



**JESZCZE – STR. 5
O PRZEJŚCIU
W RYNKU**



**ZAMIERZAM
panów ganić!**

Felieton, który musicie przeczytać

– STR. 2

TYGODNIK LOKALNY

3,50 zł
W TYM 5% VAT

PUŁTUSK
GZY
OBRYTE
POKRZYWNICA
ŚWIERCZE
WINNICA
ZATORY

NR **42**

INDEKS 342424
ISSN 1429-6837

18 PAŹDZIERNIKA 2022

www.pultuszcza.pl

T Y G O D N I K

Pultuski

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



Piekielna zemsta

**Wpadł do komornika
z kanistrem benzyny**

CZYTAJ NA STRONIE 3

**To ONE ukradły
flagę spod
kościół**

– STR. 2

**Nowa odsłona
skweru
Piłsudskiego**

– STR. 5



**Pniewianki
zwyciężyły
w BITWIE
REGIONÓW**

– STR. 24

**Ulica ma
swoje święto**

– STR. 22



**Wójt witał nowych
mieszkańców**

– STR. 3

REKLAMA



**NOWE
MIESZKANIA**

→ PUŁTUSK
→ CIECHANÓW
→ WYSZKÓW
→ OSTROŁĘKA

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

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

CHABRY I OSTY



Z największą przyjemnością i podziękowaniem za kilkutygodniową opiekę rehabilitacyjną WRĘCZAM BUKIET CHABRÓW zespołowi pracowników Z DZIAŁU REHABILITACJI SZPITALA POWIATOWEGO GAJDA-MED WPUŁTUSKU. **To PAŃSTWO: Izabela Dębowska, Marta Kononenko, Agnieszka Rosiewicz, Justyna Nowosielska, Ewelina Jadacka, Marcin Parzychowski.**

Szczególne słowa uznania kieruję do kierownik działu, PANI Izabeli Dębowskiej, pod opieką której przebywałam – za profesjonalizm w działaniu, za podtrzymywanie na duchu osób cierpiących ból fizyczny, za rozmowy rozładowujące sytuację stresową.

Wszystkim PAŃSTWU za życzliwość i uśmiech.

Grażyna M. Dzierżanowska

PUŁTUSK WIDZĘ

ZAMIERZAM PANÓW GANIĆ!

Dzisiejszy felieton jest reperkusją na to, co działo się na niedawnym posiedzeniu Komisji Polityki Społecznej RADY MIASTA i o tym, co o TYGODNIKU, jego dziennikarkach i sposobie prowadzenia naszej niezależnej gazety mówili burmistrz Wojciech Gregorczyk i jego zastępca Mateusz Miłoszewski. Skandaliczne to były słowa ujęte w pakiet pod tytułem „Zamierzam pania ganić”. A wszystko poszło o to, że burmistrz nie podpisał z „TP” umowy na publikację informacji z UM, w ten sposób pozbawiając licznych naszych czytelników dostępu do nich. A dlaczego nie podpisał? Chciał ukarać TYGODNIK za krytyczne teksty o tzw. niedoróbkach miejskich!!!

Nie mieści się w głowie? Otóż to. Tak jak nie mieści się w głowie, że „zapomnieliście”, panowie, powiadomić redaktor naczelny Ewę Dąbek (inicjały ED – do wiadomości zastępcy burmistrza) o komisji i jak to, że rzucacie kalumnie na dziennikarki, insynuując państwu radnym, że te mają TENDENCJE do wymyślenia sobie sygnałów od mieszkańców czy sytuacji, by w złym świetle przedstawić UM, a przede wszystkim miłośnicie nami panujących burmistrzów.

Tu dygresja, panowie burmistrzowie, a ruszcie się z RATUSZA, pogadajcie z ludźmi, jako to my czynimy, oni wam opowiedzą – jak to mówi – kto, gdzie, kiedy i w jakiej pozycji. Słuchając ich, może otworzą oczy, żeby WIDZIAŁY.

Wracając do insynuacji, to jest dopiero KUJZORUM, jak mówił przed laty pewien radny.

