdy jest się chorym, co powinien uszanować pracodawca.

– Jeżeli już musimy gdzieś wyjść, to warto pamiętać o maseczce, żeby w mniejszym stopniu zarażać innych. W efekcie możemy ograniczyć nie tylko falę COVID-19, ale również

nasze coroczne przebiegnięcia czy grype – powiedział.

– Chociaż pandemia jako zjawisko paraliżujące społeczeństwo i struktury państwowe odeszła w tym momencie w cień, to nie oznacza, że ten wirus nie stanowi zagrożenie dla osób wrażliwych. Jeżeli idziemy do osoby, która jest w podeszłym wieku, ma choroby podstawowe, z jakiegoś powodu jej układ odpornościowy nie działa, to powinniśmy zachować ostrożność i stosować niefarmakologiczne środki zapobiegawcze. Jest to na przykład noszenie maseczki, trzymanie dystansu czy otwieranie okien. Pozwoli to zmniejszyć zagrożenie dla tej osoby – wyjaśnił.

Stan epidemii obowiązuje w Polsce od 20 marca 2020 r. Zgodnie z ustawą o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi stan epidemii to sytuacja prawna wprowadzona na danym obszarze w związku z wystąpieniem epidemii w celu podjęcia określonych w ustawie działań przeciwepidemicznych i zapobiegawczych dla zminimalizowania skutków epidemii. Stan zagrożenia epidemicznego to sytuacja prawna wprowadzona na danym obszarze w związku z ryzykiem wystąpienia epidemii. (PAP)

Nauka w Polsce
Aleksandra Kielczykowska

REKLAMA

CENTRUM MEDYCZNE
GABINTER

ul. Krasińskiego 64, 05-120 Legionowo

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

Gabinter.pl

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

LEKARZE SPECJALIŚCI

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

REJESTRACJA

tel: 22 774 09 66 tel: 737 144 444



Zbyt duże ilości kofeiny mogą wywoływać stany lękowe i depresję

Kofeina spożywana w zbyt dużych dawkach może wywoływać stany lękowe i depresję, które mogą utrzymywać się nawet po zaprzestaniu jej dawkowania - wynika z badań. Dla osób zdrowych bezpieczna dawka kofeiny to 400 mg na dzień

O związku spożywania kofeiny z występowaniem stanów lękowych mówiły Paulina Prostko, Karolina Łukasiewicz oraz Marta Kaczmarczyk podczas IV Dni Świadomości Żywnościowej zorganizowanych w maju przez Koło Naukowe Żywności i Profilaktyki Żywnościowej Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego (UWM) w Olsztynie.

Kofeinę możemy znaleźć nie tylko w kawie czy herbacie, ale też w napojach energetycznych oraz słodzonych napojach gazowanych. Jej bezpieczna dawka to 400 mg na dzień.

Kofeina w niewielkich dawkach poprawia nastrój. „Najbardziej udokumentowane jest działanie kofeiny w dawce 120 do 200 gramów. Maksymalna dzienna dawka to 400 mg” - powiedziała Karolina Łukasiewicz, jedna z prelegentek na IV Dniach Świadomości Żywnościowej UWM w Olsztynie. Jak dodała, u dzieci bezpieczną dawką jest 100 mg. „Jeden energetyk ma od 70 do nawet 300 mg w zależności od pojemności. Czy legalność energetyków dla osób nieletnich w Polsce jest zatem słuszna?” - pytała.

Jak podkreślały prelegentki, „energetyki są ogólnie bezpieczne dla zdrowia, bo inaczej nie byłyby dopuszczone do sprzedaży, jednakże trzeba uważać na ilość kofeiny w nich zawartej oraz patrzeć na spożycie kofeiny we wszystkich produktach”. Napoje energetyzujące nie

są rekomendowane dla dzieci przez Amerykańską Akademię Psychiatrii Dzieci i Młodzieży.

Największe zagrożenie dla zdrowia u osób dorosłych stwarza picie kofeiny w dawce przekraczającej 1000 mg dziennie. „To jest trudno osiągalne przy picu samej kawy, jednakże w połączeniu z lekami zawierającymi kofeinę i energetykami jest to niestety” - podkreśliła Karolina Łukasiewicz.

Kofeina i inne składniki znajdujące się w energetykach wchodzi w interakcje z lekami. Kofeina powoduje wzmocnienie ich działania.

Bezpieczna dawka kofeiny zmienia się, jeśli osoba doświadcza stanów lękowych i wtedy jednorazowo jest to 200 mg dziennie i 1000 mg w ciągu tygodnia, zwłaszcza u osób podatnych na działanie kofeiny.

Stany lękowe mogą przybierać takie objawy, jak nadmierna potliwość, kołatanie serca, ucisk w klatce piersiowej, dygotanie na całym ciele, duszności oraz nudności. W ten sposób najczęściej są przedstawiane w mediach. Ale w wielu przypadkach - jak mówiła Łukasiewicz - stany lękowe mogą wyglądać zupełnie inaczej.

„Te objawy zazwyczaj utożsamiamy z nadmiernym lub przewlekłym stresem, czyli będzie to gonitwa myśli, mogą to być problemy żołądkowe takie jak biegunka, albo wręcz przeciwnie problemy z wypróżnianiem się” - wymieniła. Jak dodała, „mogą to być problemy ze snem, takie jak bezsenność, albo wręcz przeciwnie nadmierna senność bądź przesypianie całej nocy, ale pomimo tego budzenie się zmęczonym”.

