Wtorek
21.10.2025

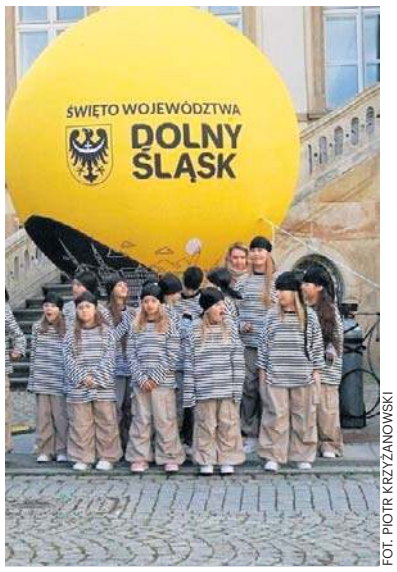
| 6,00 ZŁ w tym 5% VAT

Legnica | Lubin

panorama legnicka

www.legnica.naszemiasto.pl

Nr 42



FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

LEGNICA

ŚWIĘTOWAŁO WOJEWÓDZTWO DOLNOŚLĄSKIE POLONEZ I NOWOCZESNE RYTMY NA RYNKU

str. 10-11

BEZPIECZEŃSTWO

Mer ukraińskiej gminy ostrzega legnickich samorządowców: ważne są nie tylko schrony

Żyliśmy w małym miasteczku, byliśmy pewni, że żadnej wojny nie będzie - mówi Vadym Tokar str. 3

FOT. EDYTA GOLISZ

KOMUNIKACJA

FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

Które legnickie ulice wyremontują w 2026 roku? Ratusz ma plan

W tym roku kierowcy zyskali kilka odnowionych jezdni. Jest lista kolejnych ulic do modernizacji str. 3

PIŁKA NOŻNA

Rezerwowy Daniel Stanclik uratował punkt dla Miedzi. Kiedy najbliższy mecz legniczan? str. 18

ZDROWIE

Rządowy program pilotażowy opieki psychiatrycznej w legnickim szpitalu. Czyli jak lepiej dbać o prawa pacjenta str. 4

RUDNA

Przez dwa lata ukrywał się w lesie, bo nie chciał iść za kratki. Teraz grozi mu wyższy wyrok str. 7

Nr ISSN 1234-5393
Nr indeksu 272655

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

FOT. ARCHIWUM PPG

LEGNICA

Może masz cukrzycę? Darmowe badania

Z darmowego programu profilaktyki cukrzycy mogą skorzystać w Legnicy osoby, które spełniają następujące kryteria:

- **wiek: 45-65 lat**
- **miejsce zamieszkania: Legnica**
- **brak rozpoznanej cukrzycy typu 2**
- **w ciągu ostatnich 3 lat nie miały przeprowadzonychbadań w kierunku cukrzycy**
- **mają nadwagę lub otyłość (BMI > 25)**
- **prowadzą mało aktywny tryb życia, w ich rodzinach występowała ta choroba**
- **miały w przeszłości nieprawidłowy poziom cukru**
- **mają nadciśnienie tętnicze.**

Rejestrację na badania prowadzi Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legnica, pod numerem tel. 788 800 249.

Badania zostaną wykonane w wybrane soboty, do 30 listopada 2025 r.

Kolejne zapisy chętnych prowadzone będą w cyklach co 2 tygodnie, do końca listopada. Realizatorem programu jest Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Legnicy.

Dni Seniora: porady, koncert i zabawa

Redakcja
Legnica

29 i 30 października świętoweać będą legniccy seniorzy. W Akademii Rycerskiej czeka na nich bogaty program spotkań, warsztatów i koncertów.

Uroczyste otwarcie Legnickich Dni Seniora 2025 zaplanowano na środę, 29 października. O godz. 11:00 w Sali Królewskiej seniorzy dostaną klucze do miasta. Następnie rozpocznie się cykl zajęć wykładowo-warsztatowych z udziałem ekspertów. Od godz. 11:30 spotkanie „Żyj aktywnie, czuj się dobrze - domowa profilaktyka dla seniora", poświęconemu zdrowemu stylowi życia i dobrej kondycji. O 12:30 - praktyczne warsztaty samoobrony „Bezpieczny Senior", o 13:30 - zajęcia z pierwszej pomocy.

Na uczestników czekać będą stanowiska promocyjne i doradcze na II piętrze Akademii, bufet kawowy i poczęstunek, a także Przegląd Twórczości Senioralnej - wystawa rękodzieła i prac artystycznych.

W środę o godz. 18:30 w Sali Maneżowej sentymentalna wędrówka przez największe przeboje rodzimych wokalistek, czyli „Damy Polskiej Piosenki. Muzyczna podróż przez dekady". Pełen ponadczasowych melodii koncert przenosi publiczność w świat najpiękniejszych „damskich" piosenek - od tang Hanki Ordonówny po Sanah. To opowieść o miłości, tęsknocie, sile i kobiecości, zbudowana z głosów: Ireny Santor, Anny German, Ewy Demarczyk, Anny Jantar, Alicji Majewskiej, Edyty Górniak i wielu innych. Bilety 30 zł - normalny oraz 20 zł - ulgowy dla seniorów powyżej 60. roku życia dostępne w Galerii Satyrykon.

W czwartek w Sali Maneżowej od godz. 18:00, wieczór taneczny „Niech żyje bal!", połączonym z recitalem Teresy Pauch. To doskonała okazja, by wspólnie świętować, zatańczyć i spędzić czas w serdecznej atmosferze. Bilety w cenie 40 złotych są dostępne w Galerii Satyrykon.

Dmi Seniora organizuje Legnickie Centrum Kultury.

FOT. REDAKCJA

LEGNICA

Drugie życie Galerii Gwiezdnej

Galeria Gwiezdna na osiedlu Kopernika w Legnicy wkracza w nowy etap rozwoju. 16 października otwarto sklepy Woolworth i Sinsay. Wkrótce podwoje otworzy bufet Lubinpexu i klub fitness Xtreme Fitness. Obiekt, dotąd kojarzony głównie z branżą meblową, staje się nowoczesnym centrum handlowo-usługowym. Otwarcie nowych sklepów przyciągnęło tłumy. Klienci korzystali ze specjalnej promocji Woolworth - 10% rabatu na cały asortyment. W sklepie znalazł się szeroki wybór towarów: od artykułów domowych, tekstyliów i dekoracji, po okazjonalne gadżety hallowee-nowe i świąteczne dekoracje bożonarodzeniowe. Restauracja Oberża Piastowska w sąsiedztwie galerii ustępuje miejsca klubowi Xtreme Fitness. To przykład zmian zachodzących w strukturze obiektu. Nowa inwestycja obejmuje modernizację budynku, parkingu oraz przestrzeni zewnętrznej. Dzięki nowym markom - takim jak Woolworth i Sinsay - oraz planowanemu otwarciu bufetu , Galeria Gwiezdna zyskuje status lokalnego centrum życia.

TEL. 573 845 562/PONIEDZIAŁKI I ŚRODY, GODZ. 14-18

Skorzystaj z bezpłatnego telefonu porad prawnych dla dolnośląskich seniorów

Aby skorzystać z bezpłatnej porady prawnej wystarczy zadzwonić pod nr 573 845 562, a po odsłuchaniu komunikatu wcisnąć cyfrę „1". Z Telefonicznego Punktu Porad Prawnych mogą korzystać osoby, które ukończyły 60. rok życia i mieszkają w woj. dolnośląskim. Dyżury - w poniedziałki i środy, w godz. 14-18. Celem Telefonicznego Punkt Porad Prawnych dla seniorów jest m.in. zapewnienie możliwości uzyskania porady osobom starszym, także seniorom, których nie stać na opłatę porady. Chodzi też o wspieranie mieszkańców wsi, skąd trudniej dostać się do prawnika. To także troska o ludzi chorych, niepełnosprawnych, potrzebujących pomocy prawnej. Telefoniczny Punkt Porad Prawnych jest inicjatywą Fundacji Przyszłość.

ZGŁOŚ AWARIĘ/USTERKĘ W MIEŚCIE: (76) 729 99 95

Legnicki Telefon Pierwszego Kontaktu

Pod numerem telefonu (76) 729 99 95 mieszkańcy Legnicy mogą zgłaszać różnorodne usterki i awarie związane z infrastrukturą komunalną. Zgłosić będzie można:

- **uszkodzone latarnie;**
- **uszkodzone ławki;**
- **uszkodzone elementy placów zabaw;**
- **dziury i ubytki w drogach;**
- **porzucone wraki pojazdów;**
- **rozrzucone śmieci;**
- **dzikie wysypiska.**

Zgłoszenia będą przekazywane do odpowiednich służb, co ma zagwarantować szybkie i skuteczne reakcje, a docelowo podnieść jakość życia w Legnicy.

RÓŻOWA ZUMBA W TAŃCU PO ZDROWIE

FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

W Collegium Witelona Uczelnia Państwowa odbyła się w minioną sobotę Różowa Zumba, organizowana przez Ruch Kobiet do Walki z Rakiem Piersi EUROPA DONNA w Legnicy pod hasłem Dzień Zdrowia Piersi. Blisko 200 osób wzięło udział w tym tanecznym wydarzeniu.
Piotr Krzyżanowski

panorama legnicka
Nakład do 1000 egz.
SZEF REDAKCJI LOKALNEJ: **Mateusz Różański, m.rozanski@gazeta.wroc.pl;** BIURO OGŁOSZEŃ: **Michał Jarema, tel. 514 800 870, michal.jarema@polskapress.pl;**
PRENUMERATA: **tel. 71 727 62 37;** DRUK: **Polska Press Oddział Poligrafia, 41-203 Sosnowiec Milowice, ul. Baczyńskiego 25a.** WYDAWCA **Polska Press Sp. z o.o. ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10.**
PREZES ZARZĄDU POLSKA PRESS GRUPY **Zenon Nowak**. PREZES MAKROREGIONU **Robert Glinkowski**. PROJEKT GRAFICZNY **Tomasz Bocheński**
POLSKA PRESS GRUPA

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.polskatimes.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

KOMUNIKACJA LEGNICKI PROGRAM DROGOWY - WIĘCEJ SZCZEGÓŁÓW

Pokazali plan remontów legnickich ulic na 2026 r.

Patryk Głażewski
Legnica

W 2026 roku Legnica ponownie stanie się drogowym placem budowy. Miasto zapowiada budowę nowych dróg, parkingów i kompleksowe remonty kilkunastu ulic.

FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

W latach 2026–2027 przebudowane będą ulice Senatorska i Przemysłowa (na zdjęciu)

Tegoroczne remonty ulic w Legnicy dobiegły lub dobiegają końca, bo kończy się odpowiednia pogoda do tego typu prac. Rok 2026 zapowiada się jako kolejny intensywny etap modernizacji infrastruktury drogowej w Legnicy. W ramach Legnickiego Programu Drogowego zaplanowano zarówno duże inwestycje budowlane, jak i liczne remonty kluczowych ulic na terenie całego miasta. Celem programu jest poprawa bezpieczeństwa, komfortu jazdy oraz estetyki miejskiej przestrzeni.

Nowe inwestycje drogowe

Budowa ul. Wiktorii Wiedeńskiej

W 2026 roku ruszy budowa nowej ulicy, czyli ul. Wiktorii Wiedeńskiej. Zakres prac obejmuje przebudowę jezdni, budowę i modernizację chodników, a także wykonanie nowego oświetlenia drogowego i kanalizacji deszczowej. Inwestycja ma usprawnić układ komunikacyjny w tej części miasta i zapewnić mieszkańcom bezpieczne dojście do nowych osiedli.

Przebudowa ul. Senatorskiej i ul. Przemysłowej

W latach 2026-2027 realizowana będzie kompleksowa przebudowa ulic: Senatorskiej, Przemysłowej, a także odcinków ul. św. Wojciecha, Emilii Plater i Działkowej (do przejazdu PKP). Projekt przewiduje pełną modernizację jezdni, budowę nowych chodników, oświetlenia oraz kanalizacji deszczowej. To jedna z największych inwestycji drogowych najbliższych lat, która znacząco poprawi komunikację w rejonie północno-wschodniej Legnicy.

Budowa parkingu przy ul. Neptuna

Również w 2026 roku powstanie nowy parking przy ul. Neptuna, obejmujący budowę miejsc postojowych, chodników oraz nowoczesnego oświetlenia ulicznego. Projekt zakłada także wykonanie kanalizacji deszczowej, co ma zwiększyć trwałość infrastruktury i komfort użytkowników.

Na liście ulic do remontu jest ulica Emilii Plater

Remonty ulic w 2026 roku

Miasto zaplanowało szeroki zakres remontów dróg i chodników. Większość zadań obejmie frezowanie zniszczonej nawierzchni i odtworzenie nowej, bitumicznej jezdni. W wielu przypadkach przewidziano również remont chodników.

W 2026 roku modernizacje obejmą następujące ulice:

- ul. Wrocławska (od ul. Witelona do mostów na Kaczawie) - remont obu jezdni, odtworzenie nawierzchni bitumicznej,
- ul. Wojska Polskiego - odnowienie jezdni i chodników,
- ul. św. Elżbiety,
- ul. Roosevelta,
- ul. Kościuszki (od Rataja do Muzealnej),
- ul. Orzeszkowej (od Grunwaldzkiej do Andersa),
- ul. Głogowska,
- ul. Radosna (od Świerkowej do Malczewskiego),
- ul. Jagiellońska,
- ul. Emilii Plater (od Senatorskiej do Kominka),
- ul. Szkolna,
- ul. Górnicza,
- ul. Zesłańców Sybiru,
- ul. Kertyńskiego,
- ul. Wjazdowa (od Gwarnej do łącznika z rondem),
- ul. Chłapowskiego
- ul. Andersa.

Rok 2026 zapowiada się intensywny etap modernizacji infrastruktury drogowej w ramach Legnickiego Programu Drogowego.

Legnicki Program Drogowy to konsekwentnie realizowana strategia modernizacji miejskiej infrastruktury. Nowe nawierzchnie, chodniki i oświetlenie zwiększą bezpieczeństwo zarówno kierowców, jak i pieszych. Władze miasta podkreślają, że celem programu jest nie tylko naprawa istniejących dróg, ale także rozwój nowych połączeń komunikacyjnych i poprawa jakości życia mieszkańców.

Mer ukraińskiej gminy ostrzega nas i radzi

Edyta Golisz
Legnica

Wstrząsająca relacja mera z Ukrainy podczas samorządowej konferencji w Legnickim Polu o ochronie ludzi.

FOT. EDYTA GOLISZ

Vadym Jakovych Tokar, mer gminy Makarow

- Żyliśmy w małym, pięknym miasteczku i byliśmy pewni, że żadnej wojny u nas nie będzie. Oczywiście mieliśmy, co normalne, przygotowane procedury na wypadek zagrożenia. Gdy wojna nas jednak dotknęła okazało się, że miasto zostało totalnie zniszczone w zaledwie 33 dni, a procedury trzeba było tworzyć od nowa, bo tamte były nieskuteczne - mówił Vadym Jakovych Tokar, mer gminy Makarow w obwodzie kijowskim.

- Jak wojna przyszła to naiwnie myśleliśmy, że żołnierze będą walczyć między sobą, a nie ostrzeliwać budynki zamieszkałe przez niczemu winną ludność cywilną, gdzie rodzą się dzieci, ludzie prowadzą normalne, codzienne życie - opowiadał mer, pokazując wstrząsający film oraz zdjęcia, na których udokumentowane zostało, jak ze spokojnego, ładnego miasteczka zostały zgliszcza. I przerażeni sytuacją ludzie.

Konferencja pod nazwą „Ochrona ludności i obrona cywilna w samorządzie lokalnym - fikcja czy realny plan?" zgromadziła kilkudziesięciu samorządowców z regionu: wójtów, burmistrzów, starostów. Był też m.in. Artur Jurkowski, wicewojewoda dolnośląski. Spotkanie miało związek z obowiązującą w naszym kraju dopiero od końca ub. roku Ustawą o ochronie ludności i obronie cywilnej.

- Obrona cywilna w naszym kraju nie istniała od lat 90. ub. wieku. Odbudowujemy ją teraz od podstaw, jesteśmy na etapie tworzenia fundamentów. Sytuacja za naszą wschodnią granicą pokazała, jakie to ważne - mówił wicewojewoda Artur Jurkowski. - Dolny Śląsk otrzymał od Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji 357 mln zł - dodał.

To środki przeznaczone m.in. na wzmocnienie gotowości służb ratowniczych, dlatego z tej puli m.in. 51 mln zł trafiło do Państwowej Straży Pożarnej i na wsparcie samorządów (275 mln zł) - na budowę czy modernizację schronów, doposażenie magazynów kryzysowych, szkolenia, wsparcie Ochotniczych Straży Pożarnych itp.

Na przykład miasta na prawach powiatu - czyli Legnica, Jelenia Góra i Wałbrzych - otrzymały do wykorzystania w tym roku po 5 mln 300 tysięcy złotych.

Nowe przepisy nie tylko gwarantują samorządom pomoc finansową od państwa w sytuacjach kryzysowych, ale nakładają też na wójtów, burmistrzów, starostów obowiązki, związane z zapewnieniem mieszkańcom bezpieczeństwa w czasie różnych zagrożeń, nie tylko tych związanych z ewentualnymi działaniami wojennymi. Chodzi też m.in. o powodzie, epidemie, pożary, katastrofy.

Jednym z najważniejszych wniosków spotkania było to, że od budowy schronów dużo ważniejsza jest edukacja i wynikająca z niej świadomość ludzi.

- To w ludziach jest cały potencjał. 36 mln obywateli naszego kraju musi wiedzieć jak postępować w sytuacjach zagrożenia. W jakie grupy się organizować, jakie zadania wykonywać, jak ze sobą współpracować. To jest niezbędne, aby system skutecznie działał. Dlatego w pierwszej kolejności potrzebna jest edukacja społeczeństwa. Bywają bowiem tak wielkoskalowe sytuacje kryzysowe, że nie ma na świecie państwa, którego służby byłyby w stanie nad nimi zapanować bez wsparcia społeczeństwa. Sami przecież widzieliśmy kryzys migracyjny po wybuchu wojny w Ukrainie. Milion ludzi przy polskiej granicy. Kto im pomógł przede wszystkim? Inni ludzie, po prostu Polacy. Służby państwa nie byłyby tego w stanie zorganizować na taką skalę, jak zrobili to ludzie. Dlatego zorganizowane, świadome społeczeństwo jest najważniejsze - powiedział nam Jarosław Goraj, wiceprezes Zarządu Stowarzyszenia „Świadoma Obrona Cywilna".

- Konferencji na ten temat powinno być jak najwięcej - powiedział Adam Babuśka, Starosta Legnicki i już zapowiedział, że pod koniec października podobne spotkanie odbędzie się w legnickim starostwie.

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

Zmarł franciszkanin ojciec Józef Szańca

Piotr Krzyżanowski
Legnica

W wieku 81 lat zmarł ojciec Józef Szańca, franciszkanin, wieloletni duszpasterz, katecheta i wychowawca młodzieży. Był postacią niezwykle zasłużoną dla diecezji legnickiej i edukacji katolickiej.

Ojciec Józef Szańca urodził się 30 listopada 1944 roku w dawnym województwie rzeszowskim. Studia filozoficzne ukończył w Łodzi, a teologiczne w Krakowie. Już w młodym wieku odkrył powołanie do życia zakonnego we wspólnocie franciszkanów. Święcenia kapłańskie przyjął w 1969 roku w Krakowie.

W latach 80. XX wieku był duszpasterzem akademickim przy kościele franciszkańskim „Porcjunkula" we Wrocławiu. Odbył trzyletnie studia podyplomowe na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim i znów powrócił do Wrocławia. do pracy katechetycznej z młodzieżą i studentami.

Przez większość swojego życia kapłańskiego związany był z Dolnym Śląskiem. W latach 1980-1984 pełnił funkcję proboszcza parafii św. Bartłomieja w Głogówku, następnie w Legnicy kierował Niższym Seminarium Duchownym (1986-1992).

Od 1992 roku był proboszczem w Szklarskiej Porębie. W tym okresie napisał książkę o tym górskim kurorcie oraz artyście malarzu oraz poecie Vlastimilu Hofmanie.

Później ojciec Józef Szańca był proboszczem parafii św. Jana Chrzciciela w Legnicy (1996-2000). Za działalność na rzecz dzieci otrzymał wyróżnienie Towarzystwa Przyjaciół Dzieci „Nade wszystko dziecko".

Po przekształceniu seminarium w Katolickie Liceum Ogólnokształcące im. św. Franciszka z Asyżu został jego wieloletnim dyrektorem.

O. Szańca był również wykładowcą etyki w Wyższym Seminarium Duchownym Diecezji Legnickiej, wizytatorem katechezy, a także zastępcą dyrektora Wydziału Katechetycznego Legnickiej Kurii Biskupiej.

Przez wiele lat współpracował z Radiem Plus Legnica, gdzie prowadził cotygodniowe katechezy w „Magazynie Rodzin Katolickich". Był autorem książki „Refleksje przy Jezusie", w której zebrał swoje duchowe przemyślenia.

FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

O. Józef Szańca znany był legniczanom także ze swoich audycji w Radiu Legnica

REKLAMA 0011417563

REKLAMA 0011410427

REKLAMA 0011244319

Stacja demontażu pojazdów | Czarkowo 16 | 64-125 Poniec

W legnickim szpitalu pilotażowy program opieki psychiatrycznej

FOT. SZPITAL LEGNICA/WIZUALIZACJA

Psychiatria działa w legnickim szpitalu od 16 lat. Za dwa lata wzbogaci się o Centrum Zdrowia Psychicznego

Edyta Golisz
Legnica

Rządowy program dotyczy wdrażania standardów przestrzegania praw pacjenta w opiece psychiatrycznej oraz wyzwań związanych z ich praktycznym stosowaniem.

- Standardy przestrzegania praw pacjenta nie są wykute w kamieniu, ale mają być dla Państwa wsparciem oraz chcemy nadal nad nimi pracować, aby je wspólnie udoskonalać dla pacjentów - powiedział Rzecznik Praw Pacjenta Bartłomiej Chmielowiec do przedstawicieli wybranych do programu szpitali, podczas zorganizowanego w Warszawie spotkania. Z Dolnego Śląska w pilotażu uczestniczą jeszcze szpitale z Wałbrzycha i Zgorzelca.