Panowie burmistrzowie i inni urzędnicy miejscy, nie rozśmieszajcie nas, bo to my – lokalni dziennikarze – powinniśmy przyglądać się

wam, panom, nie panowie nam. Bo rolą prasy, czwartej władzy, jest kontrola rządzących. Prasa lokalna, panowie, nie jest narzędziem propagandy władz osiadłych w Ratuszu, dlatego ta nie może liczyć na teksty mówiące o gminie jako krainie miodem i mlekiem płynącej, krainie, w której nic nie ma do poprawienia i naprawienia. Kwiaty wszystkiego nie przykryją, choćby najpiękniejsze. I oszałamiająco pachnące.

To wy powinniście też zadbać o dialog, o dobre i kulturalne stosunki z prasą, z prasą miejscową, której jednym z zadań, jako się już powiedziało, jest kontrolowanie władz lokalnych. A lokalna władza samorządowa coraz bardziej oddala się od obywatela, bo obywatela, przysłowiowego Kowalskiego i Nowaka, potrzebuje tylko raz na kilka lat, przy okazji wyborów. Więc po co ma się wysilać, słuchać go, dyskutować z nim, podejmować w RATUSZU przy otwartych drzwiach??? Smutny to obraz w dodatku dopełniony przez słabość, to się zdarza, prasy lokalnej, która zapomina o kontrolnej funkcji wobec rządzących.

Prasa nie może być słaba, bowiem słabość prasy powoduje, że władza rośnie w siłę i potęgę i wymusza poddać coś wobec siebie. A stąd już krok do ośmieszania prasy i obwiniania jej o nierzetelność, z czym my, „TP”, mamy do czynienia nie od dzisiaj.

Na szczęście i wśród naszych CZYTELNIKÓW, i wśród RADNYCH są ludzie, którzy rozumieją istotę prasy lokalnej i jej rolę komunikacji ze środowiskiem. Wiedzą, że władza nie może dopuścić do jakiegokolwiek formy cenzurowania prasy, wywierania na nią nacisków i narzucania jej tematów



– wygodnych dla władzy. A zdarzało się, że byliśmy łajane za... pojedyncze wyrazy, które nie podobały się panu od mediów. A jeszcze częściej zdarzało się, że nie uzyskiwałyśmy odpowiedzi na pytania zadawane w imieniu CZYTELNIKÓW. Odpowiedzi – owszem – były, ale oscylowały wokół sprawy, a nie wchodziły w jej sedno. Jakże dobrze to znamy!

Koniec? Owszem, ale jeszcze zapewnianie. Zapewniamy naszych CZYTELNIKÓW, że nie zjeździemy z raz obranej drogi, że nie będziemy nic ukrywać, zamiatć pod redakcyjny dywan, przemilczać – nic z tego, co złego i nagannego dzieje się w naszym lokalnym środowisku. I nie ma dla nas świętych krów; widzieliście je kiedykolwiek na Świętojańskiej? W RYNKU? A nawet na POPLAWACH? „Jeśli panowie burmistrzowie wyobrażają sobie, że będziemy pisać teksty mając z tyłu głowy obawę, że się obrażą i co wtedy będzie, to niestety nie doczekają się...”. I to są świę-

te słowa, słowa, które wyszły spod pióra redaktor naczelnej jako podsumowanie artykułu z ubiegłego tygodnia ZAMIERZAM PANIĄ GANIĆ!

GMD, co się przekłada na: Grażyna Maria Dzierżanowska (do wiadomości zastępcy burmistrza)

DOM POGRZEBOWY Kraszewski
Pułtusk ul. Kościuszki 78
www.kraszewski.info
501634440 236922000

14.08.2022 roku,
w wieku 90 lat zmarł
ukochany Tatuś, Dziadek,
Pradziadek
i Prapradziadek
Ś.P. LEON BAJNO

15.08.2022 roku,
w wieku 48 lat zmarł
ukochany Syn, Brat
i Wujek
Ś.P. MARIUSZ GRZEGORZ SIERZAN

18.08.2022 roku,
w wieku 63 lat zmarł
Ś.P. MIROSLAW SKARŻYCKI

22.08.2022 roku,
w wieku 66 lat zmarł
ukochany Brat i Wujek
Ś.P. BOGUSŁAW MITKOWSKI

25.08.2022 roku,
w wieku 94 lat zmarła
ukochana Mama, Babcia,
Prababcia i Siostra
Ś.P. CZESŁAWA WIŚNIEWSKA

DOM POGRZEBOWY KESY
www.kesy.pl
23 692 2001 604 470 616
Pułtusk, ul. Traugutta 2a

22.09.2022 roku,
w wieku 93 lat zmarła
ukochana Mama, Babcia
i Prababcia
Ś.P. ZOFIA MARIA WIĘCKA

22.09.2022 roku,
w wieku 74 lat zmarła
ukochana Mama, Babcia
i Siostra
Ś.P. DANUTA BOREK



FAJNE FOTO

Dziś na tapecie FAJNEGO FOTO mamy dyrektora Domu Polonii pana MICHAŁA KISIELA. Tu z WNUSIĄ Anią. Dość rzucić okiem, by dojrzeć tę komitywę DZIADKA z WNUCZKĄ. Oko w oczko, nosek w nos.