„To może być także zamartwianie się, nerwowość, czy inne silne uczucia, które nie potrafimy powiedzieć, skąd się biorą. To może być izolowanie

się od otoczenia, a w przypadku przewlekłych stanów lękowych może być to trwale podniesione ciśnienie krwi, a w niektórych przypadkach zaburzenia obsesyjno-kompulsywne” - dodała prelegentka.

Jak tłumaczyła, „te wszystkie objawy mogą występować albo pojedynczo, jako jeden z objawów, ale ich cechą wspólną jest lęk o różnym

Badania pokazują również, że istnieje zależność pomiędzy spożyciem napojów energetyzujących a zaburzeniami lękowymi u pacjentów z chorobą afektywną dwubiegunową i zachowaniami samobójczymi. „Dlatego takie osoby powinny szczególnie uważać na kofeinę” - apelowano podczas IV Dni Świadomości Żywnościowej.



nasileniu”. „Może to być delikatne uczucie niepokoju, które towarzyszy nam przez cały czas, a może to być też silne uczucie lęku, bliskie panice” - zaznaczyła Łukasiewicz.

Te objawy często pokrywają z objawami przedawkowania kofeiny. Jak pokazują badania, w przypadku przedawkowania kofeiny, nawet po pozbyciu się tej substancji z organizmu, objawy stanów lękowych nadal mogą pozostać.

„Wiemy na ten moment, że spożycie kofeiny oprócz wielu pozytywnych rzeczy wywołuje także skutki negatywne, zwłaszcza dla dzieci. Napoje energetyczne to obecnie jedyna na świecie substancja psychoaktywna dostępna dla nieletnich. W związku z tym rośnie obawa o zdrowie psychiczne dzieci” - zaznaczyły prelegentki.

Przyczyny wpływu kofeiny na stany lękowe to wpływ na oś jelitowo-mózgową, predyspozycje genetyczne, osobowościowe czy krótkotrwałe objawy odstawienne.

Oś jelitowo-mózgową wpływa na szereg procesów fizjologicznych, które prowadzą do uczucia sytości, ale także do dobrego samopoczucia i nastroju. Wizualizacja jedzenia, planowanie jedzenia, ale też odczuwany stres inicjują bardzo głębokie zmiany w funkcjonowaniu przewodu pokarmowego, które charakteryzują się uwalnianiem przeróżnych hormonów, m.in. gastryny.

„Gastryna jest jedynym hormonem przewodu pokarmowego, który jest powiązany ze stężeniami kortyzolu. Według badań po spożyciu kawy poziom gastryny okresowo wzrasta” - podkreśliły prelegentki.

Niektóre badania mówią, że po wypiciu kawy w związku ze wzrostem gastryny, a co za tym idzie kortyzolu, czyli hormonu stresu, wywoływane są stany lękowe. Jednak, ile badań wspiera tę teorię, tyle samo jest przeciw. „Jeden z takich argumentów przeciw mówi, że rzeczywiście kortyzol wzrasta, ale okresowo i nie ma dowodów na to, że tak krótki wzrost kortyzolu może rzeczywiście wpływać albo wywoływać stany lękowe” - podkreślono podczas IV Dni Świadomości Żywnościowej.

„Wiemy, że zaprzestanie spożywania kofeiny w ciągu kilku dni, a nawet już po jednym dniu, może zwiększyć poziom lęku i depresji u około 10 proc. u ochotników przy umiarkowanym dziennym spożyciu” - zaznaczyły prelegentki.

Z kolei inne badania pokazują, że odstawienie kofeiny u osób, które spożywają ją bardzo długo i często poniżej 400 mg, 2-3 kawy dziennie, może dać dość silny efekt odstawienny, który manifestuje się bólami głowy, nerwowością, drżeniem rąk. Według badań objawy odstawienia mogą się utrzymywać do 10 dni.

Czy doświadczając stanów lękowych powinno się zatem unikać kawy? Jeżeli osoba, która doświadcza stanów lękowych nie pila nigdy kawy, to trzeba uważać z jej wprowadzaniem i zacząć raczej od małych dawek oraz obserwować organizm. U osób wrażliwych, u których już występują stany lękowe, odstawienie kofeiny nie jest obowiązkowe, jednakże możliwe, że konieczne będzie zmniejszenie spożycia. Jak podkreślano na IV Dniach Świadomości Żywnościowej UWM w Olsztynie - każdorazowo każdą dawkę kofeiny należy dostosować pod siebie.

PAP - Nauka w Polsce, fot. Fotolia



Opieka wytchnieniowa

wsparcie członków rodzin lub opiekunów sprawujących opiekę nad pełnoletnimi osobami posiadającymi orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności

14 - dniowy pobyt całodobowy

w Domu Pomocy Społecznej „Kombatant” w Legionowie

Może być wykorzystany jednorazowo lub w częściach, zgodnie z potrzebami osoby niepełnosprawnej lub jej opiekuna prawnego

Informacje: 22 766 45 01, 22 766 45 07



Powiat
Legionowski



Okradli pułtuszczanina metodą na BLIKa

Pomimo wielu ostrzeżeń, wciąż niestety nie brakuje osób, które są okradane metodą na BLIKa. Tym razem pieniądze stracił mieszkaniec Pułtusk. Wygenerował dwa kody BLIK, będąc przekonany, że pomaga swojej siostrze, która wysłała do niego wiadomość na popularnym komunikatorze.