Procedury w psychiatrii to nie tylko zestaw wytycznych do działania. To także odpowiedzialność za dobrostan i godność osób, które nierzadko są bezbronne i niezdolne do wypowiedzenia się w swoim imieniu. Projekt realizowany przez Rzecznika Praw Pacjenta stanowi ważny krok w kierunku umacniania ochrony praw pacjentów korzystających z opieki psychiatrycznej w Polsce - powiedziała nam o programie Anna Hernik-Solarska, rzecznik prasowy z Biura Rzecznika Praw Pacjenta.

Przedstawiciele wybranych szpitali wzięli już udział w pierwszym spotkaniu, które stanowiło okazję do wymiany doświadczeń, odbyło się wiele ciekawych dyskusji dotyczących znaczenia godności, bezpieczeństwa i podmiotowego traktowania pacjentów korzystających z opieki psychiatrycznej. Odbyło się także szkolenie online dla pracowników placówek uczestniczących we wdrażaniu wynikających z programu standardów, w czasie którego przedstawiciele Departamentu Zdrowia Psychicznego szczegółowo przedstawili prawa pacjenta i zasady ich wdrażania w opiece psychiatrycznej.

Wdrażane standardy mają na celu:

FOT. RPP

Spotkanie w Warszawie przedstawicieli placówek wybranych do programu

Biuro Rzecznika Praw Pacjenta wybrało do programu 21 szpitali, w których opieka psychiatryczna stoi na najlepszym poziomie.

określenie fundamentalnych zasad gwarantujących pacjentowi udzielenie świadczenia zgodnie z przepisami prawa i zasadami etyki zawodów medycznych

stworzenie zbioru dobrych praktyk, rekomendacji, procedur i instrukcji pomocnych w realizacji świadczeń psychiatrycznej opieki zdrowotnej na różnych poziomach

budowanie świadomości praw pacjenta wśród personelu medycznego oraz kadry zarządzające.

- Jesteśmy bardzo dumni, że zostaliśmy wybrani do programu pilotażowego, jako jedna z zaledwie 21 placówek w kraju. Świadczy to o jakości pracy całego naszego zespołu, zajmującego się psychiatrią w legnickim szpitalu: lekarzy, psychologów, psychoterapeutów, terapeutów zajęciowych, pielęgniarek i innych pracowników. Kieruje tym wszystkim pan doktor Jacek Jazy, ordynator. Mamy młody, bardzo empatyczny, nastawiony na dobro pacjenta zespół, któremu zależy na tym, aby pomagać każdemu choremu realnie, a nie w sposób sztampowy. Nasz zespół podchodzi do każdego pacjenta indywidualnie, nie schematycznie - powiedział nam Maciej Leszkowicz, dyrektor Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Legnicy.

Przypomnijmy, że w Legnicy powstaje Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych. To największa w historii legnickiego szpitala inwestycja, warta aż 50 mln zł. Pierwszych pacjentów zacznie przyjmować za 2 lata.

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

14 chorych dzieci pod opieką hospicjum

Edyta Golisz
Legnica

14 nieuleczalnie chorych dzieci z Legnicy jest pod opieką domowego hospicjum „Formuła Dobra". Na Dolnym Śląsku to hospicjum obejmuje 120 dzieci.

HOSPICJUM FORMUŁA DOBRA

Fundacja „Formuła Dobra" wspiera rodziny, wypożyczając np. potrzebny sprzęt

HOSPICJUM FORMUŁA DOBRA

Wrocławski kiermasz książek na rzecz Fundacji

Czasem życie pisze dla najmłodszych i ich rodzin najtragiczniejsze scenariusze. Dzieci nieuleczalnie chorują i odchodzą. W tym ostatnim etapie najważniejsza jest dla nich miłość, profesjonalna opieka, życie bez bólu, bezpieczne otoczenie.

Lekarze i pielęgniarki z Hospicjum dla Dzieci Dolnego Śląska „Formuła Dobra" zapewniają to najmłodszym pacjentom w domach. Terapeuci z domowego hospicjum wspierają rodziny, organizacja wypożycza też sprzęt. Za nic nie trzeba płacić. Hospicjum ma m.in. kontrakt z NFZ.

We wrocławskim Sky Tower odbył się w czasie weekendu Charytatywny Kiermasz Książek dla Formuły Dobra. Można było też kupić gry planszowe.

- Zainteresowanie przeszło nasze najśmielsze oczekiwania. Ludzie przychodzili, brali książki i gry, wrzucali do puszek dużo więcej pieniędzy, niż ceny kupionych towarów, dziękowali za naszą pracę. To było bardzo wzruszające. Zebraliśmy ponad 30 tys. zł - mówi Małgorzata Lipińska, legniczanka pracująca w Hospicjum dla Dzieci Dolnego Śląska „Formuła Dobra".

Zapowiada, że wkrótce w legnickim Rynku ruszy biuro tej jednostki medycznej. Obecnie wszyscy zainteresowani mieszkańcy Dolnego Śląska, również Legnicy, mogą kontaktować się z hospicjum pod numerami telefonów ze strony internetowej formuladobra.pl lub mailowo.

- Nikt nie zostanie bez pomocy - zapewnia pani Małgorzata.

Sama straciła ukochanego syna. - Najlepiej wiem jak ważne jest wsparcie w takich sytuacjach, i dla dziecka, i dla rodziny. W Formule Dobra działa na co dzień 120 osób, lekarzy, pielęgniarek, terapeutów, wolontariuszy. Przyjeżdżają do domów, zapewniają profesjonalną opiekę. Wypożyczamy też sprzęt potrzebny chorym w ostatnich okresach ich życia. Za nic nie trzeba płacić, ponieważ mamy kontrakt z Narodowym Funduszem Zdrowia i jesteśmy jednostką medyczną utrzymującą się 1,5 procent podatku oraz darowizn - mówi.

Hospicjum prowadzi też m.in. - na razie tylko we Wrocławiu - stacjonarną grupę wsparcia dla rodziców, którzy stracili dziecko oraz centrum wsparcia w żałobie dla wszystkich, którzy utracili bliską istotę.

Wszystkie informacje o działalności hospicjum są na ich stronie internetowej formuladobra.pl

Legniccy policjanci rozbili grupę okradającą sklepy RTV i AGD

Patryk Głażewski
Legnica

W ręce funkcjonariuszy wpadło trzech obywateli Gruzji, którzy okradali sklepy. Straty spowodowane ich działalnością sięgają co najmniej 60 tys. zł. Cała trójka siedzi już w areszcie.

FOT. POLICJA LEGNICA

„Specjaliści" od sprzętu RTV i AGD zostali aresztowani tymczasowo na trzy miesiące, grozi im do 8 lat więzienia

13 października legniccy policjanci zatrzymali na terenie Legnicy dwóch obywateli Gruzji. Jak ustalili funkcjonariusze, jeden z nich posługiwał się prawdopodobnie sfałszowanym paszportem litewskim. Policjanci szybko ustalili jego prawdziwą tożsamość.

Przeszukano też mieszkanie we Wrocławiu, gdzie zatrzymano trzeciego członka grupy. W lokalu oraz przy zatrzymanych funkcjonariusze zabezpieczyli gotówkę, dokumenty oraz samochód, który służył im do przemieszczania się między miastami.

W kilku województwach

Z dotychczasowych ustaleń wynika, że zatrzymani dokonywali kradzieży w sklepach na terenie województw: dolnośląskiego, wielkopolskiego, śląskiego, opolskiego, pomorskiego, łódzkiego i lubuskiego. Łączne straty spowodowane ich działalnością oszacowano na nie mniej niż 60 tys. zł.

Mobilni i pewni siebie

Grupa działała w sposób mobilny, często zmieniając miejsca pobytu i metody, by utrudnić identyfikację i uniknąć odpowiedzialności karnej.

Po zebraniu materiału dowodowego prokurator przedstawił zatrzymanym zarzuty. Jednocześnie skierowano do sądu wnioski o zastosowanie wobec nich tymczasowego aresztu. Sąd Rejonowy w Legnicy, po zapoznaniu się z materiałem dowodowym dotyczącym Gruzinów i wnioskiem prokuratora, podjął decyzję o tymczasowym aresztowaniu całej trójki na trzy miesiące. Grozi im do 8 lat więzienia.

REKLAMA 0011392408

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

Prawie 6 mln zł dla Legnicy na dalszą modernizację hali OSiR przy Lotniczej

Edyta Golisz
Legnica

Na remont hali OSiR Legnica pozyskała kolejne 5,7 mln zł od Urzędu Marszałkowskiego Województwa Dolnośląskiego. Pieniądze zostaną przeznaczone na termomodernizację obiektu.

FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI)3)

Na razie nie widać szans na budowę nowej hali, Legnicy musi więc wystarczyć obecna

Trwa remont zaplecza szatniowo-sanitarnego

Informację o pozyskaniu 5,7 mln zł na remont hali poinformowali na konferencji prasowej Jarosław Rabczenko, członek Zarządu Województwa Dolnośląskiego i Maciej Kupaj, prezydent Legnicy. A co z budową nowej hali, którą zapowiadał w kampanii wyborczej Maciej Kupaj?

Stara hala będzie jak nowa

Cała inwestycja związana z halą OSiR w Legnicy będzie kosztować ponad 9 mln zł.

- Trzeci etap modernizacji obiektu znacząco poprawi nie tylko estetykę budynku, ale również podniesie jego efektywność energetyczną. To z kolei przełoży się na zmniejszenie kosztów użytkowania hali - mówili na konferencji przedstawiciel Urzędu Marszałkowskiego i prezydent Legnicy.

W hali trwa obecnie drugi etap modernizacji, obejmujący remont zaplecza szatniowo - sanitarnego wraz z modernizacją dachu nad zapleczem budynku i częścią sportową.

Ta część prac modernizacyjnych także została dofinansowana przez Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego kwotą 1, 5 miliona złotych.

- Trzecim, ostatnim etapem będzie termomodernizacja, która zakończy w ciągu dwóch lat cały proces unowocześniania obiektu, poprawi przede wszystkim komfort użytkowania dla zawodników i kibiców - podkreślano na konferencji.

Kiedy budowa nowoczesnej hali?

Przypomnijmy, że jedną z zapowiedzi obecnego prezydenta Legnicy była budowa w mieście nowej hali.

„Zbudujemy nowoczesną halę sportowo-widowiskową, przy wsparciu zewnętrznego finansowania, o które będę aktywnie zabiegał u nowego Marszałka Województwa i w Ministerstwie Sportu" - brzmi jeden z punktów programu wyborczego, który Maciej Kupaj opublikował na Facebooku 23 lutego 2024 r.

Wszystko wskazuje na to, że tej obietnicy prezydent szybko nie spełni.

- Mówiłem, że wybudujemy halę, jeśli znajdziemy partnerów do współfinansowania tej wielkiej, wartej nawet 150 mln zł inwestycji - powiedział nam w udzielonym latem 2025 r. wywiadzie Maciej Kupaj.

Zaznaczył, że nie odżegnuje się od tej inwestycji ale podkreślił, że jest bardzo kosztowna i niełatwa.

- Absolutnie nie mówię tej inwestycji „nie", ale szukamy partnerów do jej współfinansowania. Prowadzimy na ten temat różne rozmowy, to musi potrwać - powiedział naszej redakcji prezydent Kupaj.

O przyznaniu kolejnego wsparcia dla modernizacji legnickiej hali poinformowali Jarosław Rabczenko i Maciej Kupaj

REKLAMA 0011417883

LEGNICA z nią zawsze po drodze

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza,
że 21.11.2025 r. odbędzie się przetarg ustny nieograniczony
na sprzedaż lokalu mieszkalnego nr 7 położonego w Legnicy przy ul. Działkowej 36

Adres nieruchomości Numer księgi wieczystej Charakter zabudowy	Oznaczenie nieruchomości w operacie ewidencji gruntów Numer i położenie lokalu	Skład lokalu Powierzchnia	Cena lokalu (w tym gruntu) Wadium
Legnica ul. Działkowa 36 KW Nr LE1L/00062624/8 Budynek mieszkalny czterokondygnacyjny, teren uzbrojony	Dz. nr 343/2 o pow. 391 m², obręb Fabryczna Lokal mieszkalny nr 7 III p.	Jeden pokój, kuchnia, przedpokój, piwnica nr 9 Powierzchnia 32,06 m² i 2,54 m²	110 000,00 zł /13 000,00 zł/ 22.000,00 zł

Lokal i grunt przeznaczony do sprzedaży na własność.
Przetarg odbędzie się 21.11.2025 r. o godz. 10,00 w CWM Legnica, Rynek 19
Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami - Agnieszka Romanowska tel. 7672-12-303, pokój 312 III p. oraz warunków przetargu - Wioletta Mazur - tel. 7672-12-301.
Pełne ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu. w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica.

REKLAMA 0011417879

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości niezabudowanej położonej w Legnicy przy al. Czerwonych Maków

Przedmiotem oferty przetargowej jest nieruchomość położona w Legnicy przy al. Czerwonych Maków, działka nr 614/10 o powierzchni 848 m², obręb Przybków. KW LE1L/00104580/4.
Cena wywoławcza 230.000,00 zł + pod. VAT. Wadium 46.000,00 zł.
Przetarg odbędzie się 21.11.2025 r. o godz. 11.00 w CWM, Rynek 19.
Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami – Ewa Zając, tel. 76/72-12-300 oraz organizacji przetargu – Wioletta Mazur, tel. 76/72-12-310. Pełne ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica, pl. Słowiański 8.

REKLAMA 0011417882

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości niezabudowanej położonej w Legnicy przy Al. Czerwonych Maków

Przedmiotem oferty przetargowej jest nieruchomość położona w Legnicy przy Al. Czerwonych Maków, działka nr 614/10 o powierzchni 848 m², obręb Przybków. KW LE1L/00104580/4.
Cena wywoławcza 230.000,00 zł + pod. VAT. Wadium 46.000,00 zł.
Przetarg odbędzie się 21.11.2025 r. o godz. 11.00 w CWM, ul. Rynek 19.
Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami – Ewa Zając, tel. 767212-300 oraz organizacji przetargu - Wioletta Mazur, tel. 767212-310. Pełne ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu. w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica, Pl. Słowiański 8.

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

GMINA RUDNA MĘŻCZYZNA BYŁ AGRESYWNY WOBEC PRACOWNIKÓW LEŚNYCH, I TO GO ZGUBIŁO...

Ukrywał się w lesie, bo nie chciał iść za kratki

Patryk Głażewski
miejscowość

Interwencja w lesie pod Rudną. 34-latek od dwóch lat koczujący w szałasie zaatakował policjantów i rzucił w nich nożem, trafiając funkcjonariuszkę w nogę.

Nietypową i bardzo niebezpieczną interwencję przeprowadzili policjanci z komisariatów w Rudnej i Ścinawie. Funkcjonariusze zostali wezwani przez Straż Leśną po zgłoszeniu, że w jednym z kompleksów leśnych przebywa agresywny mężczyzna.

- Funkcjonariusze zgłoszenie otrzymali od Straży Leśnej. Wynikało z niego, że pracownicy firmy wykonującej prace porządkowe, ujawnili w lesie mężczyznę, który według ich oświadczenia krzyczał do nich, uniemożliwiając kontynuację dalszych prac, a dodatkowo groził, że ma broń i zrobi sobie krzywdę. Był wobec nich bardzo agresywny - informujepodkom. Sylwia Serafin z Komendy Powiatowej Policji w Lubinie.

FOT. LUBIN POLICJA
W tym szałasie 34-latek ukrywał się przed więzieniem

FOT. LUBIN POLICJA
Decyzją sądu trafił już do aresztu tymczasowego

Gdy na miejsce przybyły patrole policji, mundurowi ujawnili w jednym z szałasów mężczyznę zachowującego się irracjonalnie i agresywnie. Nie reagował on na wydawane polecenia, po czym niespodziewanie wybiegł z nożem w ręku i rzucił nim w kierunku funkcjonariuszy. Ostrze trafiło w nogę jednej z policjantek. Na szczęście obrażenia okazały się niegroźne i kobieta nie wymagała pomocy medycznej.

- Dzięki natychmiastowej reakcji mundurowych, podejrzany został błyskawicznie obezwładniony i zatrzymany. Okazał się nim 34-latek bez stałego miejsca zamieszkania. Jak ustalili stróże prawa podejrzany był poszukiwany celem odbycia kary pozbawienia wolności - dodaje podkom. Sylwia Serafin.

Wcześniej był agresywny wobec obcej kobiety

Podczas czynności procesowych wyszło na jaw, że w ubiegłym roku ten sam mężczyzna groził nożem kobiecie spacerującej po lesie w gminie Rudna. Wówczas również zachowywał się agresywnie i niebezpiecznie wobec przypadkowych osób.

Grozi mu do 10 lat więzienia

Zatrzymany trafił do policyjnej celi, a następnie został doprowadzony do prokuratury. Usłyszał zarzut czynnej napaści na funkcjonariuszy policji, za co kodeks karny przewiduje karę do 10 lat pozbawienia wolności. Dodatkowo odpowie za groźby karalne wobec mieszkanki gminy Rudna, za ten czyn grozi mu kara do 5 lat więzienia.

Trzymiesięczny areszt dla agresora

Decyzją sądu 34-latek został tymczasowo aresztowany na okres trzech miesięcy. Policjanci podkreślają, że szybka i zdecydowana reakcja funkcjonariuszy zapobiegła tragedii i zapewniła bezpieczeństwo wszystkim uczestnikom interwencji.

Fałszywy prokurator i wnuczka okradli lubińską seniorkę

Edyta Golisz
Legnica

Lubinianka straciła 30 tysięcy złotych i biżuterię. Policja prosi starszych ludzi o czujność.

Oszuści zazwyczaj dzwonią na numer stacjonarny starszych osób. Tak było też w przypadku 88-latki z Lubina. Po godzinie 19.00 do starszej kobiety zadzwonił mężczyzna, który przedstawił się za prokuratora. Oświadczył, że jej wnuczka potrąciła na przejściu dla pieszych kobietę w ciąży. Aby uniknąć kary więzienia, potrzebne są pieniądze w kwocie 40 tys zł. Następnie rozmowę przejęła fałszywa wnuczka, która płaczliwym głosem przekonała seniorkę, aby wszystkie oszczędności jakie posiada, przekazała na kaucję, o której mówił „prokurator". Starsza pani spakowała wszystkie oszczędności - 30 tys. zł i biżuterię - i następnie przekazała je obcej kobiecie, która pojawiła się u niej w mieszkaniu - relacjonuje podkom. Sylwia Serafin.

Za każdym razem przestępczy proceder wygląda niemal identycznie - rozmowa telefoniczna z fałszywym policjantem, prokuratorem, adwokatem czy członkiem rodziny, dramatyczna historia i ostatecznie przekazanie pieniędzy. Taki jest mechanizm działania oszustów.

- Dlatego apelujemy i przypominamy, szczególnie seniorom: policjanci i prokuratorzy nigdy nie proszą o przekazywanie pieniędzy. Jeśli spotka nas taka sytuacja, nie działajmy pochopnie, pod presją czasu.

Warto zadzwonić do kogoś bliskiego, by opowiedzieć o zdarzeniu. W przypadku jakichkolwiek podejrzeń, że nie jest to członek rodziny, czy prawdziwy funkcjonariusz tylko oszust, prosimy o jak najszybsze powiadomienie policji - mówi podkom. Sylwia Serafin.

FOT. PRZEMEK ŚWIDERSKI
Starsza pani oddała obcej kobiecie 30 tys. zł

REKLAMA 0011417747

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU
BURMISTRZ MIASTA CHOJNOWA OGŁASZA

pierwszy przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości niezabudowanej, położonej w obrębie 3 miasta Chojnowa, oznaczonej numerem geodezyjnym działki 48/15 o powierzchni 1156 m², dla której Sąd Rejonowy w Złotoryi prowadzi księgę wieczystą LE1Z/00013611/7 z przeznaczeniem pod zabudowę mieszkaniową jednorodzinną.
Cena wywoławcza nieruchomości gruntowej - **189 000,00 zł** (w tym VAT 23%).
Przetarg odbędzie się w dniu **21.11.2025 r. o godz. 12:00** w sali nr 11 Urzędu Miejskiego w Chojnowie.
Wadium w wysokości **37 800,00 zł** należy wpłacić na konto nr **13 8644 0000 0000 2121 2000 0130** Urząd Miejski w Chojnowie, pl. Zamkowy 1, **do dnia 18.11.2025 r.**
Dodatkowe informacje można uzyskać w pok. nr 12 tut. Urzędu lub telefonicznie - 76/506 54 56. Ogłoszenie o przetargu dostępne jest w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie: bip.chojnow.net.pl

REKLAMA 0011417903

BURMISTRZ MIASTA CHOJNOWA

Zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy podaje do publicznej wiadomości informację o wywieszeniu na tablicy ogłoszeń tut. Urzędu w dniach od 17.10.2025 r. do 7.11.2025 r. wykazu lokali mieszkalnych, będących własnością Gminy Miejskiej Chojnów, mieszczących się w budynkach położonych przy ul. Wolności 7, Rynek 3 w Chojnowie – Zarządzenie nr 160/2025.

Wykaz dostępny jest w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie: http://bip.chojnow.net.pl/

REKLAMA 0011416929

GMINA RUJA

Wójt Gminy Ruja informuje, iż w siedzibie Urzędu Gminy w dniu 21.10.2025 r. został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do użyczenia na okres 3 lat w granicach działek:
nr 178 o pow. 0,3307 ha - obręb Wągrodno,
nr 37/1 o pow. 0,0375 ha - obręb Tyniec Legnicki,
nr 303/9 o pow. 1,5100 ha - obręb Ruja.

REKLAMA 0011416931

GMINA RUJA

Wójt Gminy Ruja informuje, iż w dniu 21.10.2025 r. w siedzibie Urzędu Gminy Ruja zostało podane do publicznej wiadomości ogłoszenie o III przetargu nieograniczonym na sprzedaż nieruchomości położonych w granicach działek:
nr 12 obr. **Janowice** o pow. 0,3500 ha,
nr **112** obr. **Janowice** o pow. 0,0200 ha,
nr **27/17** obr. **Ruja** o pow. 0,0100 ha.