MY, TYGODNIK, znamy pana Michała jako człowieka dostrzegającego słowa, obowiązkowego, otwartego na prasę, z zainteresowaniem i kulturą odnoszącego się do naszych dziennikarskich próśb.

Do powyższych słów dorzucmy jeszcze dbałość o kulturalne życie ZAMKU - więc koncerty, spektakle, wystawy, odczyty, także okolicznościowe zabawy dla dzieci - służące pułtuszczanom i przyjezdnym.

GMD

OGŁOSZENIE

HDK PCK „Kropla Życia” w Pułtusku informuje,
że **23 października w Pułtusku przy par. św. Jana Pawła II** w ambulansie, w godz. 9.00-13.00 odbędzie się w pobór krwi w ramach Akcji Otwartych Poborów Krwi.

TYGODNIK PUŁTUSKI

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

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

Druk: Polska Press Łódź.
Nakład: poniżej 15 000



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

Stowarzyszenie Gazet Lokalnych



Wpadł do komornika z kanistrem benzyny

Groził podpaleniem kancelarii

Do dramatycznego zdarzenia doszło w piątek, 14 października, w kancelarii komorniczej przy ulicy Rynek. Wtargnął tam 38-letni mężczyzna, jak się potem okazało, mieszkaniec powiatu pułtuskiego. miał przy sobie kanister z benzyną i groził podpaleniem kancelarii. Na miejsce zostały wezwane policja i straż pożarna. Na szczęście mężczyzna się opamiętał i oddalił z miejsca zdarzenia. Został zatrzymany przez policję i przesłuchany. Odpowie za groźby karalne, czyli z art.190 par.1 kk: *Kto grozi innej osobie popełnieniem przestępstwa na jej szkodę lub szkodę osoby najbliższej, jeżeli groźba wzbudza w zagrożonym uzasadnioną obawę, że będzie spełniona, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2*

ED



Wójt witał nowych mieszkańców



Oliwię Chodynę - córkę Barbary i Wiesława



Fabiana Leszczyńskiego - syna Mileny i Tomasza



Aleksandrę Seroła - córkę Iwony i Pawła



Aleksandrę Seroła - córkę Iwony i Pawła

Wójt gminy Obryte Sebastian Mroczkowski kontynuuje świetny zwyczaj odwiedzania domów rodzin, w których niedawno przyszły na świat pociechy. Wita nowo narodzonych mieszkańców gminy Obryte upominkami, między innymi pomysłowymi body z nadrukiem - dla dla chłopców „od urodzenia dumny z pochodzenia, dla dziewczynek „od urodzenia dumna z pochodzenia”. Bravo za pomysł i wytrwałość w jego realizacji! To bardzo miły gest ze strony wójta.

ED, zdjęcia gmina Obryte



Mikołaja Mańkowskiego - syna Karoliny i Adama



Amelię Salamon - córkę Andżeliki i Mateusza



Zuzannę Ołton - córkę Natalii i Arkadiusza

Z ogromnym bólem przyjęliśmy wiadomość o śmierci



OLIWIERA LASOTY

uczni Zespołu Szkół nr 2 w Pułtusk.
Pragniemy złożyć wyrazy współczucia i żalu
Rodzinie i Bliskim

Spółeczność Zespołu Szkół nr 2 w Pułtusk

KRONIKA STRAŻACKA

10 października

Trzy zastępy z JRG Pułtusk (12 ratowników) oraz jeden zastęp OSP Gzy (4 ratowników) i OSP Szyszki (6 ratowników) zostały zadysponowane do przewróconego samochodu ciężarowego przewożącego półtuszę wieprzowe w miejscowości Skaszewo Włosciańskie, gmina Gzy. W zdarzeniu został poszkodowany kierowca ciężarówki. Droga powiatowa zablokowana była przez 8 godzin.

Jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 ratowników) został zadysponowany do pomocy policji w dostaniu się do budynku mieszkalnego w Pułtusk przy ul. Sosnowej.

11 października

Jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 strażaków) ugasił pożar śmietnika w Pułtusk przy ulicy KEN.

13 października

Jeden zastęp OSP Głodowo (6 strażaków) i jeden zastęp z JRG Maków Maz. (5 strażaków) ugasił pożar nieużytków rolnych na granicy powiatów pułtuskiego i makowskiego w miejscowości Przemiarowo, gmina Pułtusk.

14 października

Jeden zastęp z JRG (4 strażaków) i jeden zastęp OSP Pokrzywnica (6 strażaków) ugasił pożar sadzy w kominie budynku mieszkalnego w miejscowości Nowe Niestępowo, gmina Pokrzywnica.

Jeden zastęp z JRG (4 strażaków) i jeden zastęp OSP Winnica (5 strażaków) ugasił pożar samochodu osobowego w miejscowości Zbroszki, gmina Winnica.

Dwa zastępy z JRG i trzy zastępy: z OSP Gzy i OSP Szyszki (w sumie 21 strażaków) ugasiło pożar drewnianego budynku gospodarczego w miejscowości Begno, gmina Gzy. Prawdopodobną przyczyną pożaru było zwarcie instalacji elektrycznej.

16 października

Jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 strażaków) ugasił pożar śmietnika w Pułtusk przy ulicy Traugutta.

Jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 ratowników) został zadysponowany do usunięcia rozlanych płynów eksploatacyjnych z drogi krajowej nr 61 w miejscowości Pogorzelec gmina Pokrzywnica. Plama powstała wskutek kolizji samochodu osobowego z borsukiem.

Jeden zastęp z JRG Pułtusk (4 ratowników) został zadysponowany do usunięcia rozlanej benzyny w Pułtusk na ulicy Rynek. Plama powstała wskutek pęknięcia przenoszonego plastikowego kanistra z paliwem

Ponadto w analizowanym okresie jednostki straży pożarnych z terenu powiatu pułtuskiego 5 - krotnie wyjeżdżały do usuwania owadów błonkoskrzydłych.

KP PSP

„Choć zdrowie nie jest na pewno wszystkim,
to bez zdrowia wszystko jest niczym.”
Arthur Schopenhauer



Z okazji Dnia Patrona Służby Zdrowia – Świętego Łukasza serdecznie dziękujemy wszystkim pracownikom zawodów medycznych i farmaceutycznych za pełną poświęceń służbę na rzecz drugiego człowieka, za trud i wielkie serca bez reszty zaangażowane w niesienie pomocy potrzebującym, jak również za nieprzebrane pokłady cierpliwości, wyrozumiałości i siły.

Życzymy Państwu satysfakcji z pracy zawodowej, życzliwości i serdeczności ze strony ludzi, z którymi spotykacie się podczas pełnienia obowiązków zawodowych, jak również wszelkiej pomyślności w życiu osobistym.

Przewodniczący
Rady Miejskiej w Pułtusk
Ireneusz Purgacz

Burmistrz
Miasta Pułtusk
Wojciech Gregorczyk



Pułtusk, 18 października 2022 r.



MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

LEGIONOWO.

700 gram marihuany!

Policjanci z legionowskiej komendy zabezpieczyli blisko 700 gramów marihuany. Susz roślinny ujawnili w jednym z mieszkań na terenie miasta. Zatrzymali również 48-letnią kobietę oraz 17-letniego mężczyznę. Podejrzani usłyszeli już prokuratorskie zarzuty i zostali tymczasowo aresztowani. Grozi im do 10 lat pozbawienia wolności.

Policjanci z legionowskiej komendy podejrzewali, że w jednym z mieszkań na terenie miasta może znajdować się znaczna ilość środków odurzających. Lokal zajmować miała 48-letnia kobieta i 17-letni mężczyzna. Kilka dni temu kryminalni wkroczyli do mieszkania, w którym zastali parę mieszkańców miasta. Podczas przeszukania lokalu funkcjonariusze ujawnili susz roślinny, kilka krzaków konopi innych niż włókniste oraz wagę elektroniczną. 48-latkę i 17-latek zostali zatrzymani i osadzeni w policyjnym areszcie. Po zabraniu materiału dowodowego przez policjantów podejrzani trafili do Prokuratury Rejonowej w Legionowie, gdzie usłyszeli zarzuty posiadania znacznej ilości marihuany oraz uprawy konopi innych niż włókniste. Sąd po zapoznaniu się ze zgromadzonym przez policjantów i prokuratora materiałem dowodowym uwzględnił wniosek o tymczasowe aresztowanie obojga podejrzanych. Mieszkańcom Legionowa za popełnione przestępstwo grozi kara do 10 lat pozbawienia wolności.