Po zatwierdzeniu kodów i podaniu numeru swojego konta, 67-latek zaczął podejrzewać, że został oszukany. Jak wynika ze wstępnych ustaleń, haker przejął konto użytkownika na komunikatorze i podając się za krewną, nakłonił pułtuszczanina do wygenerowania kodów BLIK oraz zatwierdzenia transakcji. Oszukany mężczyzna stracił dwa tysiące złotych. Jak ustalili śledczy pieniądze zostały wypłacone w Bydgoszczy. 67-latek o przestępstwie powiadomiła Policję.

Ostrzegamy! – oszuści nie rezygnują z popularnej metody na BLIK. Hakerzy przejmują konta na profilu społecznościowym i komunikatorach, podszywają się pod znajomych lub dzwoniąc podają się za pracownika banku. Aby uchronić się przed tego typu oszustwem należy stosować kilka prostych zasad – **nie udostępniać danych konta bankowego, danych logowania na konto, danych karty kredytowej oraz kodu BLIK.** Jeśli nasz krewny lub znajomy chce pożyczyć pieniądze, najpierw do niego zadzwońmy (oczywiście nie przez komunikator!). Niech wyjaśni sytuację.

Autor: **podkom. Milena Kopczyńska**



Droga relacji Lipniki Stare – Gromin oddana do użytkowania

9 maja została oddana do użytku nowa droga relacji Lipniki Stare – Gromin. Jest to droga powiatowa, którą Powiat Pułtowski zrealizował wspólnie z Państwowym Gospodarstwem Leśnym Lasy Państwowe oraz Gminą Pułtusk. Koszt całości zadania wyniósł **2.779.460,16 zł**, w tym **1.370.000,00 zł**

pochodziło z Funduszu Leśnego ze środków budżetu Lasów Państwowych, **1.159.460,16 zł** stanowił wkład własny Powiatu Pułtuskiego, a Gmina Pułtusk przeznaczyła w budżecie na dofinansowanie zadania kwotę **250.000,00 zł**.

Na uroczystości starostwie pułtuscy Jan Zalewski i Beata Józwiak gościli m.in.:

Henryka Kowalczyka – wicepremiera, Józefa Kubicę – dyrektora generalnego PGL Lasy Państwowe, Marka Romana – dyrektora regionalnej dyrekcji PGL Lasy Państwowe ze współpracownikami, Mateusza Miłoszewskiego – zastępcę burmistrza Miasta Pułtusk, Roberta Wielkowskiego – nadleśniczego Nadleśnictwa

Pułtusk, Cezarego Wojciechowskiego – wójta gminy Gzy oraz księdza dr. Romana Mosakowskiego – proboszcza parafii w Przewodowie. Po wystąpieniach gospodarzy oraz gości dokonano uroczystego poświęcenia nowej drogi i przecięcia wstęgi symbolizującego jej otwarcie.

źródło: **powiat pułtowski**



GMINA WINNICA

Skwerek i asfaltowa ścieżka

Dla wypoczynku i rekreacji

Firma USŁUGI REMONTOWO-BUDOWLANE Dariusz Karasiewicz rozpoczęła ostatni etap budowy skweru na terenie starego boiska w Winnicy. Gmina Winnica otrzymała dofinansowanie z Zielonych Mostów Narwi w kwocie 98 947 tys. zł na zadanie pt "Tworzenie strefy rekreacyjno-turystycznej w Winnicy".

W ramach inwestycji zostanie wykonane: ogrodzenie placu zabaw, altanka, ławka solarna, ławka bujana, 5 lamp solarnych, 2 stojaki na rowery, 3 kosze na śmieci, ok. 30 metrów chodnika, dwa podwójne urządzenia siłowni plenerowej i uzupełnienie nasadzeń drzewek.

Z kolei firma INFRASTRUKTURA BUD rozpoczęła układanie asfaltu na ścieżce rowerowej. Docelowo powstanie ścieżka rowerowa na trasie Poniaty Wielkie – Winnica o długości 5,7km i szerokości 3 m wraz z pobocznymi, wzmocnionymi wjazdami do posesji, słupkami ochronnymi oraz oświetleniem w miejscach kolizji z drogami gminnymi.

Inwestycja jest dofinansowana ze środków Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych.

źródło: **gmina Winnica**



Świeżo przebudowana

Kończy się rozpoczęta jeszcze w ubiegłym roku przebudowa drogi Głodowo – Przemiarowo w gminie Pułtusk. Odbiór techniczny nastąpi już wkrótce. Inwestycja rozpoczęła się od modernizacji mostu na rzece Pelcie. Jest to droga gminna o długości 1596 m. Została przebudowana w celu:

- poprawy stanu technicznego nawierzchni,
- zapewnienia sprawnej komunikacji pieszej i rowerowej,
- zwiększenia bezpieczeństwa ruchu drogowego,
- zmniejszenia hałasu i emisji spalin.