REKLAMA 0011417720

WÓJT GMINY KUNICE

podaje do podaje do publicznej wiadomości informację o wywieszeniu na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy w Kunicach w dniach od 21.10.2025 roku do 11.11.2025 roku wykazu nieruchomości przeznaczonej do dzierżawy w trybie bezprzetargowym **– działka numer 307/3 obręb Spalona, gmina Kunice** o powierzchni 0,1800 ha – Zarządzenie Nr 129/25 Wójta Gminy Kunice z dnia 16 października 2025 roku.

Wykaz dostępny jest na stronie internetowej urzędu: www.bip.kunice.pl

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

Do stawu wchodzą przed wschodem słońca. 14 chłopa po pas w wodzie. Tylko jeden płynie łódką. Szczęściarz, bo woda zimna. Chwytają sieci: 6 z jednej strony, 6 z drugiej – i ciągną je do łowiska przy brzegu. Za nimi dwaj pomocnicy i szczęściarz na łódce z tyłu. Odławiają karpie na święta

Robert Migdał

KARPIE Z MILICZA

Widok rybaków, którzy ciągną sieci w stawie - baśniowy. Całość wygląda jak obraz, który właśnie ktoś maluje na żywo. Słońce zaczyna wschodzić, woda, dookoła lasy. Cisza. No, prawie.

O brzasku słychać rytmiczne uderzanie: to rybak, który płynie na łodzi, wali drewnianą tyczką o jej dno. I raz, i dwa, i trzy...

W mojej głowie przeplatają się sceny jak z filmów: a to o galernikach, którzy dzierżą potężne wiosła i nadzorca nadaje rytm, w jakim mają płynąć. A to przed oczami mam robotników egipskich, którzy ciągną potężne bloki kamienne na budowę piramid, a pilnujący ich szef pokrzykuje, by pracowali ramię w ramię, jak jeden mąż.

- Ten rybak na łodzi, co tak wali tą tyczką, to nadaje rytm, w jakim rybacy ciągną sieć? Żeby robili to równo? - pytam.

Jeden z pracowników Stawów Milickich, który z brzegu razem ze mną obserwuje odławianie karpi, patrzy na mnie z zaskoczeniem (ba, nawet myślę, że z politowaniem), uśmiecha się i mówi: - Nie panie redaktorze, rybacy wiedzą, co i jak mają robić, w jakim tempie. Ten rybak na łodzi uderza tyczką, żeby... karpie przepłoszyć: żeby do przodu płynęły, w sieć, a nie gdzieś po bokach uciekały.

Trochę mi głupio. Nic nie mówię. Za dużo filmów się naoglądałem. Chyba lepiej pomilczeć i popatrzeć na spektakl, który rozgrywa się na wodzie (i w wodzie), na żywo.

Tak samo od dziesięcioleci – ciężka, ręczna robota

Odławianie karpi ze Stawów Milickich trwa od końca września aż do grudnia - głównie siłą ludzkich mięśni - taką samą metodą, jak robiono to przez dziesięciolecia. Ba, setki lat, bo stawy hodowlane w okolicach Milicza istnieją od XI wieku.

Rybacy ciągną sieci przez ponad godzinę. W wodzie, ubrani w gumowe spodnie, gumowe płaszcze (w różnych odcieniach zieleni). Na głowach kapelusze lub zwykłe czapki.

Praca wre nie tylko w wodzie - nad brzeg podjeżdżają traktory, na przyczepach których poustawiane są wielkie plastikowe baseny (do nich trafią karpie ze stawu). Potężnymi strażackimi wężami tłoczona jest do nich woda ze stawu - żeby karpie czuły się w nich jak w domu, czyli jak ryba w stawie.

Tuż obok stoi drewniany barak na kółkach. Z komina unosi się dym (ogrzewany jest kozą na drewno), a z barakowozu dochodzą cudne zapachy, jak z kuchni mojej mamy, tuż przed wigilijną kolacją.

Zaglądam do środka: stół, drewniane ławy i kuchenka na gaz. Przy niej krząta się Tomasz Berger, kierownik Zakładu Rybackiego w Potaszni, jednego z pięciu należącego do spółki Stawy Milickie, które zajmują się hodowlą karpi i innych ryb słodkowodnych. Są jeszcze zakłady: Stawno, Ruda Sułowska, Radziądz i Krośnice.

- Niech pan wchodzi, tu cieplej, pogadamy.

Na palnikach: niebieski garnek, w którym smaży cebulę (co chwilę ją podlewa wodą z baniaka), obok wielka patelnia, na której na gorącym oleju skwierczą kawałki karpia obtoczonego w mące i przyprawach. Zapach - boski. Aż ślinka cieknie. Ryba świeża - wiadomo - przed chwilą pływała w stawie obok.

- To już taka tradycja, że jak rybacy w wodzie, to kierownik śniadanie im przygotowuje. Ciepły posiłek. Zaraz będzie przerwa, to zjedzą świeżą rybę - tłumaczy pan Tomasz i przewraca karpia na patelni, który już z jednej strony podsmażył się na złoty kolor.

Mam jedyną okazję, żeby spróbować świeżego karpia w październiku. Zawsze go jem tylko w Wigilię i na Boże Narodzenie.

Korzystam, wiadomo - jestem łasuchem. Smak - niebo w gębie. Nawet moja mama takiego karpia nie przyrządza (mam nadzieję, że tego nie przeczyta).

Staw – gigant, a nie jest jedyny

Jesteśmy nad stawem „Jan" w miejscowości Joachimówka - to największy akwen w kompleksie Potaszni, należący do spółki Stawy Milickie. Żeby dojechać tutaj z Wrocławia, na odławianie karpi przed świtem, musieliśmy wstać z Pawłem, gazetowym fotoreporterem, o godz. 4 rano. Ale było warto. Dla samych widoków, dla niesamowitej atmosfery.

Staw „Jan" jest potężny - 112 hektarów powierzchni użytkowej. Ile rocznie można wyłowić z niego karpia?

- Moglibyśmy zarybić taki staw na sto procent, ale obecnie - ze względu na postępujący brak wody - zarybiamy na 50 procent. Dlatego odławiamy około 60-70 ton karpia z tak dużego stawu - tłumaczy Tomasz Berger. Sprawnie obtacza - przed smażeniem - kolejne kawałki karpia w mące, które lądują na patelni.

Stawy są sztuczne. W każdym z nich można regulować poziom wody. Gdy staw jest zarybiany - wpada do niego świeża woda z rzeki Polska Woda. Gdy przychodzi czas odłowu, żeby ułatwić rybakom pracę - podnoszone są zasuwy i część wody trafia do pobliskiej Baryczy. Poziom wody się obniża.

Ryba, zanim trafi do nas na świąteczny stół, przez trzy lata jest hodowana w stawach.

Karpie w „Janie" pływały około 10 miesięcy (staw był zarybiany wiosną - bo wcześniej był remont - a ryby są wyławiane jesienią). Wtedy ich waga jest idealna, żeby trafić w sieć: jedna sztuka ma od 1,5 do dwóch kilogramów. Po wyciągnięciu wszystkich „starych" ryb, kolejne młode ryby zostaną wpuszczone w ich miejsce lada chwila.

Odławianie tak wielkiego stawu trwa około czterech, pięciu dni. Od samego rana do popołudnia.

- Praca jest bardzo żmudna, ręczna. Rybacy wchodzą do stawu - niezależnie od pogody - czy pada, czy nie pada - i idą w głąb stawu, daleko. I sieciami ściągają całą rybę bliżej brzegu, do łowiska. Tuż przy brzegu ryby są zaciągane siecią na stół sortowniczy - opowiada Tomasz Berger, nie przerywając smażenia, i dodaje: - Bo w stawie jest nie tylko karp. Hodujemy też, przy okazji, inne ryby: jest amur, tołpyga, szczupak, sum, lin. No i ostatnio udało nam się wyhodować złotego, pospolitego karasia.

Po co inne ryby oprócz karpia? Też są przeznaczane na handel (amur, tołpyga i lin świetnie się sprzedają), ale powód jest jeszcze jeden: sum i szczupak - jako drapieżniki - pomagają w oczyszczaniu stawu z „niechcianej ryby", na przykład drobnych płoci czy karasia srebrzystego.

- 90 procent naszej hodowli to jest karp, pozostałe 10 procent - inne ryby - mówią pracownicy Stawów Milickich.

Kierownik Berger i jego ludzie mają pod swoją opieką około 40 stawów hodowlanych. Ale ich praca to nie tylko odławianie karpi, jak to październikowe, któremu się przyglądamy („To tylko finał trzyletniej, ciężkiej pracy" - mówią rybacy). Praca przy rybach to praca cały rok: bo żeby coś odłowić, trzeba najpierw wyhodować.

Wiosna - zarybianie stawów. Później - tarło, czyli rybie amory. Maj i czerwiec - wylęg karpia, czyli w pierwszym roku pojawiają się maleńkie rybki - narybek. W drugim roku - jest hodowany tzw. kroczek karpia (czyli małe, młode rybki - 250, 300 gramów). Gotowe do odłowu, duże ryby, są dopiero w trzecim roku.

Ryby co roku są przenoszone. Najpierw są w małym stawie, potem - w drugim roku - w średnim, a na koniec trafiają do dużego, jak „Jan", nad którym jesteśmy i z którego są odławiane na sprzedaż.

Rybacy zajmują się też karmieniem - trzy razy w tygodniu (w poniedziałki, środy i piątki), tylko kukurydzą i pszenicą. Wtorek i czwartek - to dni „pielęgnacyjne" - a to coś trzeba naprawić, podłatać, załatać. I trawę skosić, żeby swobodnie można było chodzić po grobli. Najbardziej intensywna jest jesień - bo wiadomo, odłowy, no i grudzień - wiadomo czas przed Bożym Narodzeniem.

- Każdy chce karpia na święta. Urwanie głowy - opowiadają rybacy.

Ze stawu do... stawu

Odłowiona ryba jest przewożona w specjalnych plastikowych basenach do magazynów.

- Ale to nie jest taki magazyn - hala, jak wielu sobie wyobraża - mówią rybacy.

- No ja właśnie tak sobie pomyślałem - że te ryby są przetrzymywane w tych plastikowych pudłach, pełnych wody, na półkach, w potężnej hali... Coś jak meble w kartonach w Ikei.

- No nie. Nasze magazyny dla ryb to po prostu kolejny staw: wykopany w ziemi. Mieści się w nim 10 do 20 ton ryb.

- Aaaa... Tak naturalnie, ekologicznie - stwierdzam.

- I z tego stawu zimą już wyławiamy ryby, które trafiają do sprzedaży. Gdyby były do świąt w normalnym stawie - a przyszedłby mróz - to byśmy nie mieli jak tego karpia wyciągnąć - mówią rybacy.

Są już na brzegu. Wszyscy wyszli z wody. Jeden po drugim siadają przy stole w drewnianym barakowozie. Zajadają się świeżo usmażoną rybą. W złocistej panierce.

Czy karp nie padnie z głodu?

Od września aż do grudnia karpi się nie karmi. Ryby oczyszczają wtedy swój układ pokarmowy, mięso staje się bardziej soczyste, smaczniejsze. - Ale co? Nic im się nie daje do jedzenia? Żyją tylko o wodzie? Nie padną z głodu? - dopytuję.

- Nic a nic - mówią rybacy. - Ale nie są głodne. Mają tłuszcz między mięśniami, tłuszcz w brzuszku, który pozwala im na spokojną wegetację, stagnację w okresie zimowym. Bo karpie zimą nie są jakieś bardzo aktywne, nie zużywają wiele energii.

- Leniwie sobie czekają i pozbywają się wtedy tego błotnistego, mulistego posmaku, z którym karp się kojarzy wielu z nas? - dopytuję.

- No właśnie dziwi mnie to pojęcie, że karp... „śmierdzi mułem", „śmierdzi błotem" - mówi jeden z rybaków. - Takie

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Rybacy ciągną sieci przez ponad godzinę. W wodzie, ubrani w gumowe spodnie i płaszcze

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Karpie odławiane są ze Stawów Milickich siłą ludzkich mięśni, tak samo jak dziesiątki, jak setki lat temu

gadanie to dla mnie zagadka. Jadł pan naszego karpia dziś na śniadanie?

- Jadłem.

- I co, śmierdział mułem?

- No nie...

- No widzi pan. Bo to wszystko zależy od tego, w jakim stawie karp żyje. Jeśli jest przetrzymywany w stawie pełnym szlamu, stawie, który nie był remontowany, to rzeczywiście może „śmierdzieć". Bo to ryba, która żeruje na dnie. A naszego milickiego pan próbował - prosto ze stawu wyłowiony, dziś rano. I co?

- No, nie czuć było błota...

- A widzi pan! Nie był jeszcze w magazynie, nie był płukany świeżą wodą. A smaczny!

Złodziejstwo się panoszy

Karp z okolic Milicza przez cały rok, co dwa tygodnie jest badany przez ichtiologów - czy zdrowy, czy dobrze przybiera na wadze - to takie odłowy kontrolne. Dodatkowo cały czas badana jest woda, w której żyją ryby - czy ma odpowiednie pH, czy jest dobrze natleniona („żeby przyduchy nie było, bo wszystkie ryby mogą się udusić wtedy").

Praca rybaków to też pilnowanie (są wspomagani przez Państwową Straż Rybacką i „panów stawowych" - opiekunów akwenów), żeby nikt im ryb nie kradł („kłusownictwo zdarza się na szczęście coraz rzadziej").

- Dodatkowo wspomaga nas technika - mamy na przykład poustawiane fotopułapki, które robią zdjęcia złodziejom. Mimo to złodziejstwo ma się dobrze. I to na potężną skalę!

- Do stawów wpuszczamy 100 procent wylęgu, a po trzech latach hodowli ryb mamy od 3 do 5 procent tego, co wpuściliśmy do stawu na samym początku - mówi Damian Żuber, menedżer do spraw marketingu Stawów Milickich.

- Dlaczego tak się dzieje? - dopytuję. - Skąd tak potężna strata?

- Ptaki, głównie kormorany, wyjadają nam ryby ze stawów.

- Nie można ich przepłoszyć?

- Stosujemy różne armatki hukowe, ale ptaki się już do nich... przyzwyczaiły. Poza tym, gdy tylko widzą nasze auta podjeżdżające w okolice stawu, to odlatują. Rozpoznają nas. Robimy też odstrzały kormorana - ale jest ich tak dużo, że prawie na nic się to zdaje. Mają u nas darmową stołówkę, wszystko podane jak na talerzu, więc nie dziwię się, że tłumnie się zlatują. Jak do bufetu...

- Ale pewnie jakieś odszkodowanie od państwa dostajecie za straty?

- No właśnie, że nie. Nie jest to prawnie uregulowane, żeby za straty spowodowane hodowcom ryb przez ptaki było przyznawane odszkodowanie. W prawie jest, że jak szkodę zrobi zwierzyna łowna - na przykład dziki czy jelenie - to za straty państwo płaci odszkodowanie. Za straty, które wyrządzą ptaki - już nie - mówi Damian Żuber.

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Po wyłowieniu ze stawów ryby są segregowane. Karpie są oddzielane od innych gatunków ryb, które rybacy wyciągnęli w sieci z wody

Natura zachwyca i przyciąga

Kuchnia na kółkach opustoszała, gary pomyte. Rybacy zbierają się do wyciągania ryb z wody i do sortowania.

- Co jest najtrudniejsze w pracy rybaka? - dopytuję.

- Warunki pogodowe - mówi kierownik zakładu.

- Robotę trzeba zrobić, dzień w dzień i nie jest ważne, czy żar się z nieba leje, czy deszcz. Ale ja nie narzekam - dodaje i kontynuuje: - Bo, proszę pana, ja pracuję „w naturze". Codziennie, będąc w pracy, mogę podziwiać przez wiele godzin całe to piękno dookoła: stawy, lasy, zwierzynę. Inni ludzie mają to tylko w weekendy, kiedy przyjadą do nas „w odwiedziny". I powiem panu - wcale mi to się jeszcze nie znudziło.

– NO WŁAŚNIE DZIWI MNIE TO POJĘCIE, ŻE KARP... „ŚMIERDZI MUŁEM". NASZ PROSTO ZE STAWU WYŁOWIONY, NIE BYŁ PŁUKANY ŚWIEŻĄ WODĄ. A SMACZNY!

- Ile lat pan w tej naturze pracuje, przy rybach, w Stawach Milickich?

- Będzie 14 - mówi Tomasz Berger. - Ale to u nas rodzinne. Brat też w firmie pracuje, no i nasz tata pracował. My się wychowaliśmy w takich warunkach, w tym klimacie. Mnie po prostu - z pokolenia na pokolenie - ta natura zachwyca.

Jest już po południu, deszcz pada coraz mocniej. Rybacy uwijają się jak w ukropie. Jeden obok drugiego stoją na brzegu, sortują ryby wyciągane z wody. Robota aż pali im się w rękach. Ryby ze stawu trafiają na traktory, z nich do magazynu. A tam - będą czekać do grudnia. Żeby trafić do sklepów, z nich do naszych kuchni, a potem na świąteczny stół.

SPÓŁKA STAWY MILICKIE W REZERWACIE PRZYRODY

Spółka Stawy Milickie zarządza około 6,5 tys. ha stawów. To około 300 zbiorników pełnych różnych ryb.

- Ale i tak powierzchnia stawów nie jest największa, jaka była w historii, bo na przełomie XVII i XVIII wieku to było nawet 13 tysięcy hektarów, więc dwa razy więcej niż obecnie - mówi Damian Żuber, menedżer do spraw marketingu Stawów Milickich. Żeby na nasz świąteczny stół trafił karp, pracuje około stu osób: rybacy, ichtiolodzy, magazynierzy i wiele innych osób związanych typowo z gospodarką rybacką. A hodowla ryb wcale do łatwych nie należy. – Bo taki kurczak, na przykład, trzymany jest w budynku, karmiony i po 6 tygodniach ptaka można zarżnąć i sprzedać mięso. A ryby? Ich hodowla trwa latami – jest i pracochłonna, i czasochłonna – dodaje Damian Żuber. Hodowla karpia w okolicach Milicza na północy Dolnego Śląska nad rzeką Barycz jest bardzo eko. Większość stawów (4/5 wszystkich akwenów należących do spółki Stawy Milickie) znajduje się na terenie rezerwatu przyrody. A rezerwat to spore obostrzenia. Np. jeśli chodzi o używanie antybiotyków.

– Nasze karpie są karmione naturalnie. Nie dajemy im żadnych pasz białkowych, antybiotyków, dopalaczy, lekarstw, żeby ryba szybciej rosła. Nie możemy i nie chcemy. Nasz karp jest hodowany tradycyjnie, w naturalnych warunkach, jak przed wiekami. Bo przecież ryby hodowane są w naszej okolicy od ponad 800 lat! Śmiało więc mogę powiedzieć, że karp z okolic Milicza jest najzdrowszą rybą w Polsce – stwierdza Damian Żuber.

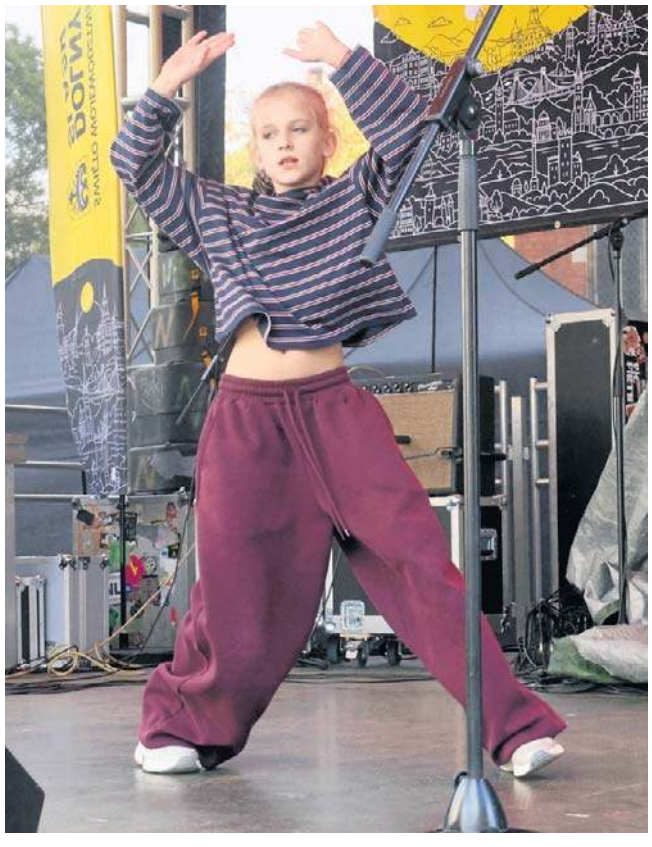
PS. Udało nam się ustalić, jaka będzie cena karpia w tym roku na święta. W sprzedaży detalicznej karp ze Stawów Milickich powinien kosztować – przed Wigilią – w okolicach 25 złotych za kilogram.