LEGIONOWO. 9 kg

tytoniu zabezpieczone

Legionowscy policjanci na bieżąco podejmują działania przeciwko przestępczości związanej z nielegalnym obrotem wyrobów nie posiadających polskich znaków akcyzy. Tym razem w toku przeprowadzonych czynności mundurowi zabezpieczyli blisko 9 kg krajanki tytoniowej i kilkaset sztuk papierosów.

W minionym tygodniu policjanci Wydziału dw. z Przestępczością Gospodarczą legionowskiej policji uzyskali informacje o przechowywaniu i sprzedaży wyrobów tytoniowych bez polskich znaków akcyzy. Kontrabanda miała znajdować się na jednym ze stoisk na serockim rynku. W toku dalszych czynności funkcjonariusze na stoisku oraz w pojeździe należącym do mieszkańcy powiatu pułuskiego ujawnili i zabezpieczyli blisko 9 kg krajanki tytoniowej oraz 600 sztuk papierosów. Wstępna wartość uszczuplenia majątkowego na szkodę skarbu państwa to kwota około 10 tysięcy złotych. Teraz 65-latek odpowie za naruszenie przepisów określonych w art. 65 kodeksu karno skarbowego.

PUŁTUSK.

Ukradły flagę RP

Funkcjonariusze Wydziału Kryminalnego zakończyli postępowanie dotyczące usunięcia a następnie kradzieży flagi Państwowej RP, dokonanej pod koniec września, na szkodę Parafii Św. Mateusza w Pułtusku.

Do sprawy zabezpieczony był monitoring, informacja z prośbą o pomoc w ustaleniu tożsamości zarejestrowanych za pośrednictwem kamer sylwetek, rozbiegła się po lokalnych mediach społecznościowych. Wszystko wskazywało na to, że przestępstwa dokonały dwie kobiety. Jedną weszła na plac przed Bazyliką Kolegiacką Zwiastowania NMP, druga stojąc na parkanie - zerwały umocowaną na maszcie flagę a następnie ją ukradły. Dzięki zaangażowaniu i pracy operacyjnej, pułtuscy funkcjonariusze, ustalili tożsamość kobiet, którymi okazały się być dwie nieletnie mieszkanki Pułtuska. Mienie zostało odzyskane i zwrócone a sprawczynie przestępstwa, w obecności rodziców, przesłuchane przez funkcjonariuszy Wydziału Kryminalnego. III Wydział rodzinny i nieletnich Sądu Rejonowego w Pułtusku zdecydował o dalszym losie młodych kobiet.



LEGIONOWO. Narkotyki przechwycone w trakcie kontroli drogowej

Zachowanie podejrzanych często zdradza, że mają coś na sumieniu. Tak też było tym razem. Widok policjantów na mężczyznę zadziałał paraliżująco. Okazało się, że przy sobie mieli narkotyki. Obaj podejrzani byli pasażerami samochodu, który został zatrzymany do kontroli przez legionowskich patrołowców.

Często zachowanie osób, które mają coś na sumieniu ich zdradza. Tak było też i tym razem. Nerwowe zachowanie mężczyzny, którzy byli pasażerami auta zatrzymanego w miniony weekend do kontroli wzbudziło czujność legionowskich policjantów. Po wylegitymowaniu osób i sprawdzeniu w policyjnych bazach danych mundurowi dokonali kontroli osobistej mężczyzny. W odzieży pasażerów ujawnili środki woreczki strunowe z białym proszkiem. Badanie narkotesterem wskazało na amfetaminę. 40 i 39-latek zostali zatrzymani. Po zebraniu materiału dowodowego przez śledczych, mężczyźni usłyszeli zarzuty posiadania środków odurzających. 39-latek posiadał prawie 10 gramów narkotyków, zaś 40-latek jedną porcję. Za popełnione przestępstwo mieszkańcom powiatu grozi kara do 3 lat pozbawienia wolności.