Realizacja inwestycji była możliwa dzięki środkom pomocowym z budżetu Wo-

jewództwa Mazowieckiego, w ramach Programu Rozwo-

ju Obszarów Wiejskich na lata 2014 – 2020. Wysokość do-

finansowania – **1 582 855,00 zł**. Całkowity koszt budowy – **3 131 313,13 zł**.

Wykonawca: firma „Drogi i Mosty” Jan Kaczmarczyk.

źródło: **UM w Pułtusku**



Trwa remont w budynku ZS im. B. Prusa

Prace remontowe realizowane są w ramach zadania pn. *Budynek seminarium duchownego w Pułtusku 1594 r. (obecnie ZS im. B. Prusa)* prace budowlane m.in. remont dachu, elewacji, na które Powiat Pułtowski otrzymał dotację z budżetu Województwa Mazowieckiego w kwocie 1.488.000,00 zł. Wykonawcą robót budowlanych jest P.H.U. BUDOMUR Sp. z o.o. z siedzibą w Pułtusku.

Obecnie remontowana jest północna część elewacji zewnętrznej budynku (od strony boiska szkolnego). Planowany termin zakończenia robót budowlanych przewidziano na sierpień br.

źródło: **powiat pułtowski**





ZA NAMI:

Ale jak to z Serocka do Wieliszewa? Na nogach? Biegiem?

A no tak to. Ponad 100 śmiałków spotkało się w sobotni poranek 14 maja na serockiej plaży na starcie 5. Półmaratonu Zegrzyńskiego, organizowanego przez Związek Gmin Zalewu Zegrzyńskiego. Po przywitaniu biegaczy przez Przewodniczącego Zarządu ZGZZ i zarazem wójta Gminy Wieliszew Pawła Kownackiego oraz burmistrza Miasta i Gminy Serock Artura Borkowskiego biegacze z impetem wystartowali, by po dwudziestu kilometrach z haczkiem pojawić się na mecie nad Jeziorem Wieliszewskim.

Wymagającą i w niektórych miejscach typowo górską trasę uprzyjemniały widoki leśnych ścieżek wijących się nad zalewem, a potem nad Narwią. Zawodnicy w biegu mieli okazję podziwiać Wawóz Szaniawskiego oraz przebiegali obok Rezerwatu przyrody Wieliszewskie Łęgi, by swój wyścig zakończyć na mecie zlokalizowanej tuż przy Jeziorze Wieliszewskim.

Półmaraton Zegrzyński

Na wszystkich czekały medale i gratulacje od Przewodniczącego Zgromadzenia ZGZZ Andrzeja Olechowskiego, który potem wraz z wójtem Pawłem Kownackim wręczał nagrody i statuetki dla najlepszych.

Idealna pogoda do bicia rekordów sprawiła, że jako

pierwszy ze świetnym czasem trasę półmaratonu pokonał Paweł Machowski z Piekielnych Warszawa. Zajął mu to godzinę i czternaście minut. Tuż za nim na metę wbiegł Maciej Dutkiewicz z Markowych Biegaczy, a trzecie miejsce wybiegł Dawid Zarodkiewicz z drużyny Zasuway/Naprzód Młociny.

Wśród pań najlepsza okazała się Natalia Wińsko (Biegiem do AGD Serock), dla której to był pierwszy półmaraton. Tuż za nią uplasowała się Legionowianka Małgorzata Kwiecińska (Bravehearts Legionowo), a trzecie miejsce zajęła Agnieszka Gozdan (MR Hemperek Team).



PRZED NAMI:

Solidarnie. Zawsze Razem. pod takim hasłem 4 czerwca odbędzie się Święto Gminy Wieliszew.

Festiwal smaku, festiwal muzyki, festiwal atrakcji, festiwal emocji czyli Święto Gminy Wieliszew 2022

Po pandemicznej przerwie wracamy do starej formuły naszego święta z paradą

mieszkańców – zaznacza wójt Gminy Wieliszew Paweł Kownacki - chcemy być widoczni, by pokazać, że pandemia nie zgasiła w naszej społeczności poczucia wspólnoty, a tocząca się wojna w Ukrainie pokazała jeszcze większą solidarność.

Impreza rozpocznie się o 14:30 paradą lokalnych szkół, przedszkoli, stowarzyszeń, sołectw i mieszkańców w Parku Świętojańskim. W tym roku przemarsz tematycznie będzie nawiązywał do hasła: Solidarnie, Zawsze razem. Trzeba będzie się wykazać nie lada kreatywnością aby iść w paradyzie ulicami Wieliszewa. O 15:00 rozpocznie się oficjalnie Święto Gminy Wieliszew. Podczas niego na scenie zaprezentują się lokalni artyści związani z Ośrodkiem Kultury w Wieliszewie oraz zespół ZTL Promyki.

Od 17:30 na scenę wejdzie zespół Sky Truck, który rozgrzeje publiczność przed koncertami gwiazd Kwiatu Jabłoni (19:30) i Agnieszki Chylińskiej (21:00).

Poza sceną mieszkańcy będą mogli wziąć udział w prawdziwym festiwalu smaków. Stoiska sołectw ze znakomitymi daniami, których będzie można skosztować, czy Food Trucki z potrawami z różnych stron świata. Na najmłodszych czekać będą dmuchańce, piknik ekologiczny i wiele innych atrakcji.