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

LEGNICA W WEEKEND OBCHODZILIŚMY XV ŚWIĘTO WOJEWÓDZTWA DOLNOŚLĄSKIEGO I 80-LECIE POWOJENNEGO D

Dolnoślązacy świętowali u nas. Medale, mu

Na sesji sejmiku tytuł Honorowego Obywatela Województwa Dolnośląskiego otrzymali b. dyrektor Teatru Modrzejewskiej Jacek Głomb i pisarz Stanisław Srokowski



W sobotę na Rynku wystąpiły zespoły taneczne i wokaliści z Młodzieżowego Domu Kultury w Legnicy

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

OLNEGO ŚLĄSKA

uzyka, zabawa

Podczas uroczystości otwarcia święta Zespół Pieśni i Tańca „Legnica" zaprosił do poloneza na płycie Rynku

Poloneza z „Legnicą" zatańczyli m.in. marszałek dolnośląski Paweł Gancarz i prezydent miasta Maciej Kupaj

ZDJĘCIA PIOTR KRZYŻANOWSKI

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

W koncercie pt. „Jan Paweł II. Prorok Nadziei" wystąpił Państwowy Zespół Ludowy Pieśni i Tańca „Mazowsze". Koncert rozpoczęła pieśń„Gaude Mater Polonia" (Ciesz się Matko Polsko)

ZDJĘCIA PIOTR KRZYŻANOWSKI

Przed kościołem zaparkował pojazd, którym Jan Paweł II poruszał się podczas pierwszej pielgrzymki do Polski

LEGNICA PARAFIA PODWYŻSZENIA KRZYŻA ŚWIĘTEGO GOŚCIŁA ARTYSTÓW

„Mazowsze" koncertowało w kościele na Piekarach

Na niedzielny koncert, na który zaprosił proboszcz ks. Roman Raczak, przybyło około 900 legniczan

Zespół „Mazowsze" działa od wielu lat, ma swoją siedzibę w podwarszawskim Karolinie

Wysłuchaliśmy pieśni religijnych i patriotycznych. Dochód z cegiełek trafi na pomoc Polakom na Wschodzie

Gościnnie wystąpiła też pochodząca z Legnicy śpiewaczka operowa sopranistka Adriana Ferfecka

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

10 NAJPOPULARNIEJSZYCH STACJI

TELE PANORAMA

Program telewizyjny

THRILLER PIĄTEK POLSAT 22:00

Stillwater

Nagrodzony Oscarem reżyser Tom McCarthy („Spotlight") zrealizował mocny i poruszający thriller ze zdobywcą Oscara Mattem Damonem i nominowaną do tej nagrody Abigail Breslin w rolach głównych. Aby naprawić swoje błędy z przeszłości, bezrobotny Amerykanin Bill Baker (Damon) – były pracownik platformy wiertniczej z Oklahomy – regularnie lata do Marsylii, gdzie odwiedza w więzieniu swoją córkę Allison (Breslin), która została skazana za zbrodnię, której – jak twierdzi – nie popełniła. Podczas jednej z takich wizyt Allison ujawnia ojcu nowy trop, który może ją oczyścić z zarzutu morderstwa. Ale okazuje się, że reprezentująca ją przed sądem prawniczka nie jest zainteresowana tymi rewelacjami i nie ma szansy na ponowne otwarcie śledztwa. Pomimo bariery językowej, różnic międzykulturowych i złożoności systemu prawnego we Francji, Baker postanawia wziąć sprawy w swoje ręce, żeby dowieść niewinności swojej córki. Pomagają mu poznane przypadkowo francuska aktorka Virginie (Camille Cottin) i jej ośmioletnia córka Maya (Lilou Siauvaud).
Reżyser Tom McCarthy zainspirował się głośną historią Amandy Knox, amerykańskiej studentki we Włoszech oskarżonej i skazanej za zamordowanie współlokatorki, a następnie uniewinnionej.

KOMEDIA NIEDZIELA TVN 21:25

Klątwa

„Klątwa" w reżyserii Tomasza Koneckiego (współtwórcy kultowych komedii, takich jak „Pół serio", „Ciało" „Lejdis", i „Testosteron") to mrocznie komediowa opowieść o rodzinie, nieszczęściu i nieoczekiwanym odkupieniu.
Siostry Nastka (Vanessa Aleksander) i Monia (Agnieszka Więdłocha) są jak ogień i woda – jedna jest pragmatyczną perfekcjonistką, druga żyje chwilą i wierzy, że los pisze własne scenariusze. Próbują żyć własnym życiem, ale gdy tylko coś idzie po ich myśli, nagle wydarza się najbardziej niespodziewana rzecz, która rujnuje wszystkie wcześniejsze plany. Zmęczone kolejnymi przeciwnościami udają się w bezpieczne miejsce – do domu rodzinnego. Podczas wieczornej degustacji babcinych nalewek dziewczyny poznają rodzinny sekret – to nie zwykły pech je prześladuje – są obciążone klątwą nałożoną na ich rodzinę wiele lat wcześniej przez samego papieża...
Obok Agnieszki Więdłochy i Vanessy Aleksander w produkcji wystąpiły również Danuta Stenka, Anna Nehrebecka oraz Iwona Bielska.

DRAMAT PONIEDZIAŁEK TVP KULTURA 20:00

Człowiek, który sprzedał swoją skórę

Tunezyjska produkcja nominowana do Oscara w kategorii „Najlepszy film międzynarodowy".
Syria, w kraju trwa wojna domowa. Sam Ali (Yahya Mahayni) przedostaje się z Raqqa do Libanu. Jego celem jest Francja, gdzie w Paryżu mieszka już jego ukochana Abeer (Dea Liane). Rodzina dziewczyny zmusza ją do poślubienia bogatszego mężczyzny i przeniesienia się z nim do Brukseli. W desperackiej pogoni za pieniędzmi oraz dokumentami potrzebnymi do podróży do Europy, by ją uratować, Sam zgadza się, by Jeffrey Godefroi (Koen De Bouw), jeden z najbardziej kontrowersyjnych artystów na Zachodzie, wytatuował mu na plecach wizę Schengen. W ten sposób ciało mężczyzny staje się żywym dziełem sztuki i zostaje wystawione w muzeum. Czy zamiana w cenne dzieło sztuki przyniesie Samowi upragnioną swobodę i wolność? Gdzie przebiega granica między wolnością artysty i autonomią drugiego człowieka?

KOMEDIA NIEDZIELA TV PULS 20:00

Freelance

Mason Pettis, były agent sił specjalnych podejmuje się niebezpiecznego zlecenia. Ma zapewnić ochronę dziennikarce Claire Wellington podczas jej wyjazdu na wywiad z ekscentrycznym dyktatorem Venegasem. W trakcie rozmowy z prezydentem wybucha wojskowy zamach stanu, a cała trójka ląduje w dżungli zdana sama na siebie. Ich jedyną misją jest przeżyć...

SPEKTAKL NIEDZIELA TVP 1 14:00

Niezwykła historia Sebastiana Van Pirka

Jak być wampirem bezkłów? Straszyć czy śmieszyć? Rodzina chce potwora z powieści grozy, ale Sebastian ma swój pomysł na siebie. Pełna humoru i ciepła opowieść o samoakceptacji, odwadze bycia innym i szukaniu własnego miejsca w świecie pełnym oczekiwań.

WTOREK 21 Października

TVP 1 (DVB-T)

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Kościół z bliska **8.00** Serwis Info **8.20** Zaraz wracam (26) **9.00** Ranczo (119) **10.00** Komisarz Alex (5) **11.00** Ojciec Mateusz (391) **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes, Agropogoda **12.40** Magazyn rolniczy **12.55** Rajska wyspa – Borneo – film dokumentalny **14.00** Wichrowe wzgórze (280)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.15 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (723) – serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.30 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4579)
18.50 XIX Międzynarodowy Konkurs Pianistyczny im. Fryderyka Chopina: Koncert laureatów
19.30 19.30
20.00 XIX Międzynarodowy Konkurs Pianistyczny im. Fryderyka Chopina: Koncert laureatów
23.00 Zmowa pierwszych żon ★★★ – komedia USA 1996 Reż. Hugh Wilson, wyk. Goldie Hawn, Diane Keaton, Bette Midler
Zabawny film o trzech przyjaciółkach w średnim wieku. Brenda, Elise i Annie mszczą się na swych mężach, którzy szukali szczęścia w ramionach młodych kochanek...
0.45 Wykrywacz kłamstw – magazyn
1.15 Fucking Bornholm – dramat ★★★ obyczaj. Polska 2022

TVP 2 (DVB-T)

5.30 M jak miłość (1617) **6.20** Wątki **6.55** Barwy szczęścia (3238) – serial obyczaj. Polska **7.30** Pytanie na śniadanie – magazyn **11.45** Rosół polski – magazyn **12.25** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Miłość i nadzieja (308) – serial obyczaj. Turcja 2022 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (766) – serial obyczaj. Polska 2025

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (254) – telenowela
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Miłość i nadzieja (309) Acelya demaskuje podwójną grę Leventa i donosi na Silę, która musi się ukrywać. Taylan miesza w głowie Gonul. Yildiz odkrywa, kto chciał zabić Acelyę.
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.20 Barwy szczęścia (3238) – serial Polska
19.50 Domowe patenty
20.00 Barwy szczęścia (3239) – serial Polska
20.30 Na sygnale (768) – serial obyczaj. Polska
20.55 (L) Piłka nożna: Liga Mistrzów UEFA: 3. kolejka fazy ligowej: Arsenal FC – Atlético Madryt
23.10 Trójkąt bermudzki – film ★★★ sensacyjny Polska 1987 Reż. Wojciech Wójcik, wyk. Marian Kociniak, Jan Peszek, Leonard Pietraszak
0.55 Elsa i Fred – komedia romant. Kan./Mek./USA 2014 ★★★

Polsat (DVB-T)

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień z Polsat News **8.30** Malanowski i Partnerzy – serial fabularno-dokumentalny **9.30** Trudne sprawy – serial fabularno-dokumentalny **11.35** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny **14.40** Dlaczego ja? (1488) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025

15.50 Wydarzenia
16.15 Pogoda
16.20 Interwencja – magazyn
16.30 Na ratunek 112 (1088)
17.00 Gliniarze (1124) Policjant z działu antynarkotykowego zostaje porwany, a jego kolega, który mógł być powiązany ze sprawą, zostaje znaleziony martwy. W tym samym czasie żona Krystiana ma poważne kłopoty w pracy.
18.00 Pierwsza miłość (4077) – serial Polska
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń"
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.30 Ninja vs Ninja – show
22.30 Niepowstrzymany – film ★★★ sensacyjny USA 2010 Reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, Chris Pine, Rosario Dawson
Przez Amerykę pędzi pociąg towarowy bez maszynisty, ale za to wypełniony ropą i toksycznymi substancjami. Znakomity thriller oparty na autentycznych wydarzeniach.
0.50 Kolekcjoner kości – thriller ★★★ USA/Kanada 1999
3.25 Nasz nowy dom

TVN (DVB-T)

5.20 Jak to jest zrobione? **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda **6.50** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Włoszczyzna", Łódź **7.45** Dzień Dobry TVN **11.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Hacjenda", Słupia – reality show **13.55** The Floor – teleturniej **14.35** Ukryta prawda (1492, 1725) – serial fabularno-dokumentalny Polska

16.50 Szpital św. Anny (63) Tomek Jaworski wciąż nieprzytomny leży w szpitalu, przy nim czuwają na zmianę Krystyna oraz Marta. Obie czekają z nadzieją, że wkrótce się wybudzi. Paweł planuje wieczór z Zytą. W szpitalu rozniosła się już plotka o romansie Darii z dyrektorem Wrońskim.
17.55 Detektywi (243) Maciej Dębosz znajduje na torach związaną kobietę. Poszkodowana nie wie, kto ją zaatakował ani jak znalazła się w tym miejscu. Jej córka wraz z partnerem zwracają się o pomoc do detektywów.
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej (4102) – serial Polska
20.55 The Floor – teleturniej
21.35 Ślub od pierwszego wejrzenia – real tv
22.40 Kuba Wojewódzki – talk show
23.45 Superwizjer – magazyn
0.25 To nie tak, jak myślisz, kotku! – komedia Polska 2008 ★★★
2.40 Szpital św. Anny (32)

TVN 7 (DVB-T)

6.25 Szkoła **8.20** Ukryta prawda **11.25** W-11 Wydział Śledczy **12.55** Detektywi **14.55** Szpital św. Anny (37) **15.55** Sąd rodzinny **16.55** Sekrety życia **17.55** Zagadki losu – serial fabularno-dokumentalny **19.00** Ukryta prawda – serial fabularno-dokumentalny **20.00** Hotel Paradise – real tv **21.05** ★★★ Bez śladu – dramat W. Bryt. 2018, reż. Kristoffer Nyholm, wyk. Peter Mullan, Gerard Butler **23.20** Anatomia piękna **0.20** ★★★ Annabelle: Narodziny zła – horror USA 2017 **2.35** Hotel Paradise **3.30** Osadzone. Blok F

TVP Kultura (DVB-T)

9.00 Przeprowadzki (1) – serial obyczaj. Polska 2000 **10.05** ★★★ Niespotykanie spokojny człowiek – kom. Polska 1975 **11.15** ★★★ Wieczór u Abdona – dr. Polska 1976 **12.10** Gintrowski – film dok. **13.10** Duch opery **15.00** ★★★ Dama kameliowa – melodr. Polska 1994 **17.00** Przeprowadzki (2) **18.10** Misja Osaka **18.50** XIX Międzynarodowy Konkurs Pianistyczny im. Fryderyka Chopina: Koncert laureatów **23.05** ★★★★ Avanti! – kom. USA/Wł. 1972 **1.35** Teatr TV: Feblik – spektakl Polska 2024

TVP Sport (DVB-T)

9.30 Magazyn Betclic 1. Ligi **10.05** Polska Liga Żeglarska: Finał Lig Reg. **10.30** Motorowodna F1H2O: Grand Prix Chin w Zhengzhou **11.10** Piłka nożna: KGHM Zagłębie Lubin – Legia Warszawa **13.20** Gol **14.45** Futsal: Mecz towarzyski mężczyzn: Polska – Serbia **16.45** Futbol totalny **17.50** (L) Futsal: Mecz towarzyski mężczyzn: Polska – Holandia **20.05** Studio **20.55** (L) Piłka nożna: Arsenal FC – Atlético Madryt **23.00** Studio **23.30** Sportowy wieczór **0.00** Boks: Naoya Inoue – Ramon Cardenas

TV 4 (DVB-T)

7.55 Bogaty dom – biedny dom **8.55** Policjantki i policjanci (152, 153) **10.55** Na ratunek 112 **11.55** Trudne sprawy **14.55** Ktoś tu kłamie? **16.55** Policjantki i policjanci (1341) **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19.00** Policjantki i policjanci (1342) **20.00** Uroczysko (186) – serial krym. Polska **20.30** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (965) – serial krym. Polska **21.30** Sprawiedliwi. Trójmiasto (82) – serial krym. Polska **22.40** ★★★ Osadzony – film sens. USA 1989, reż. John Flynn, wyk. Sylvester Stallone **0.55** Love Island. Wyspa miłości **1.55** Hardkorowy lombard

TV Trwam (DVB-T)

11.00 Mocni w wierze **11.40** Ma się rozumieć **12.20** Cmentarz przy Lipowej **13.00** Bogu się podobać **13.30** Msza święta **14.30** Pierwszy zmysł **15.00** Ze Swojczan do wolności **16.10** Jestem mamą **16.40** Zdrowie z Bożej apteki **17.00** Wierzę w Boga **17.30** Burza w okręgu krakowskim **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** To nic takiego **23.15** Wyzwolenie

TV Puls (DVB-T)

6.00 Policjanci z Miami (14, 15) **8.00** Kobra – oddział specjalny (18) **9.00** Unforgettable: Zapisane w pamięci (13) **10.00** Zbuntowany anioł (139, 140) **11.55** Wspaniałe stulecie (12, 13) **13.50** Lombard. Życie pod zastaw (612, 613) – serial obyczaj. **15.50** Ranczo (130, 1) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (929, 930) **20.00** ★ Najemnik – film sens. USA/Aruba/RPA 2006 **22.00** ★★ Kodeks sprawiedliwego – film sens. USA 2016 **0.05** ★★ Triumf sprawiedliwości – thriller USA 2016

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie (L) na żywo

(DVB-T) stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

ŚRODA 22 Października

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Rodzina (nie od) święta **8.00** Serwis Info **8.20** Okrasa łamie przepisy **9.00** Ranczo (120) **10.00** Komisarz Alex (6) **10.55** Ojciec Mateusz (392) **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes, Agropogoda **12.40** Rok w ogrodzie extra **12.50** Królestwo mrówek **14.00** Wichrowe wzgórze (281) – serial obyczaj.

15.00 Serwis Info – magazyn
15.15 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (724) – serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.30 Jaka to melodia?
18.10 Klan (4580)
18.45 Akacjowa 38 (730) – serial obyczaj. Hiszpania
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Zaraz wracam (27) – serial obyczaj. Polska
21.10 Tak to się robi w Marsylii (3) – serial krym. Francja Chevalier bierze wolne z okazji odwiedzin dzieci i wyprawia się z nimi na plażę. Tam jest świadkiem znalezienia zwłok nurka, więc musi wrócić do pracy.
22.10 Sekielski wieczorową porą – magazyn
23.15 Ikar. Legenda Mietka Kosza ★★★ – film biograf. Polska 2019 Reż. Maciej Pieprzyca, wyk. Dawid Ogrodnik, Cyprian Grabowski, Jowita Budnik
1.20 Wykrywacz kłamstw
1.45 Boisko bezdomnych ★★★★ – film Polska 2008

TVP 2

5.15 Przepis dnia **5.30** M jak miłość (1618) **6.20** Pożyteczni.pl **6.55** Barwy szczęścia (3239) **7.30** Pytanie na śniadanie**11.45** Gwiazdorska kuchnia Ani – magazyn **12.25** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Miłość i nadzieja (309) – serial obyczaj. Turcja **14.05** Va banque – teleturniej **14.30** Na sygnale (767) – serial obyczaj. Polska

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (255) – telenowela
15.50 Domowe patenty
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Miłość i nadzieja (310) Yildiz pokazuje Sili film obciążający Bahar. Gonul odkrywa, że Ceylan ukrywa swoje prawdziwe imię. Domownicy znajdują kryjówkę Sili. Ege odkrywa, że Zeynep robi test ciążowy.
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3239, 3240) – serial Polska
20.40 Przepis dnia – magazyn
20.55 Na dobre i na złe (966) – serial Polska
21.55 Na sygnale (769, 770) – serial obyczaj. Polska
22.55 Peaky Blinders (14) Tommy jedzie do Londynu, by spotkać się z ekscentrycznym księciem Leonem. Przekonuje się, do czego są zdolni jego nowi pracodawcy, by odzyskać władzę.
0.10 Książę i ja III: Królewski miesiąc miodowy – komedia rom. USA 2008 ★★

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień z Polsat News **8.30** Malanowski i Partnerzy – serial fabularno-dokumentalny **9.30** Trudne sprawy – serial fabularno-dokumentalny **11.30** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny **14.40** Dlaczego ja? (1489) – serial fabularno-dokumentalny Polska

15.50 Wydarzenia
16.15 Pogoda
16.20 Interwencja – magazyn
16.30 Na ratunek 112 (1089)
17.00 Gliniarze (1125) Detektywi badają sprawę zabójstwa tatuażysty. Odkrywają jego kryminalną przeszłość i powiązania z córką gangstera.
18.00 Pierwsza miłość (4078) – serial Polska
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.30 Kabaret K2. Jedziemy po bandzie – program rozrywkowy
22.00 Poranek kojota – komedia Polska 2001 ★★★ Reż. Olaf Lubaszenko, wyk. Maciej Stuhr, Karolina Rosińska, Tadeusz Huk Młody, niespełniony twórca komiksów, zakochuje się w piosenkarce. Tym samym jednak naraża się byłemu narzeczonemu dziewczyny, ojczymowi a nawet „krwiożerczej” mafii...
0.05 Cynicy i praktycy – komedia USA 2020 ★★★
2.25 Nasz nowy dom

TVN

5.05 Kto was tak urządził? **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda **6.50** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Czarny bawół”, Stare Czarnowo **7.45** Dzień Dobry TVN **11.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Taste”, Świnoujście – reality show **13.55** The Floor – teleturniej **14.35** Ukryta prawda (1493, 1726) – serial fabularno-dokumentalny

16.50 Szpital św. Anny (64) Bartek wyprowadza się od Darii po tym, jak Wroński powiedział mu o ciąży. Kaja ma spotkanie w sprawie kardiologicznego biustonosza dla kobiet, denerwuje się czekającą ją prezentacją.
17.55 Detektywi (244) Detektywi szukają 16-letniej Gabrysi, która zniknęła po nocnej imprezie. Ustalają, że dziewczyna sprzedawała w sieci zdjęcia stóp, a jeden z klientów jej groził.
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.10 Doradca smaku: Queijadas – mleczne babeczki portugalskie
20.15 Na Wspólnej (4103) – serial Polska
20.55 The Floor – teleturniej
21.35 Top Model – reality show
23.15 Zaginione miasto – komedia sensacyjna USA 2022 ★★★ Reż. Adam Nee, Aaron Nee, wyk. Sandra Bullock, Channing Tatum, Daniel Radcliffe
1.30 Kobieta-kot – film sensacyjny USA 2004 ★★★
3.40 Szpital św. Anny (33)

TVN 7

6.25 Szkoła **8.20** Ukryta prawda **11.25** W-11 Wydział Śledczy **12.55** Detektywi **14.55** Szpital św. Anny (38) **15.55** Sąd rodzinny **16.55** Sekrety życia **17.55** Zagadki losu **19.00** Ukryta prawda – serial fab.-dok. **20.00** Hotel Paradise – real tv **21.05** ★★★ Reminiscencja – thriller USA 2021, reż. Lisa Joy, wyk. Hugh Jackman, Rebecca Ferguson, Thandiwe Newton **23.35** ★★★★ Rocketman – film biograf. W. Bryt./USA/Kan. 2019, reż. Dexter Fletcher, wyk. Taron Egerton, Jamie Bell **2.05** Hotel Paradise **2.55** Wrota piekieł

TV 4

7.55 Bogaty dom – biedny dom **8.55** Policjantki i policjanci (154, 155) **10.55** Na ratunek 112 **11.55** Trudne sprawy **14.55** Ktoś tu kłamie? **16.55** Policjantki i policjanci (1342) **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19.00** Policjantki i policjanci (1343) **20.00** Uroczysko (187) – serial krym. Polska **20.30** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (966) – serial krym. Polska **21.30** Sprawiedliwi. Trójmiasto (83) – serial krym. Polska **22.40** ★★★★ Helikopter w ogniu – dramat USA/W. Bryt. 2001 **1.40** Interwencja

TVP Kultura

9.00 Przeprowadzki (2) **10.10** ★★★ Dama kameliowa – melodr. Polska 1994 **12.10** Urszula Dudziak: Życie jest piękne **13.05** ★★ Mały Sprytek – komedia Fr./Belg. 2017 **14.40** ★★★★ Papusza – film biograf. Polska 2013 **17.05** Przeprowadzki (3) **18.10** Którędy po sztukę **18.30** Informacje kulturalne **18.50** Reżyserzy **19.45** Niepojęte **20.00** ★★★★ Filip – dramat Polska 2022, reż. Michał Kwieciński, wyk. Eryk Kulm **22.15** Profesor T. (13) **23.20** Studio Kultura – niedziela z...

TV Trwam

9.30 Sanktuaria polskie **10.00** Audiencja Ojca Świętego **11.10** Mateczniki polskości **11.25** Jestem mamą **12.00** Odpust ku czci św. Jana Pawła II **14.00** Kto ratuje jedno życie **15.00** Niebieskooki Anioł **16.10** Na zdrowie **16.30** Polonia **17.00** Po stronie prawdy **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Opowieści biblijne – historie animowane z Nowego Testamentu **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Przetrwaliśmy **22.30** Ojcu Świętemu się nie odmawia...