Za naruszenie przepisów ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii odpowiedzialność zatrzymani w ostatnich dniach, dwaj mieszkańcy pow. makowskiego i trzech pułuszczań. Mężczyznom grozi odpowiedzialność karna.

PUŁTUSK.

Pięciu zatrzymanych z narkotykami

W minionym tygodniu policjanci w Pułtusku zatrzymali 5 osób posiadających środki odurzające.

Pierwsza interwencja miała miejsce w Pułtusku, na ul. Nadwodnej. Policjanci

z Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku zatrzymali będącego pod wpływem środków odurzających, 18-letniego kierującego Oplem. Mężczyzna przewoził pasażerów, 16-latkę z Makowa Mazowieckiego przy którym znaleziony został mefedron i 17-letniego pułuszczanina z marihuaną. Kolejny, który odpowie z ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii, za posiadanie marihuany, to zatrzymany na ul. Rynek 21-letni mieszkaniec Pułtuska. Do trzeciego zatrzymania doszło na ul. Telimieny. Podczas legitymowania 35-latka policjanci znaleźli przy nim torebkę foliową z zawartością białego proszku wstępnie zwerifikowanego jako amfetamina. Cała piątka będzie teraz odpowiadała przed sądem.

NIEPORĘT.

Ukradł 20 paczek kapsułek do zmywarki

Policjanci z Nieporętu zatrzymali 37-latkę podejrzaną o kradzież kapsułek do zmywania z jednego z marketów na terenie gminy. Mężczyznę został ujęty przez ochronę sklepu. Mieszkaniec Warszawy usłyszał już zarzut kradzieży. Przyznał się do niego i dobrowolnie poddał się karze.

Nieporęccy mundurowi zostali wezwani do jednego z marketów, gdzie pracownik ochrony ujął mężczyznę podejrzanego o kradzież. Jak ustalili policjanci, ujęty 37-latek do torby spakował 20 paczek kapsułek do zmywarki i nie płacąc wyszedł ze sklepu. Reakcja ochrony był natychmiastowa, złodziej został ujęty i powiadomiono Policję. Mieszkaniec Warszawy został zatrzymany. Z uwagi na stan nietrzeźwości, badanie wykazało blisko 3 promile alkoholu, noc spędził w policyjnej celi. Po wytrzeźwieniu 37-latek usłyszał zarzut kradzieży towaru o wartości ponad 1600 złotych. Mężczyzna przyznał się do kradzieży i dobrowolnie poddał się karze.

KPP: Legionowo
/Nowy Dwór Maz.
/ Pułtusk



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

CHRRZCIN I KOMUNII
ŚLUBU LUB WESELA
URODZIN CZY JUBILEUSZU

Rezerwacje:

info@palacjablonna.pan.pl

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

Pałac w Jabłonninie

ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna



Skwer Piłsudskiego w nowej odsłonie

Czy Pułtuszcianie pamiętają jeszcze stary plac zabaw na skwerze u zbiegu Kotlarskiej i ks. Piotra Skargi? Zapewne tak, jednak przyznać trzeba, że poprzednia aranżacja, a zwłaszcza wyeksploatowane zabawki dla dzieci, zdecydowanie wymagały zmiany na nowe

I proszę – trwające od kilku miesięcy prace budowlane najwyraźniej mają się ku końcowi. Można już wstępnie oceniać nowe wyposażenie, zmieniony układ przestrzenny, całkiem nowy pomysł na zagospodarowanie dość dużego skweru. I od razu można bez wątpliwości podkreślić, że tak zaprojektowana przestrzeń wypoczynkowo – rekreacyjna, wraz z ogromnym placem zabaw dla dzieci, zdecydowanie podniesie walory turystyczne centrum miasta.

Jeszcze kilka tygodni temu, kiedy zaczęto montować drewniane słupy, słyszeliśmy sporo głosów, utrzymanych w duchu: „co to będzie za dziwoląg?” „to do niczego nie jest podobne!” Dziś już widać imponujący trejaż, robiący wrażenie solidnym wykonaniem, który całkowicie zmienia obraz skweru. Zamontowane wewnątrz podświetlenie z całą pewnością po zmroku stworzy nastrój.