W tym roku mieszkańcy Wieliszewa i okolic świętować będą już od piątku 3 czerwca. Wówczas przy hali w Wieliszewie rozpocznie się festiwal Food Trucków, a o 21:30 3 czerwca w kinie plenerowym wyświetlany zostanie film „Dżentelmeni”.

AGNIESZKA
CHYLIŃSKA

KWIAT
JABŁONI



KRONIKA POLICYJNA



08.05.2022,

Pułtusk, ul. Mickiewicza

Nieznany sprawca dokonał kradzieży niezabezpieczonego na klatce schodowej roweru, powodując straty w wysokości 500 zł.

08.05.2022, **Murówanka**

Nieznany sprawca po uprzednim przecięciu kłódki dostał się do wnętrza budynku gospodarczego, skąd ukradł elektronarzędzia o łącznej wartości 4500 zł, na szkodę mieszkańca powiatu pułtuskiego.

09.05.2022, **Kleszewo**

26-letni mieszkaniec pow. przasnyskiego i 36-letnik z pow. legionowskiego działając w celu osiągnięcia korzyści majątkowej poprzez wprowadzenie w błąd obsługi hotelu co do uiszczenia opłaty za dobę hotelową w dniach 17.04 i 2.05, doprowadzili do niekorzystnego rozporządzenia mieniem w postaci pieniędzy w kwocie łącznie ponad 400 zł.

10.05.2022, **Pniewo**

26-letni mieszkaniec Wyszkiwa kierował samochodem po drodze publicznej pomimo orzeczonego zakazu sądowego.

11.05.2022,

Pułtusk, ul. Pana Tadeusza

Nieznany sprawca dokonał kradzieży pozostawio-

nego na klatce schodowej roweru dziecięcego koloru biało-różowego, powodując straty w wysokości 1400 zł.

12.05.2022, **Pułtusk**

35-letni mieszkaniec pow. pułtuskiego kierował pojazdem mechanicznym po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości 0,77 mg/l.

13.05.2022, **Pułtusk**

30-letni mieszkaniec pow. pułtuskiego kierował pojazdem mechanicznym po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości 0,68 mg/l.

11.05.2022, **Moszyn**

Nieznany sprawca, po uprzednim wyważeniu drzwi balkonowych, dostał się do wnętrza domu, skąd skradł kasetkę z pieniędzmi w kwocie 20 tys. zł i złotą biżuterię o łącznej wartości 2 tys. zł, na szkodę mieszkańca powiatu pułtuskiego.

15.05.2022, **Pułtusk**

Nieznani sprawcy, po uprzednim podważeniu okna, dostali się do wnętrza domu, skąd skradli odzież i galanterię damską o łącznej wartości 30 tys. zł na szkodę mieszkanki Pułtusk.

Liczba legitymowań: 956

Interwencji policyjnych: 34

Nietrzeźwych kierujących: 4

KPP w Pułtusku

Dopiero zrobione a już okradli

Zuchwałe kradzieże w nowo tworzonej strefie zieleni – parku przy ulicy Solnej

Pracownicy firmy urządzającej miejską strefę zieleni – park w okolicach przystani przy ulicy Solnej uskarżają się na z dnia na dzień nasilające się mnogie kradzieże sadzonek roślin ozdobnych, które docelowo miały uatrakcyjnić to lubiane przez wielu mieszkańców miejsce doraźnej rekreacji. Co gorsza, ci nocni grasanci, wykopując flance, zostawiają po sobie porażający bałagan. Czy to normalne w dzisiejszym świecie cywilizowanych ludzi? Wielu

pułtuszczan troszczy się o swoje miasto i o jego przyszłość, lecz jak się okazuje – nie wszyscy! W takich sytuacjach jak wyżej opisana konieczna jest odpowiedzialna pomoc ze strony mieszkańców naszego miasta i brak przyzwolenia dla grabieży i niszczenia wspólnotowego dobra, co powinno spotkać się ze zdecydowaną i powszechną dezaprobatą, a nie z cichym przyzwoleniem. Pamiętajmy, że milczenie w takich sytuacjach oznacza akceptację czynów nagannych, a to tylko złoczyńców rozzuchwała. Nie można zwlekać z powiadamianiem Policji



czy Straży Miejskiej o szkodach wyrządzonych przez takich ludzi, jeśli byliśmy tego świadkami lub wiemy, kto jest temu winien. Szybka interwencja zwiększa szansę ujęcia

sprawców, którzy powinni odczuć na własnej kieszeni, jak drogo kosztują kradzieże i dewastatorskie „wyczyny” w miejscach publicznych.

źródło: UM w Pułtusku

Nadwodna po remoncie

Każdy, kto przechodząc mostem Benedyktynskim choćby mimochodem rzuci okiem na niedawno wyremontowaną nawierzchnię ulicy Nadwodnej, łatwo przekona się, że kolejny dawniej niezbyt uroczy zakątek naszego miasta przeszedł prawdziwą metamorfozę. Chociaż nie jest to jeszcze koniec robót, ponieważ ulicę Nadwodną czeka ponadto unowocześnienie instalacji oświetlenia ulicznego i ogrodzenie dziedzińca przy „zielonym bloku”, to jednak kostkowa nawierzchnia, dojazd do posesji, dogodnie zlokalizowany parking oraz stylowy murek przed szczytem budynku, robią wrażenie.