TVP Sport

8.15 Pełnosprawni **8.50** Kolarstwo szosowe: ME w Ardèche i Drôme **12.15** Pływanie: PGE GP Puchar Polski **13.50** Motorowodna F1H2O: GP Chin w Szanghaju **14.30** Biatlon letni: Letni Loop One Festival w Monachium **16.10** Piłka nożna: Arsenal FC – Atlético Madryt **18.20** (L) Koszykówka: Academics Heidelberg – Legia Warszawa **20.35** (L) Koszykówka: Anwil Włocławek – PAOK **22.45** Sportowy wieczór **23.10** Magazyn skrótów Ligi Mistrzów UEFA**1.00** Boks: Jean Pascal – Michał Cieślak

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (15, 16) **8.00** Kobra – oddział specjalny (1) **9.00** Unforgettable: Zapisane w pamięci (14) **10.00** Zbuntowany anioł (141, 142) **11.55** Wspaniałe stulecie (13, 14) **13.50** Lombard. Życie pod zastaw (614, 615) **15.50** Ranczo (1, 2) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (930, 931) – serial obyczaj. Polska **20.00** ★★★ Płonąca pułapka – dramat USA 2004 **22.15** ★★★ Burza – film akcji USA 2015 **0.10** ★★★ Fałszerz – thriller USA 2014 **2.10** Dzielnica strachu (409)

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie (L) na żywo

DVB-T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

CZWARTEK 23 Października

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Pełnia wiary **8.00** Serwis Info **8.25** Zaraz wracam (27) **9.05** Ranczo (121) **10.05** Komisarz Alex (7) **11.00** Ojciec Mateusz (393) **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes, Agropogoda **12.40** Magazyn rolniczy **12.55** Niezwykłe siedliska zwierząt – serial dok. **14.00** Wichrowe wzgórze (282) – serial obyczaj.

15.00 Serwis Info – magazyn
15.15 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej
16.05 Dziedzictwo (725) – serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.30 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
18.10 Klan (4581)
18.45 Akacjowa 38 (731) – serial obyczaj. Hiszpania
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Zaraz wracam (28) – serial obyczaj. Polska
21.10 Ojciec Mateusz (432) – serial krym. Polska
22.10 Sprawa dla reportera – cykl reportaży
23.10 Pułapki mediów społecznościowych – film dokumentalny Francja 2025
0.15 Wykrywacz kłamstw – magazyn
0.40 Profilerka Jastrë (7) – serial krym. Polska
1.40 Tak to się robi w Marsylii (3) – serial krym. Francja
2.45 Zmowa pierwszych żon – komedia USA 1996 ★★★
4.25 Sprawa dla reportera

TVP 2

5.30 M jak miłość (1619) **6.20** Operacja zdrowie – magazyn **6.50** Barwy szczęścia (3240) **7.30** Pytanie na śniadanie – magazyn **11.45** Podróż po jeden uśmiech – serial dok. Polska 2025 **12.25** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Miłość i nadzieja (310) – serial obyczaj. Turcja **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (768) – serial obyczaj. Polska

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (256) – telenowela
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Miłość i nadzieja (311) Ege podejrzewa, że Zeynep zaszła w ciążę z Chanem. Taylan namawia Gonul, by przyjrzeć się Cihanowi i Sedzie. Kuzey domyśla się, że Sila poświęca się dla Bahar. Acelya już wie, że Levent chciał ją uśmiercić.
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3240) – serial Polska
19.55 Domowe patenty
20.05 Barwy szczęścia (3241) – serial Polska
20.45 Ku'damm 59 (2) – serial obyczaj. Niemcy
21.50 Morderstwa w Chartres – film kryminalny Francja 2025 ★★★ Reż. Sandrine Cohen, wyk. Gil Alma, Alexia Barlier, Pasquale d'Inca
23.30 Rodzinka.pl (298) – serial kom. Polska
0.10 Dron – thriller Kanada 2017 ★★

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień z Polsat News **8.30** Malanowski i Partnerzy – serial fabularno-dokumentalny **9.30** Trudne sprawy – serial fabularno-dokumentalny **11.30** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny **14.40** Dlaczego ja? (1490) – serial fabularno-dokumentalny Polska

15.50 Wydarzenia
16.20 Interwencja – magazyn
16.30 Na ratunek 112 (1090)
17.00 Gliniarze (1126) Podczas imprezy umiera chłopak, który zażył zanieczyszczony narkotyk. Śledczy badają, czy ze sprawą ma związek jego kolega, czy też mężczyzna, który obserwuje dziewczynę zmarłego.
18.00 Pierwsza miłość (4079) – serial Polska
18.50 Wydarzenia
19.20 Gość „Wydarzeń”
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.30 Nasz nowy dom W tym odcinku będziemy śledzić remont domu Martyny i Huberta – rodzeństwa, które dorastało w cieniu uzależnienia rodziców. Odziedziczonym dom jest nieprzystosowany dla rodziny.
21.40 Przyjaciółki (309)
22.55 Bejbis – komedia Polska/Włochy 2022 ★★★ Reż. Andrzej Saramonowicz, wyk. Grzegorz Małecki, Marta Żmuda-Trzebiatowska
1.25 Sick – horror USA 2022 ★★★ Reż. John Hyams

TVN

5.40 Uwaga! **5.55** Ukryta prawda – serial fabularno-dokumentalny **6.50** Kuchenne rewolucje: Restauracja „James Bomba-lina”, Białystok **7.45** Dzień Dobry TVN **11.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Dzika róża”, Rybnik – reality show **13.55** The Floor – teleturniej **14.35** Ukryta prawda (1494, 1727) – serial fabularno-dokumentalny

16.50 Szpital św. Anny (65) – serial obyczaj. Polska
17.55 Detektywi (245) – serial fabularno-dokumentalny
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej (4104) – serial Polska
20.55 The Floor – teleturniej
21.35 Kuchenne rewolucje Wśród zabytkowych budynków, blisko rynku w Myśliborzu, swoją restaurację prowadzi Basia wraz z synem. Są przekonani, że karmią naprawdę dobrze, ale Magda Gessler będzie odmiennego zdania.
22.45 Notting Hill – komedia romantyczna W. Bryt./USA 1999 ★★★★ Reż. Roger Michell, wyk. Julia Roberts, Hugh Grant, Hugh Bonneville Klasyka komedii romantycznej. Życie rozwiedzionego właściciela księgarni zmienia się, gdy do jego sklepu wchodzi sławna aktorka filmowa.
1.10 Skazana (5, 6) – serial krym. Polska 2021
3.25 Ślepnąc od świateł (8)

TVN 7

6.25 Szkoła **8.20** Ukryta prawda **11.25** W-11 Wydział Śledczy **12.55** Detektywi **14.55** Szpital św. Anny (39) **15.55** Sąd rodzinny **16.55** Sekrety życia **17.55** Zagadki losu **19.00** Ukryta prawda – serial fabularno-dokumentalny **20.00** Hotel Paradise **21.05** ★★★★ Gran Torino – dramat USA 2008, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Christopher Carley **23.30** ★★★ Tammy – komedia USA 2014, reż. Ben Falcone, wyk. Melissa McCarthy, Susan Sarandon **1.45** Hotel Paradise **2.40** Wrota piekieł **3.35** SOS. Ekipy w akcji

TV 4

7.55 Bogaty dom – biedny dom **8.55** Policjantki i policjanci (156, 157) **10.55** Na ratunek 112 **11.55** Trudne sprawy **14.55** Ktoś tu kłamie? **16.55** Policjantki i policjanci (1343) **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19.00** Policjantki i policjanci (1344) **20.00** Uroczysko (188) – serial krym. Polska **20.30** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (967) **21.30** Sprawiedliwi. Trójmiasto (84) – serial krym. Polska **22.40** ★★★ Purpurowe rzeki – thriller Fr. 2000, reż. Mathieu Kassovitz, wyk. Jean Reno **0.50** Love Island. Wyspa miłości

TVP Kultura

9.00 Przeprowadzki (3) **10.05** ★★★ Wałęsa. Człowiek z nadziei – film Polska 2013 **12.20** Reżyserzy **13.20** Kolekcja **13.35** ★★★ Przez łzy do szczęścia – film obyczaj. Polska 1939 **15.35** ★★★ Złote koło – film krym. Polska 1971 **17.20** Przeprowadzki (4) **18.25** Misja Osaka **19.00** Wstęp Wolny **19.15** Gieniu, ratuj! – Eugeniusz Rudnik – 50 lat twórczości **20.05** ★★★★ Midnight Express – dramat USA/W. Bryt. 1978 **22.15** ★★★★ Filip – dramat Polska 2022 **0.30** Profesor T. (13)

TV Trwam

12.20 Wykłady z kongresu: Katolicy a tożsamość Europy **13.05** Mateczniki polskości **13.30** Msza święta **14.35** Jezu, Ty się tym zajmij **15.00** Po stronie prawdy **16.10** Z wędką nad wodę... **16.35** Sól Ziemi **17.30** Odpowiedzialni za Kościół **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Głos serca (127) **22.45** Póki nadzieja

TVP Sport

8.20 Magazyn skrótów LM UEFA **10.20** Koszykówka: LM FIBA: Academics Heidelberg – Legia Warszawa **12.20** Boks: Gala 35 w Ostrzeszowie – walka wieczoru **13.15** Lekkoatletyka: Diamentowa Liga – Memoriał Kamili Skolimowskiej w Chorzowie **15.35** Lekkoatletyka: MŚ w Tokio: Podsum. **18.00** Studio **18.15** (L) Relacja: Gala Złote Kolce na Stadionie Śląskim w Chorzowie **21.05** Ring TVP Sport **22.00** Sportowy wieczór **22.40** Boks: Gala 37 w Sokółce **1.05** Boks: Denys Berinczyk – Keyshawn Davis

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (16, 17) **8.00** Kobra – oddział specjalny (2) **9.00** Unforgettable: Zapisane w pamięci (15) **10.00** Zbuntowany anioł (143, 144) **11.55** Wspaniałe stulecie (14, 15) **13.50** Lombard. Życie pod zastaw (616, 617) **15.50** Ranczo (2, 3) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (931, 932) **20.00** ★★★ Masz ci los! – komedia Polska 2023 **21.55** ★★★ Gliniarz z Beverly Hills III – komedia sens. USA 1994 **23.55** ★★ Wściekle szybcy – komedia USA 2015 **2.00** Dzielnica strachu

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie (L) na żywo

DVB-T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

PIĄTEK 24 Października

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Agape blisko Ciebie **8.00** Serwis Info **8.20** Okrasa łamie przepisy **9.00** Ranczo (122) **10.00** Komisarz Alex (8) **11.00** Ojciec Mateusz (394) **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes, Agropogoda **12.40** Magazyn rolniczy **13.00** Niezwykłe siedliska zwierząt **14.00** Wichrowe wzgórze (283) – serial obyczaj. Turcja 2024

15.00 Serwis Info – magazyn
15.15 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (726) – serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.30 Jaka to melodia?
18.10 Klan (4582) Monika z Danielem lecą do Grecji z nadzieją na odnalezienie Elżbiety. Restaurację zostawiają pod opieką Kai i Feliksa. Niezadowolony Pawełek czuje, że traci czas.
18.45 Akacjowa 38 (733) – serial obyczaj. Hiszpania
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Zaraz wracam (29) Zaginięcie Tomka stawia na nogi całe miasto. Renata i Michał organizują poszukiwania, a Wiktoria odkrywa informację, która może wszystko zmienić.
21.10 Komisarz Alex (299) – serial krym. Polska
22.10 Seksmisja ★★★★ – komedia Polska 1984 Reż. Juliusz Machulski, wyk. Olgierd Łukaszewicz, Jerzy Stuhr, Bożena Stryjkówna
0.20 Drelich (5)

TVP 2

5.30 M jak miłość (1620) **6.20** Anna Dymna – spotkajmy się **6.55** Barwy szczęścia (3241) **7.30** Pytanie na śniadanie **11.50** Jedzenie ma znaczenie, nauka na talerzu – program popularnonaukowy **12.25** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Miłość i nadzieja (311) – serial Turcja **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (769) – serial obyczaj. Polska

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (257) – telenowela
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Miłość i nadzieja (312) Gönül i Taylan zamierzają nagrać Cihana i Sedę. Ege jest zły na Melis, że nie powiedziała mu o badaniach DNA.
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3241)
19.55 Domowe patenty
20.05 Barwy szczęścia (3242) Romeo zaczyna pracę w skateshopie. Aldona proponuje mu, by został w domu Grzelaków na kolejny rok, mimo zapowiedzianego powrotu Aleksa i wątpliwości Borysa. Bruno ma powód do radości.
20.45 Postaw na milion
21.45 Tak to leciało! – teleturniej
22.45 To jest grane – program muzyczny
23.25 Żyj i pozwól umrzeć ★★★ – film sensac. W. Bryt. 1973 Reż. Guy Hamilton, wyk. Roger Moore, Yaphet Kotto, Jane Seymour
1.35 Morderstwa w Chartres ★★★ – film krym. Francja 2025

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień z Polsat News **8.00** Halo tu Polsat – magazyn **11.30** Gliniarze: Nalot/ Świadek widmo/ Farmer – serial fabularno-dokumentalny Polska, wyk. Arkadiusz Krygier, Tomasz Skrzypniak, Ewelina Ruckgaber **14.40** Dlaczego ja? (1491) – serial fabularno-dokumentalny Polska

15.50 Wydarzenia
16.15 Pogoda
16.20 Interwencja – magazyn
16.30 Na ratunek 112 (1091) – serial fabularno-dokumentalny
17.00 Gliniarze (1127) Detektywi zajmują się sprawą pobitego mężczyzny. Głównym podejrzanym jest niedawno zwolniony z więzienia przestępca, który mści się za dawne zeznania ofiary. Załamana Ewelina szuka nowej pracy.
18.00 Pierwsza miłość (4080) Tomek dostaje pracę w prestiżowej restauracji. Marta boi się o los Brunona, na którego zorganizowano obławę. Berenika i Artur udają konflikt, by ukryć prawdę o ich romansie.
18.50 Wydarzenia
19.20 Gość „Wydarzeń”
19.55 Twoja twarz brzmi znajomo – program rozrywkowy
22.00 Stillwater – thriller USA 2021 ★★★★ Reż. Tom McCarthy, wyk. Matt Damon, Camille Cottin, Abigail Breslin
1.00 Zabójczy żywioł – film sensacyjny USA 2020 ★★
3.15 Nasz nowy dom

TVN

5.00 Kto was tak urządził? **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda **6.50** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Karuzela smaku”, Warszawa **7.45** Dzień Dobry TVN **11.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Mada”, Warszawa – reality show **13.55** The Floor – teleturniej Polska **14.35** Ukryta prawda (1495, 1728) – serial fabularno-dokumentalny

16.50 Szpital św. Anny (66) – serial obyczaj. Polska
17.55 Detektywi (246) – serial fabularno-dokumentalny
19.00 Fakty
19.50 Uwaga! – magazyn
20.00 Shrek Trzeci – film animowany USA 2007 Król Zasiedmiogórogrodu, przeczuwając zbliżającą się śmierć, zamierza przekazać Shrekowi królewskie obowiązki. Ogr, któremu nie przypada do gustu rola władcy, postanawia znaleźć innego następcę tronu.
21.55 Legion samobójców ★★★ – film sensacyjny USA 2016 Reż. David Ayer, wyk. Will Smith, Jared Leto, Margot Robbie Amerykańska agencja rządowa decyduje się stworzyć drużynę składającą się z najgorszych przestępców. Ich zadaniem jest wykonywanie misji w zamian za zredukowanie wyroków.
0.25 Kuba Wojewódzki
1.40 Kuchenne rewolucje
2.40 Szpital św. Anny (35)
3.40 Uwaga! – magazyn

TVN 7

6.25 Szkoła **8.20** Ukryta prawda **11.25** W-11 Wydział Śledczy **12.55** Detektywi **14.55** Szpital św. Anny (40) **15.55** Sąd rodzinny **16.55** Sekrety życia **17.55** Zagadki losu **19.00** Ukryta prawda – serial fabularno-dokumentalny **20.00** ★★★ Bajecznie bogaci Azjaci – komedia rom. USA/Chiny 2018, reż. Jon M. Chu, wyk. Constance Wu, Michelle Yeoh **22.35** Ślub od pierwszego wejrzenia – real tv **23.35** ★★★ Bez śladu – dramat W. Bryt. 2018, reż. Kristoffer Nyholm, wyk. Peter Mullan, Gerard Butler **1.50** Hotel Paradise

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **7.55** Bogaty dom – biedny dom **8.55** Policjantki i policjanci (158, 159) **10.55** Na ratunek 112 **11.55** Trudne sprawy **14.55** Ktoś tu kłamie? **16.55** Policjantki i policjanci (1344) – serial obyczaj. Polska **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej – reality show **19.00** Policjantki i policjanci (1345) **20.00** Gwiazdy kabaretu **22.05** ★★★ Agenci – film sens. USA 2013, reż. Baltasar Kormákur, wyk. Denzel Washington **0.25** STOP Drogówka **1.25** Hardkorowy lombard

TVP Kultura

8.50 Przez Atlantyk (6) **10.00** Informacje kulturalne **10.20** Niepojęte **10.40** Paris the artists way **11.40** Przestrzenie Fangora **12.45** ★★★ Wolna sobota – kom. Pol. 1977 **13.35** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka **14.15** ★★★★ Siedmiu wspaniałych – western USA 1960 **16.35** Benefis Jadwigi Barańskiej i Jerzego Antczaka w Teatrze STU **18.35** Kolekcja **19.00** Legendy opery **20.05** ★★★★ Jackie Brown – dr. USA 1997 **22.50** Tygodnik kulturalny **23.45** ★★★★ Midnight Express – dr. 1978

TV Trwam

11.35 Natura et Homo **12.20** Głos serca (127) **13.05** W gotowości **13.30** Msza św. **14.30** Drzwi do lasu **15.00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia **15.20** Mocni w wierze **16.10** Natura obiektywnie **16.40** Wykłady z kongresu: Katolicy a tożsamość Europy **17.00** Ukryci w łonie matki **17.30** Łączy nas historia **18.15** Westerplatte młodych **19.00** Warto zauważyć... **19.30** Brat Franciszek **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Harcerz nr 1. Rzecz o Andrzeju Małkowskim

TVP Sport

7.45 Piłka nożna: Eliminacje MŚ strefy UEFA: Hiszpania – Gruzja; Walia – Belgia; Litwa – Polska **10.00** Piłka nożna: Eliminacje MŚ strefy UEFA: Walia – Belgia; Litwa – Polska **14.30** Relacja: Gala Złote Kolce na Stadionie Śląskim w Chorzowie **16.15** Ring TVP Sport **17.15** Studio **17.55 (L)** Piłka nożna: Mecz towarzyski kobiet w Gdańsku: Polska – Holandia **20.25 (L)** Piłka nożna: Betclic 1. Liga: Odra Opole – Ruch Chorzów **23.00** Sportowy wieczór **23.45** Piłka nożna: Mecz towarzyski kobiet: Polska – Holandia

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (17, 18) **8.00** Kobra – oddział specjalny (3) **9.00** Unforgettable: Zapisane w pamięci (16) **10.00** Zbuntowany anioł (145, 146) **11.55** Wspaniałe stulecie (15, 16) **13.50** Lombard. Życie pod zastaw (618, 619) **15.50** Ranczo (3, 4) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (932, 933) **20.00** ★★★ Osaczeni – film USA/W. Bryt./Niem. 1999 **22.15** ★★★ Bodyguard zawodowiec – film USA/Hol./Bułg./Hongk./ Kan./W. Bryt./Fr. 2017 **0.25** ★★★ Sex story – komedia rom. USA/W. Bryt. 2011

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB-T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

SOBOTA 25 Października

TVP 1

6.20 Balans bieli **7.00** Msza święta na Jasnej Górze **7.40** Rok w ogrodzie **8.05** Rok w ogrodzie extra **8.20** Pełnosprawni **8.55** Ranczo (123) **9.55** Komisarz Alex (9) **10.55** Ojciec Mateusz (432) **11.55** ★★★★ Jeździec znikąd – western USA 1953, reż. George Stevens, wyk. Alan Ladd **13.55** Dobre strony **14.10** Przed ekranem **14.25** Okrasa łamie przepisy

15.00 Rolnik szuka żony – reality show
16.05 Dziedzictwo (727) – serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.35 Pan Mama (35, 36) – serial kom. Polska
18.40 Jaka to melodia?
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.25 Profilerka Jastrë (8) Woliński porywa Julię i przetrzymuje ją na kutrze. Policja, widząc, że trzyma jej pistolet przy skroni, pozwala mu odpłynąć. Morderca kontaktuje się z Wenetem, nie wiedząc, że współpracuje on z policją.
21.25 Krytyczna godzina – film ★★★ akcji USA/W. Bryt. 2019 Reż. Steven C. Miller, wyk. Aaron Eckhart, Courtney Eaton, Ben McKenzie Policjant staje do wyścigu z czasem by odnaleźć ofiarę porwania, której porywacza przypadkowo zabił.
23.15 RoboCop – film sf USA 2014 ★★★ Reż. José Padilha, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton
1.15 Sprawdzamy

TVP 2

5.10 Barwy szczęścia (3238, 3239) **6.25** M jak miłość (1883) **7.30** Pytanie na śniadanie – magazyn **11.15** Domowe patenty – felieton **11.30** Górna półka smaku – magazyn **12.10** Postaw na milion – teleturniej **13.05** Miłość i nadzieja (312) – serial obyczaj. Turcja **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – teleturniej

15.15 Szansa na sukces. Opole 2026: Ralph Kaminski
16.20 Na dobre i na złe (966) Falkowicz z Kingą są gotowi na wspólną walkę o szpital. Pod opiekę Radwana trafia nastolatka, która może być w ciąży.
17.20 Miłość i nadzieja (313) Zeynep pragnie siostrzanych kontaktów z Melis. Cihan z pomocnikiem zasadzają się na Gonul. Levent chce wystawić fałszywe świadectwo o zdrowiu Bahar. Kuzey trafia do aresztu po pobiciu Leventa.
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Słowo na niedzielę: Coś mi się należy, bo się modlę
19.00 Informacje kulturalne
19.25 Rodzinka.pl (298, 299) – serial kom. Polska
20.30 The Voice of Poland: Bitwa – program rozrywkowy
23.05 20 lat TVP Kultura – gala jubileuszowa: Strefa alternatywna
0.35 Dron – thriller Kanada 2017 ★★ Reż. Jason Bourque
2.15 Akacjowa 38 (110, 111)