Możemy sobie wyobrazić, jak pysznie będzie wyglądać alejka biegnąca środkiem tej konstrukcji, kiedy za rok czy dwa rozrosną się nasadzone pnącza – jeśli nie popełniłem błędu w ocenie, to glicynia chińska. Przyrasta bardzo szybko i przepięknie kwitnie, choć trzeba zauważyć, że wszystkie części rośliny mają właściwości toksyczne. Najsilniej trujące są nasiona, jednak również kwiaty i liście zawierają szkodliwe substancje. Jeśli zatem trejaż w istocie obsadzono glicynią chińską, najpewniej potrzebne będą ostrzegawcze informacje na tabliczkach.

Plac zabaw jest równie imponujący: dwa wielkie „zamki” z wieloma drabinkami i mostami linowymi z całą pewnością będą rajem dla dzieci. W projekcie przestrzeni zabaw najwyraźniej ujęto zbudowanie tak zwanych „bezpiecznych nawierzchni” – trzeba wiedzieć, że w tym zakresie obowiązuje polska/



europańska norma określająca sposoby badania właściwości amortyzujących nawierzchni. Ażurowe, elastyczne wykładziny okrywające całą powierzchnię ziemi na placach zabaw zdają się gwarantować bezpieczeństwo dzieci – zwłaszcza podczas wspinań. Zabawki są tymczasem jeszcze zasłonięte budowlanymi ogrodzeniami przed dostępem ciekawskich.

Cały skwer zostanie objęty czujnymi oczami kilku kamer monitoringu – a znając realia, należy przyznać, że oddanie zrewitalizowanego skweru, z całym nowym i kosztownym wyposażeniem, powinno odbyć się wraz z uruchomieniem monitoringu.

Budowa zakończy się niewątpliwie, zapewne zdążymy jeszcze przespacerować się nowymi alejkami w tym roku, choć wiosną i latem będziemy mogli prawdziwie nacieszyć się nowym, przyjaznym, pełnym zieleni miejscem w centrum miasta. Projekt i wykonanie naprawdę zapowiada imponujący efekt końcowy. Nawet kosze na odpadki, do selektywnej zbiórki, doskonale współgrają z pozostałymi elementami aranżacji.

Niepokoje mnie jedynie (poza domniemanymi trującymi właściwościami pnącza na trejażu) kwestia alejek – a właściwie efektu, jaki tworzy nowoczesna nawierzchnia ułożona na wszystkich, tak



zwanych „ciągach pieszych”. Przyglądałem się uważnie ułożonej przepuszczalnej nawierzchni mineralno żywicznej – bo najwyraźniej właśnie taką technologię zastosowano na wszystkich alejkach skweru. Powierzchnia jest doskonale równa, żwirek ma oryginalną, naturalną barwę, a dzięki spojeniu całości w jedną masę syntetyczną żywicą, warstwa jest wytrzymała i doskonale przepuszczalna dla wody. Zwróciłem jednak uwagę, że po deszczu, wilgotna powierzchnia jest bardzo śliska. Jest takie dobre powiedzenie, że „nie należy pokazywać, /.../ osobie nieorientowanej, roboty przed jej skończeniem”. Zakładałem zatem, że

moja ocena okaże się ostatecznie nietrafiona, „coś” zostanie dodatkowo zrobione w ramach zastosowanej technologii, a powierzchnia alejek spacerowych (po których najpewniej będą jeździły rowerki i biegały dzieciaki) ostatecznie nie okaże się niebezpiecznie śliska. Może po prostu po krótkim czasie normalnego użytkowania powierzchnia się samoistnie „zmatowi” i uzyska oczekiwaną przyczepność? Jeśli jednak kiedyś, po jednym czy drugim deszczu, przyjdzie do urzędu ktoś, trzymając zęby w kubeczku i pytając o regres na miejską polisę OC – to my uprzedziliśmy.

ZCZ

Przejście dla pieszych przy ratuszu

Odpowiadamy na komentarze i pytania Czytelników

Po naszym artykule opisyującym nowe przejścia dla pieszych na Rynku, pojawiło się dużo komentarzy. Wszyscy zgadzali się, że zejścia z pasów na miejsca postojowe to – łagodnie rzecz ujmując – bardzo niefortunne rozwiązanie. Dodatkowo kierowcy upierają się, by wjechać na te miejsca postojowe, popełniałoby wykroczenie – jadąc wzdłuż przejścia, drogą zastrzeżoną dla pieszych. Z satysfakcją zauważyliśmy szybka reakcję na nasze uwagi: betonowy kwiatnik przesunięto i ustawiono centralnie na przedłużeniu pasów. Wydaje się też, że nikt nie będzie w tym miejscu próbował parkować. Piesi, także z wózkami, bez kłopotu przejdą na drugą stronę ulicy. Ograniczenie prędkości, miejmy nadzieję, powinno działać. Wątpliwości wielu Czytelników budzi jednak układ szaro-czarnych pasów na przejściu.