źródło: UM w Pułtusku



MINISTER ROLNICTWA I ROZWOJU WSI INFORMUJE

DOPLATY DO NAWOZÓW

Zgodnie z zapowiedzią premiera Mateusza Morawieckiego oraz wicepremiera, ministra rolnictwa i rozwoju wsi Henryka Kowalczyka – od 25 kwietnia można już składać wnioski o przyznanie dopłat do zakupu nawozów. Wnioski przyjmują biura powiatowe Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa.

Rolnicy mogą otrzymać dofinansowanie zakupu nawozów mineralnych innych niż wapno nawozowe i wapno nawozowe zawierające magnez, które kupili między 1 września 2021 r. a 15 maja 2022 r.

Przypominamy, że wysokość wsparcia to 500 zł na hektar upraw rolnych i 250 zł na hektar łąk i pastwisk – nie więcej niż 50 hektarów.

Formularz wniosku o przyznanie pomocy i więcej informacji można znaleźć na:

<https://www.gov.pl/web/arimr/nawozy2022-pomoc-publiczna>

Pomoc dla producentów jabłek

Do 28 kwietnia zakłady przetwórcze zainteresowane zakupem jabłek w ramach mechanizmu „Nadzwyczajna pomoc dostosowawcza dla producentów jabłek” mogły

zgłosić swój udział do Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Natomiast sadownicy mogą składać wnioski o pomoc do 30 czerwca.

Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi opracowało krajowe przepisy wdrażające mechanizm pomocy w związku z utrzymującymi się niskimi cenami jabłek deserowych na rynku krajowym. Niskie ceny jabłek deserowych na rynku krajowym to skutek wprowadzenia przez władze białoruskie zakazu przywozu produktów rolnych z państw UE oraz wybuch konfliktu zbrojnego w Ukrainie.

Sadownikom pomoc będzie



udzielana w formie stawki ryczałtowej w wysokości 30 groszy za kg skierowanej do producentów jabłek, którzy zdecydują się sprzedać jabłka deserowe do zakładów przetwórczych znajdujących się w wykazie prowadzonym przez prezesa ARiMR.

Do oferowanej pomocy kwalifikować się będą wyłącznie jabłka deserowe, tj. spełniające minimalne wymagania jakości handlowej dla klasy II. Maksymalna ilość jabłek, która w ramach mechanizmu objęta zostanie pomocą, wyniesie 200 tys. ton.

Szczegóły na: <https://www.gov.pl/web/arimr/nadzwyczajna-pomoc-dostosowawcza-dla-producentow-jablek> – sprawdź warunki uczestnictwa w mechanizmie

Wideorozmowa z ministrem ds. rolnictwa Ukrainy

Wicepremier, minister rolnictwa i rozwoju wsi Henryk Kowalczyk rozmawiał 26 kwietnia z ministrem polityki rolnej i żywności Ukrainy Mykołą Solskim. W wideokonferencji uczestniczyli także

sekretarz stanu Rafał Romanowski oraz główny lekarz weterynarii Paweł Niemczuk.

Było to już drugie spotkanie ministrów rolnictwa Polski i Ukrainy w tym miesiącu. Duża intensywność kontaktów pozwala na bieżące omawianie spraw istotnych z punktu współpracy dwustronnej oraz w zakresie wsparcia sektora rolnego Ukrainy w warunkach rosyjskiej agresji.

Omówiono techniczne aspekty współpracy, w tym dotyczące spraw weterynaryjnych oraz ułatwień w przewozie towarów rolno-spożywczych z Ukrainy do UE i krajów trzecich. Wicepremier Henryk Kowalczyk zwrócił uwagę, że instrumentem, który może się przyczynić do rozwoju wzajemnie korzystnych kontaktów gospodarczych, jest memorandum między Polską i Ukrainą o zacieśnianiu współpracy w sektorze kolejowym, które zostało podpisane przez premierów obu krajów 23 kwietnia.

Wicepremier Kowalczyk zaprosił ministra Mykołę Solskiego do odwiedzenia Polski w maju br. W ramach tej wizyty planowane jest m.in. zorganizowanie spotkania

wielostronnego z udziałem strony ukraińskiej, przedstawicieli wysokiego szczebla administracji rolnej USA, a także Komisji Europejskiej.

Rodzinne Ogrody Działkowe ze wsparciem unijnym (50 mln zł) na:

- zwiększanie terenów zieleni
- działania ekologiczne ograniczające hałas
- działania ekologiczne zmniejszające zanieczyszczenie powietrza
- działania mające na celu ochronę zwierząt

Rodzinne Ogrody Działkowe wzbogacają tereny zielone w miastach i miasteczkach, są ważnym hobby, stanowią źródło satysfakcji i radości wielu milionów Polaków, także tych będących na emeryturze. Cieszę się, że podlegającą mojemu resortowi Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa będzie czynnie uczestniczyć w tej wyjątkowej inicjatywie. Jestem przekonany, że jej wieloletnie doświadczenie w dysponowaniu funduszami europejskimi zapewni sukces inicjowanemu dziś przedsięwzięciu.