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień z Polsat News – magazyn **8.00** Halo tu Polsat – magazyn **11.30** Ewa gotuje – magazyn **12.05** Awantura o kasę – teleturniej **13.25** Shrek II – film animowany USA 2004, dub. Zbigniew Zamachowski, Jerzy Stuhr, Wojciech Malajkat, Agnieszka Kunikowska

15.30 Chłopaki do wzięcia – telenowela dokumentalna
16.30 Randka w ciemno – reality show
17.30 Awantura o kasę – teleturniej
18.50 Wydarzenia
19.00 Prezydenci i premierzy – program publicystyczny
19.55 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni. Nad mętną rzeką – program rozrywkowy
21.55 Bez skrupułów Toma Clancy'ego – film sensacyjny USA/Niemcy 2021 Reż. Stefano Sollima, wyk. Michael B. Jordan, Jamie Bell, Jodie Turner-Smith Szukając sprawiedliwości za zabójstwo ciężarnej żony, żołnierz US Navy SEALs odkrywa międzynarodowy spisek, który grozi pogrążeniem Stanów Zjednoczonych i Rosji w totalnej wojnie. ★★★
0.10 Piramida ★★ – horror USA/Maroko 2014 Reż. Grégory Levasseur
1.50 Sprawiedliwość ulicy ★★★ – thriller USA 2007
4.00 Kabaretowa Ekstraklasa

TVN

5.35 Uwaga! – magazyn **5.50** Ukryta prawda – serial fabularno-dokumentalny Polska **6.45** Kobieta na krańcu świata: Japonia – tajemnica długowieczności – program Martyny Wojciechowskiej **7.45** Dzień Dobry TVN – magazyn **11.30** Na Wspólnej (4101-4104) – serial obyczaj. Polska 2025 **13.25** MasterChef – show Polska 2025

15.10 Shrek Trzeci – film animowany USA 2007
17.20 Unboxing – Wielkie otwarcie – teleturniej
17.55 Ugotowani – reality show
19.00 Fakty
19.45 Afryka Express Kolejny etap to próba zaufania i odwagi. Prowadząca powita pary w murach legendarnego Fortu Jezus w Mombasie. Duety nie będą miały jednak czasu, aby nacieszyć się obecnością w tym pięknym miejscu, ponieważ zostaną rozdzielone! Miejscowi zabiorą połowę uczestników i poprowadzą w nieznane. Aby kontynuować podróż, partnerzy będą musieli ich odnaleźć.
21.40 Uwierz w ducha – melodramat USA 1990 ★★★★ Reż. Jerry Zucker, wyk. Patrick Swayze, Demi Moore, Whoopi Goldberg Zamordowany mężczyzna jako duch czuwa nad ukochaną żoną, gdyż jej życie też jest w niebezpieczeństwie...
0.15 Zakonnica – horror USA 2018 ★★★
2.20 Szpital św. Anny (36)

TVN 7

7.15 New Looney Tunes **7.30** ★★ Pan niania – komedia USA 1993 **9.10** Ukryta prawda **11.20** Mówię Wam **12.35** Top Model **14.05** Zróbmy sobie dom **15.15** ★★★ Godzilla II: Król potworów – film sens. USA/Jap./Chiny 2019 **18.00** Anatomia piękna **19.00** Idź na całość **20.00** ★★★★ Harry Potter i Insygnia Śmierci. Część II – film przygod. W. Bryt./USA 2011, reż. David Yates, wyk. Daniel Radcliffe **22.50** ★★★★ Gran Torino – dramat USA 2008 **1.10** ★★★★ W sieci kłamstw – film sens. USA/W. Bryt. 2008

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **7.00** Galileo **11.05** #JesteśmyDlaDzieci **11.35** ★★★★ Wielki błękit – dramat Fr./Wł./ USA 1988, reż. Luc Besson, wyk. Jean-Marc Barr, Jean Reno **14.55** Policjantki i policjanci (1341-1345) – serial obyczaj. Polska **20.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (964-967) **0.00** Gwiazdy kabaretu – program rozrywkowy **2.05** STOP Drogówka **2.50** Interwencja **3.20** Cudownych rodziców mam **3.25** Lubię Disco! **4.25** Top 10 lista przebojów

TVP Kultura

9.30 Fanny: też Mendelssohn **11.20** Podróż księcia – film anim. **12.50** Legendy opery **13.50** Łódź Kultury **14.25** ★★★★ Rozmowy kontrolowane – komedia Polska 1991 **16.15** Tamte lata, tamte dni **16.55** ★★★★ Siedmiu wspaniałych – western USA 1960 **19.20** Dzień z życia artysty **20.00** 20 lat TVP Kultura – gala jubileuszowa **21.25** ★★★ Księga ocalenia – film sf USA 2010, reż. Albert Hughes, Allen Hughes, wyk. Denzel Washington **23.30** ★★★★ Jackie Brown – dr. USA 1997

TV Trwam

11.00 Jubileusz 100-lecia istnienia diecezji łomżyńskiej **13.00** Albertynki **13.30** Msza święta **14.45** Jak wygrać małżeństwo? **15.00** Dzielna niewiasta **15.15** Mateczniki polskości **15.30** Wierzę w Boga **16.10** Historia PL **17.00** Opiekuńcze skrzydła – Hospicjum św. Anny w Lubartowie **17.30** Przełamując bariery **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Manna z nieba **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Warto być ojcem **22.15** Głos serca (106)

TVP Sport

7.50 Piłka nożna: Betclic 1. Liga: Odra Opole – Ruch Chorzów **10.00** Quiz TVP Sport **11.00** Piłka nożna: Mecz towarzyski kobiet: Polska – Holandia **13.10 (L)** Piłka nożna: Hutnik Kraków – Zagłębie Sosnowiec **15.25** Piłka nożna: Arsenal FC – Atlético Madryt; Arsenal FC – Atlético Madryt **17.40 (L)** Futsal: Legia Warszawa – Eurobus Przemyśl **19.50 (L)** Boks: Pomorzanin Boxing Team Toruń – Imperium Boxing Wałbrzych **22.45** Sportowy wieczór **23.30** Boks: Richard Torrez Jr. – Guido Vianello

TV Puls

5.00 Dyżur – program dokumentalny **6.00** Kobra – oddział specjalny (17-18, 1) – serial sens. Niemcy **9.00** Taki jest świat – magazyn **10.00** Lombard. Życie pod zastaw (610, 612, 614, 616, 618, 929-933) – serial obyczaj. Polska **20.00** ★★★★ Człowiek w ogniu – thriller Szwajc./W. Bryt./USA/Meksyk 2004 **23.00** ★★★ Kandahar – film sens. USA/Arab. Saud. 2023 **1.20** ★ Najemnik – film sens. USA/ Aruba/RPA 2006 **3.10** Menu na miarę – magazyn **4.00** Taki jest świat

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie (L) na żywo

DVB-T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

NIEDZIELA 26 Października

TVP 1

7.00 Msza święta w Krakowie Łagiewnikach **8.00** Tydzień **8.25** Daleko od szosy (2) **9.50** Pan Mama (35, 36) **10.55** Komisarz Alex (299) **11.55** Między ziemią a niebem i Anioł Pański **12.45** Lepsza strona świata **13.00** Fantastyczny świat ryb **14.00** Scena Młodego Widza: Niezwykła historia Sebastiana Van Pirka – spektakl Polska 2025, reż. Marek Zákostelecký

15.20 Na granicy wymarcia – rezerwaty RPA – film dok.
16.05 Dziedzictwo (728) – serial obyczaj. Turcja
17.00 Teleexpress
17.35 Daję słowo. Maciej Orłoś: Mieczysław Szcześniak
18.40 Jaka to melodia?
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.25 Drelich (6) – serialPolska
21.25 Rolnik szuka żony – reality show
22.30 Światło między oceanami
★★★★ – melodramat W. Bryt./Nowa Zelandia/USA/Indie/Australia/Kanada 2016
Reż. Derek Cianfrance, wyk. Michael Fassbender, Alicia Vikander, Rachel Weisz
Latarnik na bezludnej wyspie u wybrzeży Australii i jego żona bezskutecznie starają się o dziecko. Gdy kobieta wpada w depresję, do brzegu przybija łódź, na pokładzie której Tom znajduje niemowlę.
0.50 Krytyczna godzina – film
★★★ akcji USA/W. Bryt. 2019
2.30 Sprawdzamy
2.50 Seksmisja
★★★★ – komedia Polska 1984

TVP 2

5.05 Barwy szczęścia (3242) **5.45** M jak miłość (1884) **6.45** Operacja zdrowie **7.30** Pytanie na śniadanie **10.45** Domowe patenty **10.50** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka **11.25** The Voice of Poland – program rozrywkowy **13.35** Comeback Stage – The Voice of Poland – show **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – teleturniej

15.10 Szansa na sukces. Opole 2026: Ich Troje – show
16.15 Tak to leciało! – teleturniej
17.15 Harry Wild (8) – serial krym. W. Bryt./Niemcy
18.20 Rodzinka.pl (299) – serial kom. Polska
18.50 Niepewne sytuacje – program rozrywkowy
19.05 Żyj i pozwól umrzeć
★★★ – film sensac. W. Bryt. 1973
Reż. Guy Hamilton, wyk. Roger Moore, Yaphet Kotto, Jane Seymour
Bond podąża śladem ukrywającego się na Karaibach handlarza heroiną. Idąc jego tropem, trafia do Nowego Jorku, gdzie przebywa dyplomata Kananga, jeden z podejrzanych.
21.15 Muzyka na dobry wieczór – program muzyczny
22.20 Kamienne pięści – film biograf. USA/Panama 2016
★★★
Reż. Jonathan Jakubowicz, wyk. Édgar Ramírez, Robert De Niro, Usher Raymond
0.25 Kamerdyner (5)
1.25 Ballada o białej krowie
★★★★ – dramat obyczaj. Iran/Francja 2020

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień z Polsat News **8.00** Halo tu Polsat – magazyn **11.00** Randka w ciemno – reality show **12.20** Madagaskar II – film animowany USA 2008, dub. Artur Żmijewski, Piotr Adamczyk, Małgorzata Kożuchowska **14.05** Twoja twarz brzmi znajomo – program rozrywkowy

16.20 Nasz nowy dom
17.30 Awantura o kasę
18.50 Wydarzenia
19.30 Państwo w państwie
19.55 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami – program rozrywkowy
22.30 Teściowie (57)
Czerski ze zdumieniem odkrywa, jak duży ma związek z życiem swoich córek. Zenon nie przyznaje się do bycia ojcem Marysi, a załamany Lucek nie umie poradzić sobie z odejściem Andżeli.
23.05 Poranek kojota
★★★ – komedia Polska 2001
Reż. Olaf Lubaszenko, wyk. Maciej Stuhr, Karolina Rosińska, Tadeusz Huk
Kuba, młody rysownik komiksów, zakochuje się w znanej piosenkarce, Noemi, powiązanej ze światem gangsterskim. W ten sposób naraża się jej ojczymowi, który dybie na jego życie.
1.10 Bejbis – komedia Polska/
★★★ Włochy 2022
3.55 Świat według Kiepskich 480)
4.40 Disco gramy!

TVN

5.20 Uwaga! **5.35** Batwheels **5.50** Ukryta prawda – serial fabularno-dokumentalny **6.45** Bitwa o gości – reality show **7.45** Dzień Dobry TVN **11.30** Kobieta na krańcu świata**12.10** Co za tydzień – magazyn Polska **12.50** Kuchenne rewolucje: Mroków – Bistro Kociołek – reality show **14.00** Afryka Express – reality show Polska 2025

15.50 Koniec świata, czyli kogel
★★ **mogel IV** – komedia Polska 2022
Reż. Anna Wieczur-Bluszcz, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska, Katarzyna Łaniewska
Miłość Agnieszki i Marcina rozkwita, podobnie jak Kasi i Wolańskiego. Babcia Solska marzy o ślubie wnuka, ale na drodze do szczęścia młodego Zawady staje Bożenka. Wolańska radykalnie odmienia życie – stawia na celibat i medytację. Spokój Piotrusia i Marlenki burzy wizyta mamusi z Ameryki.
17.55 Pogromcy chaosu – program rozrywkowy
19.00 Fakty
19.45 MasterChef – show
21.25 Klątwa
★★★ – komedia Polska 2023
Reż. Tomasz Konecki, wyk. Vanessa Aleksander, Danuta Stenka, Agnieszka Więdłocha
23.40 Legion samobójców
★★★ – film sensac. USA 2016
Reż. David Ayer, wyk. Will Smith, Jared Leto, Margot Robbie
2.15 Superwizjer
2.55 Szpital św. Anny (37)

TVN 7

6.45 Zróbmy sobie dom **7.45** Trolle – film anim. **9.40** Unboxing – Wielkie otwarcie **10.20** Pogromcy chaosu **11.25** Ukryta prawda **15.35** Detektywi **16.35** Poukładani **17.15** ★★★★ Harry Potter i Insygnia Śmierci. Część II – film W. Bryt./USA 2011, reż. David Yates, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint **20.00** ★★★ Godzilla kontra Kong – film sf USA 2021, reż. Adam Wingard, wyk. Alexander Skarsgård, Millie Bobby Brown **22.35** ★★ Góra w ogniu – film katastrof. Chiny 2019 **0.25** ★★★ Annabelle: Narodziny zła – horror USA 2017

TVP Kultura

9.40 Wydarzenie aktualne **10.05** Wielcy mistrzowie malarstwa **11.10** Wstęp wolny **11.30** Przez Atlantyk (6) **12.40** Irena Santor. Magiczny jeden krok **13.50** W poszukiwaniu dobrego filmu **14.30** ★★★ Shalako – western W. Bryt./Niemcy/Hiszp./USA 1968 **16.35** Dobry tytuł **17.15** Studio Kultura – niedziela z... **18.10** Cztery pory roku i 10-lecie grupy MoCarta – PaKA 2007 **20.00** ★★★★ Imię róży – dramat Niemcy/Wł./Fr. 1986 **22.20** Miles Davis i jego muzyka **0.30** Trzy samochody

TVP Sport

7.45 Piłka nożna: Betclic 1. Liga: Śląsk Wrocław – Górnik Łęczna **9.55 (L)** Maraton: Maraton Frankfurcki **12.40** Motorowodna F1H2O: GP Chin w Zhengzhou **13.15** Quiz TVP Sport **14.00** Studio **14.25 (L)** Piłka nożna: 14. kolejka: Wisła Kraków – Stal Rzeszów; 14. kolejka: Stal Mielec – Miedź Legnica **19.10** Studio **20.10 (L)** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: 13. kolejka: Legia Warszawa – Lech Poznań **23.00** Sportowy wieczór **23.45** Boks: Pomorzanin Boxing Team Toruń – Imperium Boxing Wałbrzych

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej – reality show **7.00** Wielkie tajemnice historii **8.50** Galileo **10.50** Ewa gotuje – magazyn **11.30** Asterix kontra Cezar – film anim. Fr. 1985 **13.00** Astérix w Brytanii – film anim. Fr. 1986 **14.30** ★★★ Diamentowa afera – komedia sens. USA/Niemcy 1999 **16.45** ★★ Czasy ostateczne: Pozostawieni – film sf USA/Kan./Jap./W. Bryt. 2014 **19.00** Uroczysko (163, 164) – serial krym. Polska **20.00** Sprawiedliwi. Trójmiasto (81-84) – serial krym. Polska **0.00** STOP Drogówka

TV Trwam

9.30 Msza święta **10.00** Msza święta w Roku Jubileuszowym **12.15** Papież Polak do rodaków **12.40** Parafia pw. Świętej Rodziny **13.00** ★★★ Zerwany kłos – film Polska 2017 **14.40** Mocarz pokory **15.00** Wieś to też Polska **16.10** Koncert życzeń **17.00** Natura et Homo **17.30** Sól Ziemi **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Moja katolicka rodzina **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **22.00** Mocni Jego mocą **22.45** Jak wygrać małżeństwo? **23.00** Jak my to widzimy...

TV Puls

5.30 Dyżur **5.50** Taki jest świat **5.55** Dyżur **6.40** Kobra – oddział specjalny (2, 3) **8.35** Ranczo (4-8) **13.50** ★★★ Dziewczyna z Jersey – komedia USA 2004 **16.00** ★★★ Sezon na sąsiada – komedia Fr./Belg. 2023 **18.00** ★★★★ Dirty Dancing – film USA 1987 **20.00** ★★★ Freelance – komedia USA/Kolumbia/W. Bryt. 2023 **22.10** ★★★ Joker – film sens. USA 2015**0.00** ★★★ Burza – film akcji USA 2015 **2.00** Dyżur – program dokumentalny

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB-T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

PONIEDZIAŁEK 27 Października

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Studio Raban **8.00** Serwis Info **8.25** Zaraz wracam (28) **9.05** Ranczo (124) **10.05** Komisarz Alex (10) **11.00** Ojciec Mateusz (395) **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes, Agropogoda **12.35** Magazyn rolniczy **12.50** Fantastyczny świat ryb – film dokumentalny **14.00** Wichrowe wzgórze (284)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.15 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (729)
17.00 Teleexpress
17.30 Jaka to melodia?
18.10 Klan (4583)
18.45 Akacjowa 38 (734) – serial obyczaj. Hiszpania
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Teatr TV: Podróż – spektakl Polska 2000
Reż. Piotr Mikucki, wyk. Gustaw Holoubek, Piotr Fronczewski, Aleksandra Bożek
Ojciec i syn jadą do byłego obozu koncentracyjnego w Dachau. To spotkanie z przeszłością, które na zawsze zmieni ich relację i zburzy dotychczasowe przekonania o rodzinie i tożsamości.
21.40 Sam Goldwyn – legenda Hollywoodu – film dok.
22.45 Balans bieli – magazyn
23.20 Wykrywacz kłamstw
23.50 Kurier – film Polska 2019
★★★ Reż. Władysław Pasikowski, wyk. Philippe Tłokiński
1.50 RoboCop
★★★ – film sf USA 2014

TVP 2

5.35 M jak miłość (1621) **6.25** Rodzina (nie od) święta **6.55** Barwy szczęścia (3242) **7.30** Pytanie na śniadanie **11.50** Okrasa łamie przepisy – magazyn **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Miłość i nadzieja (313) – serial obyczaj. Turcja 2022 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (770) – serial obyczaj. Polska 2025

15.00 Koło fortuny – extra
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (258) – telenowela
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Miłość i nadzieja (314)
Melis chce, by Zeynep wyznała, że nie kocha Egego. Kuzey chce wpłacić kaucję za Silę. Sila prosi Kuzeya, by pogodził się z Bahar. Acelya szantażuje Leventa.
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3242, 3243) – serial Polska
20.40 Kulisy „M jak miłość"
20.55 M jak miłość (1885) – serial Polska
21.55 Na sygnale (771, 772) – serial obyczaj. Polska
22.55 W cieniu śmierci (9)
Karppi i Nurmi dowiadują się o pływackiej przeszłości Anny w jej rodzinnym mieście, co prowadzi ich do organizacji charytatywnej o nazwie „Baltic Friends".
23.50 Oficer i szpieg – thriller
★★★★ Francja/Włochy 2019
Reż. Roman Polański
2.15 Stulecie Winnych (42)

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień z Polsat News **8.30** Malanowski i Partnerzy – serial fabularno-dokumentalny **9.30** Trudne sprawy – serial fabularno-dokumentalny **11.30** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny **14.40** Dlaczego ja? (1492) – serial fabularno-dokumentalny Polska

15.50 Wydarzenia
16.15 Pogoda
16.20 Interwencja – magazyn
16.30 Na ratunek 112 (1092)
17.00 Gliniarze (1128)
Gdy w wypadku ginie lubiany strażak, policja trafia na trop recydywisty, którego wybryki zostały niegdyś udaremnione przez strażaka. Podejrzenia wzbudza też rodzina ofiary.
18.00 Pierwsza miłość (4081) – serial Polska
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń"
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.35 Jurassic World: Upadłe
★★★ **królestwo** – film przygodowy USA/Chiny 2018
Reż. J.A. Bayona, wyk. Chris Pratt, Bryce Dallas Howard, Rafe Spall
Owen i Claire wracają do ruin Jurassic World, aby uratować pozostałe dinozaury przed grożącym im wyginięciem.
23.15 Odwet – film sensacyjny
★★★ USA/Niemcy 2003
Reż. William Hoy, F. Gary Gray, wyk. Vin Diesel, Larenz Tate
1.45 Dług – thriller Polska 1999
★★★★★ Reż. Krzysztof Krauze

TVN

5.10 Jak to jest zrobione? **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda – serial fabularno-dokumentalny **6.50** Kuchenne rewolucje – reality show **7.45** Dzień Dobry TVN **11.40** Kuchenne rewolucje: Myślibórz – „Domowe obiady u rudej" **13.55** The Floor – teleturniej **14.35** Ukryta prawda (1496, 1729) – serial fabularno-dokumentalny Polska

16.50 Szpital św. Anny (67) – serial obyczaj. Polska
17.55 Detektywi (247) – serial fabularno-dokumentalny
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej (4105) – serial Polska
20.55 The Floor – teleturniej
21.35 Bitwa o gości – reality show
22.45 Szakal – film sensacyjny
★★★ USA/W. Bryt./Francja/Niemcy/Japonia 1997
Reż. Michael Caton-Jones, wyk. Richard Gere, Bruce Willis, Diane Venora
Szakal to pseudonim nieuchwytnego zabójcy. Nikt nie zna jego twarzy. Teraz wynajęła go rosyjska mafia, by zabił wysoko postawionego urzędnika amerykańskiej administracji. Jego tropem ruszają agent FBI i rosyjska policjantka.
1.15 Co za tydzień – magazyn
1.55 Morderczynie (1) – serial krym. Polska 2023
Reż. Kristoffer Rus
2.55 Szpital św. Anny (38)