OD I DO REDAKCJI

Oto list, który przyszedł do REDAKCJI „TP”. Ważny, sięgający naszej lokalnej przeszłości. Nadawca zatytułował go **ZAPOMNIANY CMENTARZ Z NISZCZĄCYM POMNIKIEM PODPUŁKOWNIKA PRZY KOMISJI EDUKACJI NARODOWEJ**. List jest wielowarstwowy – dotyczy odpowiedzi na różne pytania. Na jedno z nich odpowiada Paulina Biernacka, adiunkt Muzeum Regionalnego w Pułtusk. Na inne, mamy nadzieję, **ODPOWIE KOMPETENTNA OSOBA Z URZĘDU MIASTA**, do którego to nadawca kieruje pytania dotyczące dbałości o czystość i estetykę wokół miejsca pochówku pułkownika, o to, w czyjej gestii leży opieka nad tym zabytkiem historycznym, oraz o ewentualne badania archeologiczne miejsca wiecznego spoczynku podpułkownika Schwedera

Dzień dobry:-)
Odbierając dziecko z przedszkola im. Świętej Rodziny w Pułtusk, zmieniając trasę codziennego kursu, przy ulicy Komisji Edukacji Narodowej natknąłem się na dziwny fragment żeliwnego pomnika. Zaniebany i podrdzewiały znajduje się on na przeciwko bloku nr 3. W trakcie jego „ogłędzin” spotkałem dwóch mieszkańców tego bloku. Zapytałem się, czy wiedzą coś więcej o tym miejscu... a oni na to, że przypuszczalnie znajdował się tutaj jakiś cmentarz, sami do końca nie byli pewni jaki. Kobieta w średnim wieku dodała, że przy kopaniu fundamentu pod wyżej wzmiankowany blok mieszkalny, robotnicy natrafili na ludzkie kości, które były rozproszone dookoła powstającego budynku.

Przechadzając się wzdłuż bloku od strony balkonów, można zauważyć nieregularne kopce ziemi, czy pod nimi znajdują się groby? Czy ten obszar to rzeczywiście obszar cmentarza, i spoczywają tam dawni mieszkańcy czy rezydenci Pułtusa? Czy pod trawnikiem mogą znajdować się jakieś płyty nagrobne? Kiedy założono ten domniemany cmentarz? Czy przed budową tego bloku była tam

przeprowadzona ekshumacja? Jakie były dzieje życia owego oficera? Nasuwa się lawina pytań.

Na pomniku widnieje dwujęzyczny napis, z którego możemy wywnioskować, że spoczywa tam podpułkownik artylerii polowej Georg v. Schweder urodził się w kwietniu 1819 r., a zmarł lub zginął, we wrześniu w 1861 roku.

Przeszukując Internet, można pozbić informacje, że ponoć był to cmentarz Bawarczyków.

Plac pod balkonami, jest strasznie zanieczyszczony odchodami po psach, czy tak to wszystko powinno wyglądać?

Jeżeli jest to teren cmentarny, to należy go ogrodzić, upamiętnić tablicą opatrzoną rysiem historycznym tego miejsca i oficera. Przeprowadzić badania archeologiczne, może, uda się odsłonić jakieś płyty nagrobne zakładając, że częściowo mogły się zachować pod trawnikiem.

Fragment żeliwnego monumetu należy zabezpieczyć, przed dalszą dewastacją, korozyją, grabieżą, należałoby go obudować przezroczystą grubą pleksą i opisać.

Apeluję do Władz Miasta, zadbajcie o ten obszar oraz o pomnik przed zniszcze-

niem, tak z historycznego jak i chrześcijańskiego obowiązku oraz etyki. A tak przy okazji, to kto jest bezpośrednio z Pułtusa odpowiedzialny za stan zabytków?

**Mieszkaniec Pułtusa
Na Skarpie 12
(zdjęcia AUTORA listu)**

DOTYCHCZASOWA NASZA WIEDZA O TYM MIEJSCU JEST NIEZWYKLE UBOGA

Pomnik podpułkownika armii carskiej Jegora Jegorowicza Schwedera z 1861 roku jest świadectwem nieistniejącego dziś w krajobrazie miasta cmentarza protestanckiego usytuowanego niegdyś przy obecnej ulicy Białowiejskiej.

Dotychczasowa nasza wiedza o tym miejscu jest niezwykle uboga. Uzupełnienie stanowią przekazy ustne, które należy poddawać odpowiedniej weryfikacji z uwagi na legendy i historie krążące wokół tego miejsca.

Dzięki doktorowi Krzysztofowi Wiśniewskiemu wiemy, że nekropolię tę założono najprawdopodobniej w 1801 roku i rozciągała się on od skrzyżowania z aleją Wojska Polskiego. W pierwszych latach swojego funkcjonowania na obszarze kompleksu pochowano 5 osób. Powsta-

nie cmentarza zapewne leżało w interesie zarówno pułtuskiego duchowieństwa katolickiego, jak również społeczności protestanckiej, korzystającej wcześniej z cmentarza przy kościele NMP na Starym Mieście.

Sporo nowych informacji dotyczących już samego pomnika zmarłego podpułkownika Schwedera zawdzięczamy Arturowi Millerowi oraz Lechowi Malinowskiemu, którzy dokonali jego identyfikacji i przeprowadzili badania genealogiczne rodziny zmarłego.

Po II wojnie światowej cmentarz był już miejscem bardzo zaniebanym, co również udało się ustalić redaktorowi Malinowskiemu oraz śp. Arturowi Millerowi. Z wspomnianych już przekazów ustnych wynika, że postument został przeniesiony z swojej pierwotnej lokalizacji w rejon bloku nr 3 przy ul. Komisji Edukacji Narodowej.