TVN 7

6.25 Szkoła **8.20** Ukryta prawda **11.25** W-11 Wydział Śledczy **12.55** Detektywi **14.55** Szpital św. Anny (41) **15.55** Sąd rodzinny **16.55** Sekrety życia **17.55** Zagadki losu **19.00** Ukryta prawda **20.00** Hotel Paradise – real tv **21.05** ★★★ Kolekcjoner – dramat USA 1997, reż. Gary Fleder, wyk. Morgan Freeman, Ashley Judd **23.30** ★★★ Tammy – komedia USA 2014, reż. Ben Falcone, wyk. Melissa McCarthy, Susan Sarandon **1.35** Poukładani **2.10** Mówię Wam **3.20** Wrota piekieł **4.15** SOS. Ekipy w akcji **5.00** Druga strona medalu

TVP Kultura

8.25 Dobry tytuł **9.00** Przeprowadzki (4) **10.10** ★★★★ Rozmowy kontrolowane – kom. Polska 1991 **11.55** Opole na bis **12.45** Wielcy mistrzowie malarstwa **13.45** Wstęp Wolny **14.00** Tamte lata, tamte dni **14.40** ★★★ Wenecja – film Polska 2010 **16.45** Przeprowadzki (5) **17.55** Tygodnik kulturalny **18.50** Irena Santor. Magiczny jeden krok **20.00** ★★★★ Człowiek, który sprzedał swoją skórę – dr. 2020 **21.55** Tamte lata, tamte dni **22.40** ★★★★ Imię róży – dramat krym. Niem./Wł./Fr. 1986

TVP Sport

9.30 Piłka nożna: Wisła Kraków – Stal Rzeszów **11.35** Maraton Frankfurcki **12.40** Piłka nożna: Betclic 2. Liga: Resovia Rzeszów – Unia Skierniewice **14.40** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Lech Poznań **16.45** Magazyn Betclic 2. Ligi **17.30** Magazyn Betclic 1. Ligi **18.55 (L)** Piłka nożna: Betclic 1. Liga: Wieczysta Kraków – Pogoń Grodzisk Mazowiecki **21.00** Magazyn Betclic 1. Ligi **21.35** Gol **22.55** Sportowy wieczór **23.20** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Lech Poznań

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **7.55** Bogaty dom – biedny dom **8.55** Policjantki i policjanci (160, 161) **10.55** Na ratunek 112 **11.55** Trudne sprawy **14.55** Ktoś tu kłamie? **16.55** Policjantki i policjanci (1345) **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19.00** Policjantki i policjanci (1346) **20.00** Uroczysko (189) **20.30** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (968) **21.30** Sprawiedliwi. Trójmiasto (85) **22.40** ★★ WarHunt. Demony wojny – horror USA 2022 **0.30** Love Island. Wyspa miłości

TV Trwam

10.15 Rozmowy niedokończone **11.20** Stan bezpieczeństwa państwa **11.30** Warto być ojcem **12.20** Święty nie rodzi się po śmierci **13.30** Msza święta **14.30** Jan Paweł II i prymas Stefan kardynał Wyszyński **15.25** Komarowska Wiktoria **16.10** Sanktuaria polskie **16.30** Porady medyczne bonifratrów **17.00** Świadkowie **17.30** Spotkanie Rodziny Radia Maryja **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Z wędką nad wodę... **22.30** Święty nie rodzi się po śmierci

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (18, 19) **8.00** Kobra – oddział specjalny (4) **9.00** Unforgettable: Zapisane w pamięci (17) **10.00** Zbuntowany anioł (147, 148) **11.55** Wspaniałe stulecie (16, 17) **13.50** Lombard. Życie pod zastaw (620, 621) **15.50** Ranczo (4, 5) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (933, 934) **20.00** ★★★ Z podniesionym czołem – film sens. USA 2004 **21.30** ★★★ Osaczeni – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy 1999 **0.00** ★★ Triumf sprawiedliwości – thriller USA 2016

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB-T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

Czy jesteś hipochondrykiem? Objawy hipochondrii i sposoby jej leczenia

Ingrid Hintz-Nowosad
Ingrid.Hintz@polskapress.pl

Hipochondria to zaburzenie nerwicowe, które objawia się występowaniem silnego lęku o swoje zdrowie. Hipochondrykowi cały czas towarzyszy przeświadczenie, że jest poważnie chory.

FOT. ALEXRATHS/123RF

Na hipochondrię najczęściej zapadają osoby z tendencją do stanów depresyjnych

Nazwa „hipochondria" wywodzi się ze starożytnej Grecji – wówczas mianem „hypochondriakós" określano ból zlokalizowany w obrębie górnej części brzucha. Na przestrzeni wieków termin ten przeszedł kilkukrotną redefinicję. Dopiero na początku XIX w. pojawiły się pierwsze opisy hipochondryka, jako osoby cierpiącej na chorobę bez wyraźnej przyczyny.

Według Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych hipochondria jest jednym z zaburzeń somatoformicznych, które z kolei zaliczane są do zaburzeń nerwicowych. Cechą charakterystyczną tych zaburzeń jest występowanie objawów somatycznych przy braku jakichkolwiek biologicznych przesłanek, które uzasadniałyby występowanie tego typu symptomów. Przy diagnozowaniu hipochondrii ważnym elementem jest wykonanie szeregu podstawowych badań diagnostycznych.

Hipochondryk jest osobą, której towarzyszy stały lęk przed zachorowaniem. Nieustannie znajduje się w gotowości i doszukuje się objawów, które mogą wskazywać na poważną chorobę – zawał, udar czy nowotwór. Co więcej, hipochondryk jest „nadwrażliwy" na różne informacje na temat chorób. Według badań przeprowadzonych przez Thomasa Holmesa i Richarda Rahe'a z Washington University w Seattle, pozostawanie w ciągłej gotowości i nadinterpretacja występujących objawów jest silnym stresorem. Badacze podkreślają, że osoba dotknięta tą chorobą często nie zdaje sobie sprawy z tego, że jej problemy somatyczne mogą mieć podłoże psychologiczne. Objawy hipochondrii bywają niespecyficzne, ponieważ pacjent często sam „wyznacza" sobie, co go boli. Stałe myślenie o dolegliwościach sprawia, że faktycznie zaczynają one się nasilać.

Wśród objawów hipochondrii można wymienić:

- długotrwały lęk i obawa o własne zdrowie i życie;
- przekonanie o złym stanie swojego zdrowia;
- brak poczucia bezpieczeństwa;
- obawa o swoją przyszłość;
- podwyższona czujność dotycząca występujących objawów.

Hipochondria polega na nadinterpretacji występujących, zazwyczaj niegroźnych, objawów somatycznych. Takie symptomy, jak np. ból gardła, kaszel, ból głowy czy świąd skóry przez hipochondryka postrzegane są jako dowód toczącego się procesu chorobowego. Istnieje kilka teorii dotyczących możliwych przyczyn hipochondrii – wśród nich wskazuje się m.in. na dwa podstawowe modele.

● Model poznawczo-behawioralny

Wywodzi się z teorii psychopatologii Becka. Podstawowym założeniem tego modelu jest przeświadczenie, że źródłem zaburzeń emocjonalnych są negatywne schematy poznawcze dotyczące zarówno własnej osoby, jak i świata zewnętrznego. Oprócz tego podkreśla się związek między hipochondrią a depresją i fobiami społecznymi. Hipochondrycy często mają katastroficzne wizje dotyczące przyszłych zdarzeń, często są pesymistycznie usposobieni wobec świata i nieustannie towarzyszy im podwyższony poziom lęku.

● Model interpersonalny

W modelu tym silnie akcentuje się rolę relacji interpersonalnych w mechanizmach właściwych dla hipochondrii. Według autorów tej koncepcji hipochondria jest rezultatem, często nieuświadomionej, potrzeby troski zarówno od osób najbliższych, jak i lekarzy. Potrzeba ta często stanowi konsekwencję niewłaściwego wychowania, w którym nie były zaspokajane podstawowe potrzeby dziecka (miłości, akceptacji i wsparcia emocjonalnego).

Niektórzy badacze przy omawianiu przyczyn hipochondrii wskazują na egocentryczną lub nawet narcystyczną postawę, jednak teza ta była poddawana częstej krytyce. Wprawdzie hipochondryk może nadmiernie koncentrować się na sobie i swoim zdrowiu, jednakże nie wynika to z jego egoistycznej natury, a raczej z potrzeby troski i opieki, co może być związane z deficytami z dzieciństwa.

Już samo rozpoznanie hipochondrii dostarcza lekarzom podstawowej opieki zdrowotnej wielu problemów. Związane jest to z tym, że przed diagnozą należy wykonać szereg badań diagnostycznych, w celu wykluczenia ewentualnych stanów chorobowych. W rozpoznaniu hipochondrii należy wziąć pod uwagę kilka podstawowych kryteriów diagnostycznych. Mowa tu o:

- silnie zakorzenionym, utrzymującym się przez co najmniej pół roku przekonaniu o występowaniu poważnych chorób somatycznych;
- nadmiernym kontrolowaniu swojego ciała wraz z towarzyszącym przekonaniem o zmianie kształtu ciała, np. wyimaginowanym skrzywieniu kręgosłupa;
- podporządkowaniu życia chorobie, co skutkuje częstymi i nieuzasadnionymi wizytami u lekarza;
- odrzucaniu zapewnień lekarza o braku chorób somatycznych.

Leczenie hipochondrii stanowi duże wyzwanie dla lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej, gdyż to właśnie do nich w pierwszej kolejności trafiają pacjenci, którzy zmagają się z tym zaburzeniem nerwicowym. Największym wyzwaniem jest upór pacjentów, którzy często nie zgadzają się z opinią lekarza o braku danej choroby. W takiej sytuacji zwykle zmieniają oni lekarza i proces diagnozy rozpoczyna się od nowa, co przypomina mechanizm błędnego koła.

Podstawą w leczeniu hipochondrii jest psychoterapia. Najbardziej pomocna jest terapia w nurcie poznawczo-behawioralnym, która zorientowana jest na rozwiązanie konkretnego problemu.

WARTO WIEDZIEĆ

Metody leczenia hipochondrii:

- neuroleptyki i leki o działaniu hamującym aktywność układu współczulnego;
- krótkoterminowa terapia poznawczo-behawioralna, zorientowana na rozwiązanie problemu i wydostanie się z mechanizmu błędnego koła;
- terapia rodzin, która zalecana jest zwłaszcza wtedy, gdy choroba pacjenta negatywnie odbija się na jego sytuacji rodzinnej;
- długoterminowa terapia systematyczna restrukturyzująca, prowadząca do częściowej zmiany osobowości.

Jak odróżnić wysypkę alergiczną od choroby?

Katarzyna Wąś-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Jak odróżnić wysypkę alergiczną od tej, która może świadczyć o niebezpiecznej infekcji? Czy dziecko z nietypowymi zmianami na skórze należy pozostawić na wszelki wypadek w szpitalu?

W rozwiązaniu takich dylematów ma pomóc Cyfrowy Atlas Wysypek – nowoczesne narzędzie stworzone na Uniwersytecie Medycznym we Wrocławiu.

Cyfrowy Atlas Wysypek to platforma edukacyjna, która gromadzi wielopokoleniowe doświadczenia pediatrów w obszarze zmian skórnych u dzieci w jednej telefonicznej aplikacji. To interaktywne narzędzie dydaktyczne jest oparte na microlearningu. Umożliwia szybką naukę, porównywanie obrazów klinicznych i zdobywanie praktycznych umiejętności diagnostyki różnicowej – możemy przeczytać w komunikacie na stronie internetowej uczelni. Nad stworzeniem tego narzędzia pracowali specjaliści z Katedry i Kliniki Pediatrii i Chorób Infekcyjnych UMW. Jak podkreślają naukowcy-lekarze, pomysł na to rozwiązanie zrodził się z realnej potrzeby. Szybka diagnoza choroby zakaźnej ma kluczowe znaczenie zarówno dla pacjenta, jak i jego otoczenia. O decyzjach dotyczących leczenia, hospitalizacji czy izolacji często trzeba decydować natychmiast, co nie jest łatwe, ponieważ wiele infekcji u dzieci przebiega z niespecyficznymi objawami.

– Prawidłowe rozpoznanie w pediatrii staje się coraz trudniejszą sztuką. Z jednej strony rodzi się mniej dzieci, a z drugiej – wracają choroby zakaźne, z którymi nie mieliśmy do czynienia przez dziesiątki lat – tłumaczy genezę pomysłu prof. Leszek Szenborn, kierownik Katedry i Kliniki Pediatrii i Chorób Infekcyjnych UMW.

Ekspert podkreśla, że coraz liczniejsza grupa pacjentów cierpi na choroby przewlekłe i autoimmunologiczne, a stosowane u nich terapie biologiczne potrafią zmieniać przebieg oraz obraz infekcji. Dodatkowym wyzwaniem są częste podróże, które niosą ryzyko kontaktu z patogenami niespotykanymi w naszym klimacie.

Wszystko to sprawia, że lekarze coraz rzadziej mają możliwość bezpośredniego zetknięcia się z typowymi objawami wielu chorób, w tym również tych groźnych, wymagających szybkiego działania.

– Dotyczy to nie tylko młodych, dopiero wkraczających do zawodu. Także pediatrzy z wieloletnim stażem nie mogą już bazować na własnym doświadczeniu, bo w swojej praktyce nie mieli przypadków chorób, które zniknęły na dziesięciolecia dzięki powszechnym szczepieniom. Młodzi nie mają zatem często od kogo się uczyć – przyznaje prof. Szenborn.

Specjalista dodaje, że coraz szybsze tempo rozprzestrzeniania się chorób stanowi kolejne wyzwanie diagnostyczne. Przypomina, że w czasach parowców grypa hiszpanka potrzebowała około trzech miesięcy, by opanować świat, podczas gdy pandemia COVID-19 rozprzestrzeniła się niemal natychmiast, pokazując, jak dynamicznie zmieniły się realia epidemiologiczne.

Bazą do tworzenia Cyfrowego Atlasu Wysypek była bogata kolekcja zdjęć chorób wysypkowych, wykonywanych od lat w Klinice Pediatrii i Chorób Infekcyjnych UMW. Książkowy atlas zmian skórnych u dzieci był regularnie aktualizowany i w ten sposób powstał imponujący zbiór, wykorzystany teraz w formie cyfrowej.

– Nasz atlas to jednak coś znacznie więcej niż zestaw unikatowych fotografii z praktyki klinicznej, który zresztą zamierzamy wciąż wzbogacać o kolejne przypadki. Chcieliśmy stworzyć narzędzie do szybkiej nauki, które umożliwia porównywanie obrazów klinicznych i zdobywanie praktycznych umiejętności diagnostyki różnicowej. Jednocześnie wyszliśmy z założenia, że nauka może być przyjemna i mieć formę atrakcyjnej gry. Dlatego atlas został wyposażony w szereg funkcji – nie tylko przydatnych, ale i przyjaznych w obsłudze i dostosowanych do współczesnego odbiorcy – tłumaczy dr Kamila Ludwikowska, która współtworzyła aplikację.

Dla praktyków Cyfrowy Atlas Wysypek będzie swoistą „ściągą". Algorytm pięciu kroków poprowadzi ich logiczną ścieżką diagnostyczną od podpowiedzi, na co zwrócić uwagę, jakie zadawać pytania pacjentowi, poprzez rozpoznanie, aż do zastosowania leczenia.

Lekarz, korzystając z funkcji wyszukiwania, będzie mógł łatwo znaleźć i porównać zdjęcia różnych zmian skórnych, by dopasować ich obraz do przypadku pacjenta. System pozwoli określić, czy wysypka ma charakter plamisty, wybroczynowy czy pęcherzykowy, a także gdzie dokładnie się pojawia i jak wygląda – każdy szczegół ma tu znaczenie i wymaga właściwej oceny.

Do każdego zdjęcia dołączony jest krótki opis choroby, której objawem jest dana wysypka i jej umiejscowienie. Ideą całej platformy jest jednak nie tylko szybkie rozpoznanie, ale przede wszystkim zdobycie trwałej wiedzy.

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

W piątek Miedź zremisowała z Pogonią Siedlce. 26 października nasza drużyna jedzie do Mielca na mecz ze Stalą

PIŁKA NOŻNA LEGNICZANIE STRACILI DWA GOLE W PIERWSZEJ POŁOWIE

Stalowe nerwy Stanclika dały Miedziance remis

Piotr Janas
Legnica

Miedź Legnica zremisowała z Pogonią Siedlce 2:2 w meczu 13. kolejki Betclic 1 ligi. Remis uratował rezerwowy Daniel Stanclik, który w doliczonym czasie z zimną krwią wykorzystał rzut karny.

Miedź Legnica w pierwszych minutach miała dwie okazje, by otworzyć wynik, ale pierwszego gola strzelili goście. Pogoń Siedlce w 6' minucie odebrała piłkę szarżującej Miedzi tuż przed własnym polem karnym i wyprowadziła kontratak, po którym Karol Podliński niemal wszedł z piłką do bramki.

Miedzianka zdołała w miarę szybko się otrząsnąć i w 15' min Kamil Antonik po podaniu od Juliusza Letniowskiego doprowadził do wyrównania.

Gospodarze zdecydowanie dłużej utrzymywali się przy piłce i mieli optyczną przewagę, ale w 35' min znów dali sobie strzelić gola. Tym razem Daniel Pik wykorzystał dogranie od Marcina Flisa i pokonał Jakuba Wrąbla.

Po zmianie stron gra stała się bardziej szarpana i w pewnych momentach to Pogoń była bliżej strzelenia trzeciego gola, aniżeli Miedź wyrównania. Losy meczu rozstrzygnęły się w samej końcówce, kiedy to po rzucie rożnym sędziowie VAR zaprosili do monitora prowadzącego te zawody Marcina Szczerbowicza. Okazało się, że futbolówka trafiła w rękę jednego z piłkarzy gości i decyzja mogła być tylko jedna: rzut karny dla Miedzi.

Odpowiedzialność wziął na siebie wprowadzony niecały kwadrans wcześniej Daniel Stanclik. Wprawdzie stojący w bramce siedlczan Mateusz Lemanowicz wyczuł jego intencje, a nawet miał piłkę na rękawicy, ale uderzenie rezerwowego napastnika Miedzi było na tyle mocne i precyzyjne, że ta i tak zatrzepotała w sieci. To była druga minuta doliczonego czasu gry. Chwilę później sędzia zagwizdał po raz ostatni i oba zespoły podzieliły się punktami.

Miedź Legnica - Pogoń Siedlce 2:2 (1:2)

Bramki: Antonik 15, Stanclik 90+2-k. - Podliński 6, Pik 35.

Miedź: Wrąbel - Bochnak (87. Kwiecień), Stępiński, Kościelny, Grudziński, Kuczko - Córdoba, Drygas (73. Serafin), Letniowski (73. Petrović), Antonik (80. Mioč) - Mansfeld (80. Stanclik).

Pogoń: Lemanowicz - Jakubik, Dembek, Flis, Pik - Zbróg (63. Zielonka), Dzięcioł (90. Pakulski), Drąg, Szuprytowski (76. Rybak), Famulak - Podliński.

Wioletta Hanisz brązową medalistką mistrzostw świata

Edyta Golisz
Legnica

Mł. asp. Wioletta Hanisch jest już medalistką Mistrzostw Polski i Europy w Taekwon-Do. Teraz odniosła kolejny sukces - wywalczyła brązowy medal na Mistrzostwach Świata w Chorwacji.

Mł. asp. Wioletta Hanisch jest policjantką Wydziału do Walki z Przestępczością Przeciwko Mieniu Komendy Miejskiej Policji w Legnicy.

- Na co dzień z pełnym zaangażowaniem wykonuje swoje obowiązki służbowe, a w wolnym czasie konsekwentnie rozwija swoją sportową pasję. Podczas Mistrzostw Świata Taekwon-Do wywalczyła 3. miejsce w drużynowych testach siły seniorek, potwierdzając tym samym swoją znakomitą formę i sportowego ducha rywalizacji. Gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów, zarówno sportowych, jak i zawodowych - mówi asp. Anna Tersa z legnickiej policji.

W tegorocznych Mistrzostwach Świata w Taekwon-Do w Chorwacji startowało 1473 zawodników i zawodniczek z 57 krajów.

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

W Mistrzostwach Świata w Taekwon-Do startowało prawie 1500 osób. Legnicka policjantka wywalczyła brązowy medal

AUTOREKLAMA
SPORTOWY24
Sport to Wy
sportowy24.pl

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

LUDZIE CHCĄ KUPOWAĆ PRZENOŚNE SCHRONY, CZYLI MOBILNE PUNKTY OCHRONNE

– Jesteśmy jedynym przedsiębiorstwem w Polsce, które samo zbudowało i ma własny schron dla swoich pracowników – mówi dyrektor białostockiej spółki ALE HALE Waldemar Siuchno

Andrzej Matys

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Mobilny punkt ochronny to moduł zabezpieczony balistycznie. Chroni też przed ostrzałem z broni maszynowej oraz falą uderzeniową i odłamkami

Specjalizujecie się w konstrukcjach stalowych, budując hale produkcyjne, magazyny i różne konstrukcje modułowe. Ale nagle pojawiła się koncepcja schronów modułowych. Rozumiem, że skoro taki jest czas i okoliczności (wojna na Ukrainie), to pojawił się i pomysł.
Jak to mówią: „potrzeba jest matką wynalazków". Jako właściciel marki ALE HALE.pl cały czas obserwuję rynek, sytuację w kraju i na świecie. Od 3 lat dostarczamy rozwiązania dla polskiego wojska. Na początku były to zwykłe kontenery mieszkalne i sanitarne. Potem pojawiły się realizacje modułów specjalistycznych do celów typowo militarnych. Rok temu pojawił się pomysł stworzenia jednostki opancerzonej dedykowanej głównie dla Straży Granicznej i Wojsk Dronowych. Nie chcemy, aby nasi żołnierze ginęli, strzegąc wschodniej granicy. Dlatego stworzyliśmy kontener obserwacyjny CHRONOS 1, który zapewnia bezpieczną służbę dla dwóch funkcjonariuszy, którzy są dodatkowo wspomagani przez systemy wizyjne i alarmowe.

Możemy poznać jakieś szczegóły tej konstrukcji?
Ten kontener to jednostka stworzona na bazie morskiego kontenera 10-stopowego, wzmocnionego i posiadającego zabezpieczenie balistyczne (odporny na ostrzał z broni maszynowej, chroni przed falą uderzeniową i odłamkami). Krótko mówiąc, to specjalistyczny, opancerzony, nowoczesny i mobilny punkt obserwacyjno-dowódczy. Został zaprojektowany z myślą o wsparciu operacji dla bezzałogowych statków powietrznych (UAV). Obiekt jest odporny na zagrożenia CBRN (chemiczne, biologiczne, radioaktywne i nuklearne) i, co oczywiste, przystosowany do szybkiego transportu, rozstawienia i eksploatacji w warunkach bojowych. I to jest nasz najnowszy produkt, z którego jesteśmy bardzo dumni i prezentujemy jego zalety gdzie tylko mamy okazję.