Natomiast z przekazu Mirona Owsiewskiego możemy dowiedzieć się m.in. o próbie ratowania w latach 60. XX wieku ocalałych nagrobków.

Zdaniem Owsiewskiego mogło być ich wówczas jeszcze 15 i miały zostać objęte klauzulą zabytku. Jednak z dzisiejszej perspektywy czasu widzimy, że plany te nie zostały z jakiś przyczyn zrealizowane.

Podala Paulina Biernacka,
Muzeum Regionalne

OD REDAKCJI

Na prywatny adres e-mailowy wysłaliśmy Autorowi listu materiały będące w posiadaniu MR, a dotyczące obiektu przy KEN.
op. GMD



RERE KUM KUM RE



**To był spektakl!
Barwny, roztańczony
i rozśpiewany.
Powstał z potrzeby
serca i chwili.
Pieniądze zebrane od
przedszkolnej widowni
zasiłają konto Stasia
chorego na SMA**

To przedstawienie to „Żabka, która mamy nie słuchała”, nie więc dziwnego, że kinową sceną zawładnęły żabki, zajączki, bociany i motylek, i żuczek. Jego akcja rozgrywa się wiosną (stąd scenografię zdominował wizerunek barwnej WIOSENKI), na łące, gdzie MAMA ŻABA mówi, że „rzecz się straszna stała, zaginęła moja córka ukochana”. Na te słowa zaprzyjaźnione z MAMĄ zwierzęta rozpoczynają poszukiwanie niesfornej ŻABKI. Jasne, że akcja skończyła się pozytywnie, inaczej być nie mogło. MAŁA ŻABKA wyraził skrucę - widownia złożona z dzieci przedszkoli gminnych usłyszała: „Będę grzeczna, dobra, miła./ By się mama nie wstydziła./ Lecz by dumna ze mnie była./ I miłością wciąż darzyła”. - Śmiało mogę powiedzieć, że kilkuletnią tradycją miejskiej CZWÓRKI (Przedszkola Miejskiego nr 4 – przyp. red.) jest przygotowanie i prezentacja przedstawień teatralnych dla dzieci z naszego miasta i gminy. Data dzisiejszego spotkania nie jest przypadkowa. Jest wiosna, piękna pora roku, która niesie ze sobą mnóstwo radości i nadziei. Kontynuując działania pod hasłem DZIECI DZIECIOM, przekazujemy piękne i szlachetne wartości bliskie każdemu człowiekowi - wrażliwość, empatię, czynienie dobra. Dzisiaj z ochotą to czynimy, wrzucając grosiki do puszek – powiedziała, tuż przed spektaklem, dyrektor PRZEDSZKOLA Lidia

Wygraj dwumiesięczną Metamorfozę z Naturhouse

I etap- Casting

Wyberzemy jedną osobę, która zostanie poddana całkowitej metamorfozie!

Napisz dlaczego to właśnie Ciebie mamy zmienić i wyślij swoje zdjęcie (twarz + sylwetka) na adres: pultusk.swietojanska@naturhouse-polska.com. Zgłoszenia przyjmujemy do 28 maja 2022 r.

II etap- Metamorfoza

- Dwumiesięczna kuracja odchudzająca pod okiem Dietetyka Naturhouse Pułtusk
 - Stylizacja i koloryzacja włosów w Salonie Fryzjerskim Dominiki Łątkowskiej
 - Pielęgnacja skóry wraz z olśniewającym makijażem u Doroty Rzeczkowskiej z Mary Kay
 - Sesja zdjęciowa przed rozpoczęciem kuracji i na zakończenie metamorfozy u Aleksandry Stańczak
 - Stylizacja rzęs u Weroniki Dąbrowskiej
 - Zabiegi na ciało w Salonie urody Charley Spa
- Regulamin dostępny na naszym Facebooku oraz w naszym Centrum.

Centrum Dietetyczne Naturhouse
ul. Świętojańska 16, Pułtusk
tel. 690 38 12 12

mail: pultusk.swietojanska@naturhouse-polska.com



KONKURS!

Wygraj dwumiesięczną metamorfozę

W Centrum Dietetycznym Naturhouse w Pułtusk

Sadowska. – Jestem pewna, że przedstawienie dostarczy wam wiele radości, będzie bawić i uczyć, a rodzicom Stasia da nadzieję na zebranie potrzebnej kwoty na najdroższy lek świata - dodała.

I tak właśnie było – wesoło, barwnie (kostiumy!!!) i perfekcyjnie, dzieci zagrały, że O JO JO!

W sztuce wystąpiły: KACZUSZKI, MÍSIE i SMERFY poprowadzone przez panią: Katarzynę Luse, Magdalenę Nalewajk, Jo-

annę Makowską, Karolinę Obidzińską. Koordynacja całości Joanna Kucharska – Rara. To im wszystkim, jak i dyrektor Izabeli Sosnowicz – Ptak oraz rodzicom przedszkolaków dziękowała dyr. Sadowska.

I jeszcze jedno – w puszkach znalazło się około 4660 złotych. Kwotę tę zasiłają również datki zebrane podczas poniedziałkowego spektaklu dla przedszkolaków (Krajewskiego).

Tekst i fot. GMD