Wiem, że w tym roku zostało zorganizowane spotkanie z podlaskimi samorządowcami i przedstawicielami służb mundurowych, na którym prezentowaliście swoje produkty dedykowane służbom mundurowym, jak również pokazaliście swój podziemny obiekt ochronny.
Tak, na nasze zaproszenie odpowiedziało niemal 90 osób. Budując nową halę magazynową, wybudowaliśmy podziemne „ukrycie" w technologii modułowej. Dodatkowo wzmocniliśmy nasz obiekt solidną warstwą zbrojonego betonu i w ten sposób staliśmy się pierwszą firmą w kraju, która wybudowała nowy obiekt ochronny od kilkudziesięciu lat. Założenie jest takie, że ma on służyć jako ukrycie dla pracowników naszej firmy. Proszę zwrócić uwagę, ile się mówi o szkoleniach, o tym, że coś będzie robione, że jest potrzeba zrobienia itd… Wszyscy mówią - my robimy.

Co posiada ten obiekt, choć zakładam, że na przykład dostęp do mediów (prąd, woda) jest konieczny.
Tak. Nasz obiekt składa się z trzech części. Pierwsza to wejście z klatką schodową, druga to pomieszczenie główne, gdzie schronienie znajdzie do 50 osób na czas do 8-10 godzin i jest też część sanitarno-techniczna z kompletnie urządzoną łazienką oraz pomieszczeniem na zbiorniki z wodą, stacją uzdatniania, pompami, urządzeniami do filtrowentylacji itp… Kompleks posiada też wyjście ewakuacyjne prowadzące poza obiekt.

Jednak nie wszędzie można wybudować podziemny obiekt ochronny. Czy macie w swojej ofercie moduły, które można ustawić wprost na ziemi?
Z doświadczenia wiemy, że w Polsce każde budowanie to szereg formalności związanych z uzyskaniem wymaganych prawem decyzji i pozwoleń. Wychodząc naprzeciw tym trudnościom i oczekując rychłych zmian związanych z uproszczeniem procedur związanych z budowaniem obiektów ochronnych, opracowaliśmy kolejną nowatorską metodę ochrony ludności. MOBILNY PUNKT OCHRONNY to moduł na bazie dwóch wielkości kontenerów, tzn. 20- i 40-stopowych jednostek, które są zabezpieczone balistycznie. Chronią też przed ostrzałem z broni maszynowej kaliber 7,62 x 51 mm, NATO M-80 oraz skutecznie zabezpieczają ich lokatorów przed falą uderzeniową i odłamkami. Obiekty nasze są wyposażone w szereg udogodnień, które zapewniają bezpieczne przetrwanie dla osób w nim ukrytych na czas 8-10 godzin. Mamy tam łóżka piętrowe, siedziska, zapas wody, żywność energetyczną, apteczkę, opatrunki, defibrylator i wiele innych, przydatnych elementów. W mojej ocenie, jest to dobra propozycja na polski rynek, bo nie wiemy, ile właściwie mamy czasu na zapewnienie bezpiecznych miejsc ukrycia, schronienia naszym obywatelom. Nasze rozwiązanie maksymalnie skraca czas realizacji zadania, a jak wszyscy wiemy, tego czasu nie mamy zbyt wiele.

Jak wiele osób mogą pomieścić te mobilne obiekty, bo rozumiem, że nie przygotowaliście tylko jednego rozmiaru?
Zgodnie z przepisami taki 20-stopowy kontener może zmieścić od 20 do 25 osób, a 40-stopowy od 40 do 50 osób. Przypomnę, że nie mówimy o typowym schronie, ale wyposażenie tych obiektów (w tym łóżka piętrowe, siedziska, z których mogą korzystać dzieci i osoby starsze) pozwala przetrwać owe osiem godzin.

A jeśli ktoś zechce zbudować sobie taki obiekt na działce w lesie lub przy domu na osiedlu, może do was przyjść i złożyć zamówienie. ALE HALE ma konstrukcję, technologię itp., więc możecie klientowi dostarczyć gotowy produkt.
Tak, mamy technologię i opatentowane niektóre rozwiązania. A szczerze mówiąc, na razie obserwuję większe zainteresowanie mobilnymi schronami ze strony osób prywatnych niż np. samorządów czy dużych firm. To nie brzmi dobrze, ale tak jest, niestety.

Bo klienci indywidualni mogą wydać więcej pieniędzy niż samorządy. Ile trzeba mieć, żeby sprawić sobie takie modułowe miejsce ukrycia?
To nie są tanie rzeczy, ale bezpieczeństwo ludzkie nie ma ceny. Nasze MOBILNE PUNKTY OCHRONNE są relatywnie tanie w stosunku do budowli, jaką jest schron podziemny. Schron to jest wysoce zaawansowany obiekt. Koncepcja, projekt, pozwolenia na budowę, wyposażenie, odbiory itd… Przy realizacji tego typu inwestycji wymagane jest posiadanie odpowiednich środków finansowych oraz potrzebny jest znaczny czas na realizację zadania. My przywozimy gotowe rozwiązanie na naczepie TIR-a. Stawiamy na wcześniej przygotowanym podłożu i w tej samej chwili obiekt jest gotowy do użytkowania. Nasz produkt cieszy się coraz większym zainteresowaniem i obecnie prowadzimy zaawansowane rozmowy dotyczące realizacji takich dostaw.

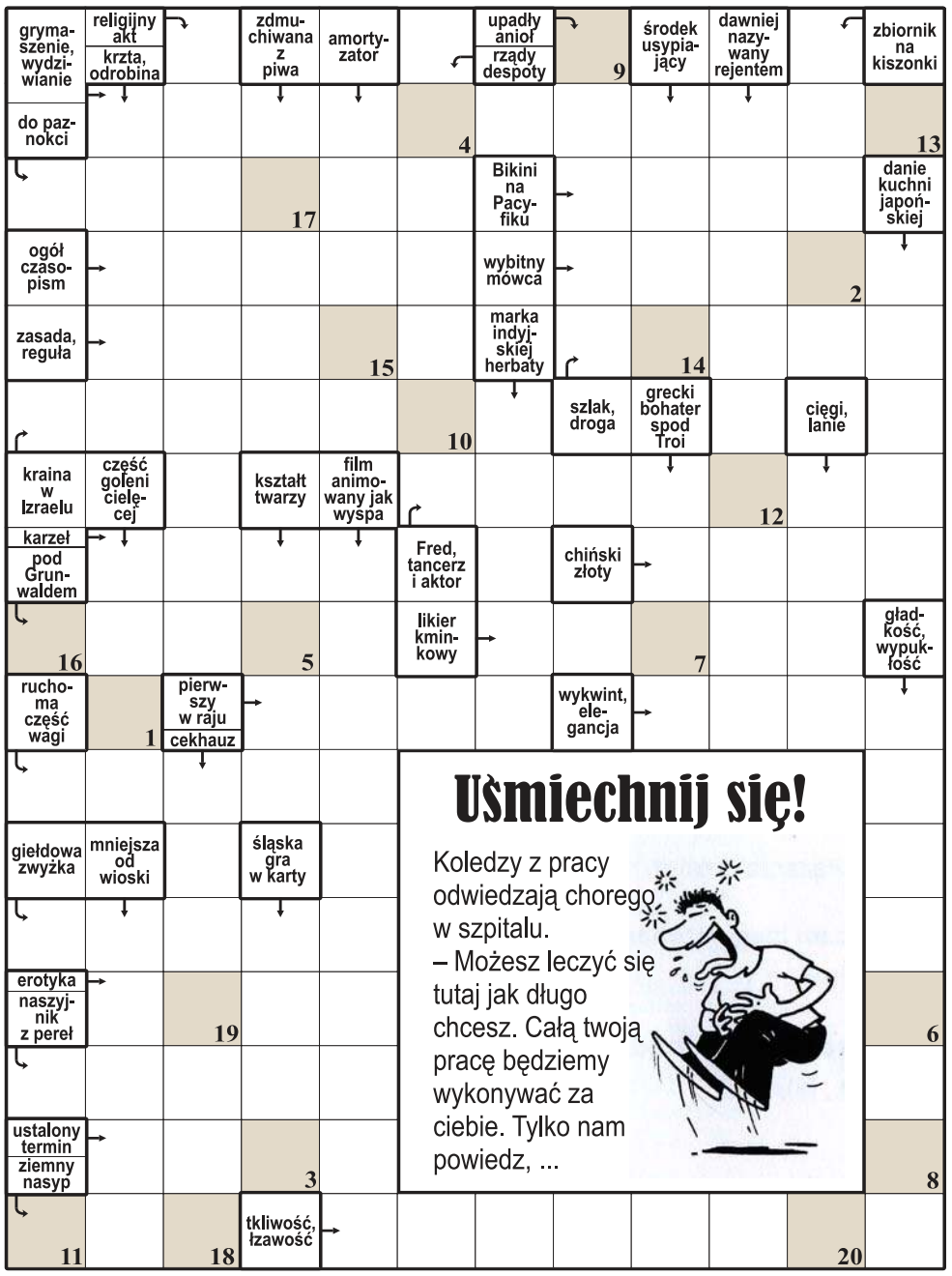
Schrony w budynkach budowaliśmy w latach 50., 60. i 70. ubiegłego wieku. Potem sytuacja geopolityczna była taka, że inwestowania w schrony zaprzestano, ale od trzech lat mamy konflikt na Ukrainie, która jest naszym sąsiadem.
Ja bardzo często uczestniczę w spotkaniach różnych sztabów kryzysowych i okazuje się, że nawet remont podziemnego schronu dla pięćdziesięciu osób wymaga koncepcji, przygotowania projektu, uzyskania pozwolenia na budowę, organizacji przetargu itd. itp. Jeśli będziemy nadal szli tą drogą, nic nie zbudujemy. Jeszcze raz pragnę podkreślić, że należy jak najszybciej uprościć procedury związane z legalizacją istniejących obiektów, a także zmniejszyć do niezbędnego minimum proces uzyskiwania pozwoleń nowych obiektów ochronnych.

Zostawmy na razie formalności. Wasza firma jest gotowa do robót realizowanych z dnia na dzień.
Tak. Mamy projekty, opracowaną technologię, wykwalifikowaną kadrę pracowniczą. Nasz zakład jest w stanie produkować kompletne MOBILNE PUNKTY OCHRONNE w ilości około 10 sztuk w skali miesiąca. Trzeba dodać, że są one w całości urządzone i wyposażone. Po dostawie nasz produkt jest od razu gotowy do użytkowania. W Polsce jest mnóstwo miejscowości, które nie posiadają żadnych miejsc ukrycia. Idealnym rozwiązaniem jest taki moduł, który można ustawić w centralnym punkcie miejscowości, aby - w razie zagrożenia - umożliwić równy czas dotarcia wszystkim mieszkańcom.

Próbował pan zainteresować swoimi produktami wojsko?
Wojsko bardzo się tym tematem zainteresowało. Na początku października zostałem zaproszony do Ministerstwa Obrony Narodowej, gdzie będę miał prelekcję połączoną z prezentacją naszych produktów. Chcę mówić nie tylko o miejscach do ukrycia, ale również o całym szeregu mobilnych rozwiązań dla wojska, które nasza firma opracowała i chce wdrożyć na rynek. Tak się składa, że wojsko boryka się z podobnymi problemami jak ludność cywilna, czyli z brakiem bezpiecznych miejsc ukrycia. W ramach rozwiązywania tego problemu możemy zaproponować szybkie stawianie mobilnych punktów ochronnych, tych samych, jakie oferowane są do ochrony ludności cywilnej. W swojej ofercie mamy też modułowe rozwiązania schronów podziemnych. Procedura budowy schronu wojskowego w tradycyjnej technologii zajmuje lata. My, realizując nasze rozwiązania modułowe, jesteśmy w stanie szybciej wybudować schron podziemny, taki z prawdziwego zdarzenia, niż obecnie trwają procedury związane z uzyskaniem pozwolenia na budowę. Inwestowanie w takie budowle powinno zostać wyłączone spod rygorów i przepisów prawa budowlanego. To jedyna droga, by w kraju mogły szybko powstawać obiekty do ochrony ludności. Powtarzam się, ale chcę, żeby ten apel wybrzmiał bardzo wyraźnie. Jest to do zrobienia, ale wszyscy muszą zdać sobie sprawę z powagi chwili.

eprasa.pl 7ecc8fcd9e

Krzyżówka panoramiczna



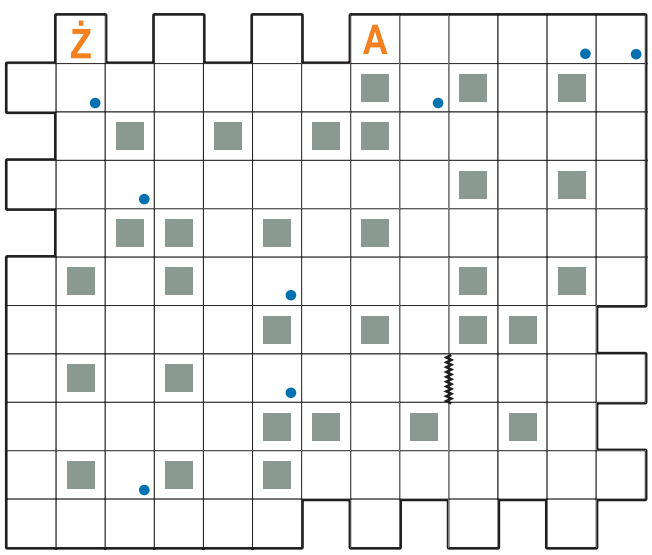
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 20 utworzą rozwiązanie – dokończenie dowcipu z okienka.

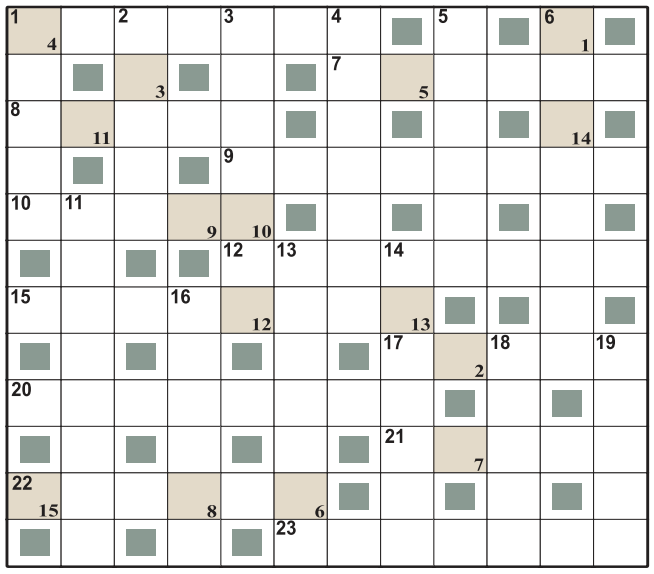
Krzyżówka A-Ż

Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

A) krzew owocowy (6).
B) niewielki rudobrązowy gryzoń podobny do myszy (9).
C) człowiek gromadzący zbędne zapasy (6).
D) okrycie na konia (4).
E) Fetting lub Niziurski (6).
F) niezwykła przyjemność, uciecha (6).
G) o miłym, przytulnym, nieduży mieszkaniu (8).
H) tłum, chmara (5).
I) duży port handlowy w Turcji (5).
J) komisja sędziowska (4).
K) ruchoma rączka przy zamku u drzwi (6).
L) wesołe miasteczko z diabelskim młynem (8).
Ł) towar przewożony środkami transportu (7).
M) ... Jeżowska, polska piosenkarka (5).
N) zbrojny atak na czyjeś terytorium (5).
O) duma wiewiórki (4).
P) prawo fizyki wyrażające proporcjonalność napięcia i natężenia prądu stałego (5,4).
R) jednostka monetarna m.in.: Indii, Nepalu, Pakistanu (5).
S) broń kłusownika (7).
T) koń lub pies białej maści w plamy (6).
U) zachowanie granic przyzwoitości (5).
W) otwór służący do wchodzenia do wnętrza czegoś (4).
Z) Laskowik lub Jaskuła (5).
Ż) miasto w województwie lubuskim nad Bobrem (5).



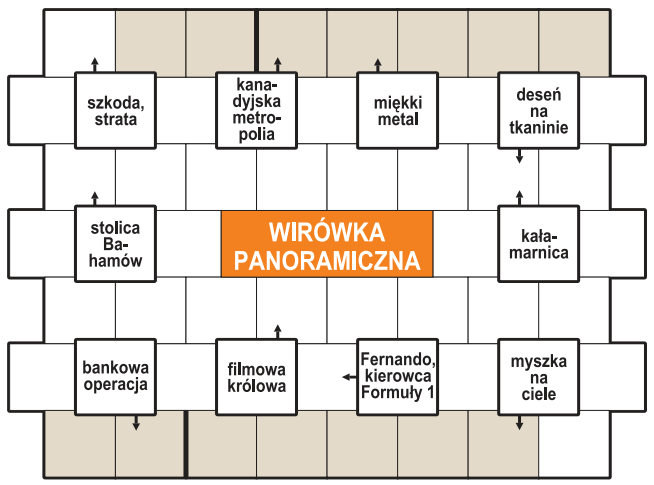
Krzyżówka z hasłem



Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 15 utworzą rozwiązanie – przysłowie.

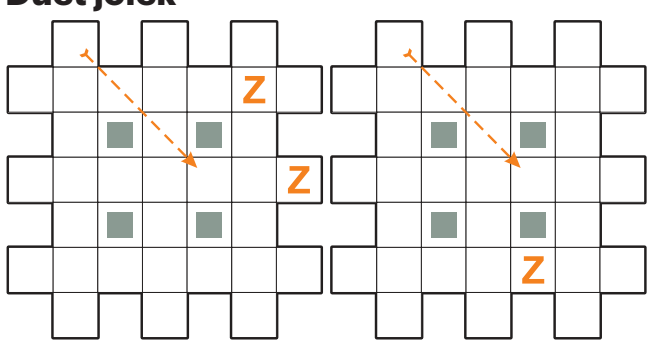
Poziomo:
1) kraksa na szosie,
7) rywal firmy Nike,
8) wycinka drzew,
9) szczyt w Tatrach Zachodnich,
10) płonie w czasie igrzysk,
12) ornament jak utwór muzyczny,
15) studio TV emitujące filmy,
17) hiszpański szlachcic,
20) Jadwiga z filmu „Noce i dnie",
21) taniec z lat 60-tych,
22) sielanka, idylla,
23) zielona w tytule filmu.

Pionowo:
1) jar, parów,
2) rzymskie Mojry,
3) młode drzewo z żołędziami,
4) imię Koźmiana, poety,
5) dobytek, majątek,
6) kryta lektyka,
11) utrata względów,
13) szwedzki parlament,
14) gatunek sikory,
16) wzorzec jednostki miary,
18) dowód niewinności,
19) wypełniona powietrzem.



Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie – tytuł piosenki.

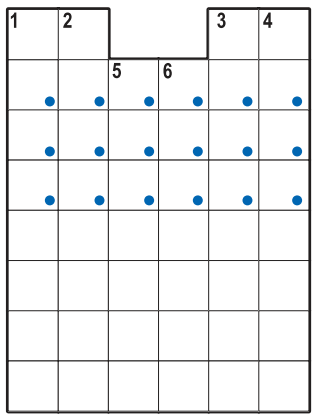
Duet jolek



W diagramach ujawniono wszystkie litery „Z". Litery czytane wzdłuż linii przerywanej (w obu diagramach) utworzą rozwiązanie: tytuł filmu.

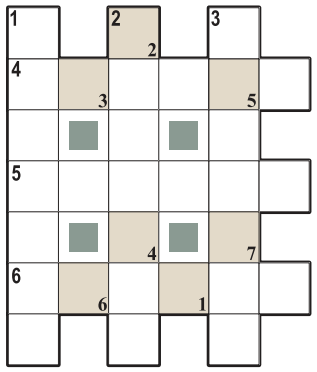
W przypadkowej kolejności:
– był nim Henryk Kwinto w filmie „Vabank"
– ... Jarosz z załogi „Rudego"
– trzeźwy osąd
– przeszukanie, kontrola
– narodowy – na pomnikach i banknotach
– stolica stanu Arizona
– zabór terytorium
– ... Kamil Norwid
– wywoływany w ciemni fotograficznej
– tenisowe zagranie
– pieszczotliwie o rodzicielce
– część robocza koparki

Logogryf



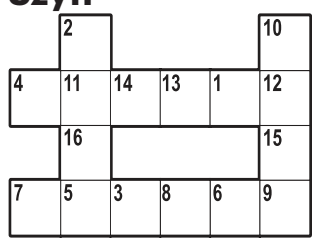
Litery w polach z kropką czytane kolumnami utworzą rozwiązanie – tytuł obrazu.
1) miasto w Wielkopolsce z Parowozownią,
2) karczmarz, oberżysta,
3) ukrywanie czegoś,
4) ryzykowna wyprawa,
5) symbol oświaty,
6) ukazuje się raz na 4 kwartały.

Krzyżówka



Litery z pól od 1 do 7 utworzą rozwiązanie.
Poziomo: pies ...
4) ... z powieści Erica Knighta,
5) ... Janka Kosa,
6) ... z polskiej kreskówki.
Pionowo:
1) wyrabia klucze i zamki,
2) roślina doniczkowa i rabatowa,
3) kolacja z opłatkiem.

Szyfr



Litery z pól od 1 do 16 utworzą rozwiązanie: związek frazeologiczny.
Poziomo:
4) gatunek dzikiej kaczki,
7) oddawana do przechowalni.
Pionowo:
2) pieśń z opery,
10) przegradza rzekę.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: ... co ty właściwie robiłeś?; **logogryf:** "Olszynka Grochowska"; **krzyżówka z hasłem:** Prawda w oczy kole; **wirówka panoramiczna:** "Za ostatni grosz"; **krzyżówka:** spaniel; **szyfr:** walka z wiatrakami; **krzyżówka A-Ż:** standard; **duet jolek:** "Naga broń".

eprasa.pl 7ecc8fcd9e