W komentarzach przywoływane są przepisy ruchu drogowego nakazujące wymalowanie pasów białą farbą. Chodzi oczywiście o znak poziomy P-10. Niezmiennie podstawą do sprawdzenia, czy jakiś znak na drodze „jest zgodny z przepisami” jest rozporządzenie Ministra Infrastruktury w sprawie szczegółowych warunków technicznych dla znaków i sygnałów drogowych oraz urządzeń bezpieczeństwa ruchu drogowego i warunków ich umieszczania na drogach. Dla fanów tematu: strona 27, rozdział 4 – znaki poprzeczne.

Do tego możemy też przeczytać, że oznakowanie poziome powinno charakteryzować się: *dobrą widocznością w ciągu całej doby, wysokim współczynnikiem odbłaskowości, również w warunkach dużej wilgotności, np. podczas opadów deszczu, zachowaniem minimalnych parametrów odbłaskowości w całym okresie użytkowania, odpowiednią szorstkością zbliżoną do szorstkości*

nawierzchni, na której są umieszczone, odpowiednim okresem trwałości, odpornością na ścieranie i zabrudzenie, szybką metodą aplikacji, uwzględniającą również wymogi ekologiczne.

Do oznakowania poziomego można stosować tylko materiały atestowane. Badania jakości materiałów do oznakowania poziomego określa odpowiednia norma.

Czy pasy przy ratuszu spełniają wszystkie te wymagania? Nawet nie będę próbował dociekać, czy zapewnione są wskaźniki „współczynnika luminancji – widoczności w dzień” czy „powierzchniowego współczynnika odbłasku” bo takie wskaźniki dla znaków poziomych to rozporządzenie określa. Zestawienie z trzema pierwszymi punktami z cytowanej powyżej listy budzi spore wątpliwości. Ponadto przepis z cytowanego rozporządzenia reguluje kwestię oznakowania pionowego – **na jezdniach jednokierunkowych** znaki D-6, D-6a i D-6b należy powtarzać po lewej stronie (te

trzy kryptonimy oznaczają znaki pionowe „przejście dla pieszych”, „przejazd dla rowerzystów” i „przejście dla pieszych i przejazd dla rowerzystów”). Pod ratuszem mamy jezdnię jednokierunkową, a po lewej stronie oznakowania pionowego najwyraźniej nie ma.

Trzeba jednak przyznać, że zastosowane na rynku rozwiązanie, naprzemienne pasy z szarego i czarnego kamienia, nie jest wyjątkiem. Podobne rozwiązania stosowane są często właśnie tam, gdzie nawierzchnia jezdni wykonana jest z kamiennej kostki, a droga stanowi część zabytkowego układu architektonicznego. W takich okolicznościach należy szukać rozwiązań kompromisowych, które z jednej strony będą bezpieczne i funkcjonalne – a z drugiej strony nie będą rażącym, obcym wtrąceniem, „gryzącym” się z estetyką i często powagą zabytkowego otoczenia.

Dla przykładu prezentujemy zdjęcia z warszawskiej Woli, ze zrewitalizowanej

kilka lat temu ul. Chłodnej. Podczas projektowania i realizacji prac budowlanych konserwator zabytków miał bardzo dużo do powiedzenia: Chłodna przy skrzyżowaniu z Żelazną to pamiętne miejsce z czasów okupacji hitlerowskiej, ulica stanowiła wówczas granicę między tzw. małym i dużym gettem, z „mostem nad Chłodną” upamiętnionym dziś świetlną instalacją zawieszoną nad jezdnią. A na jezdniach, parkingach, chodnikach zastosowano wiele różnych materiałów, kamiennych kostek, płyt, bruku – co symbolizowało ma wielokulturowość tego miejsca, dzielnicy i całej Warszawy. Aby jednak po rewitalizacji życie mogło się toczyć zwykłym torem, zastosowano rozwiązania techniczne i materiałowe, które miały pogodzić zalecenia konserwatora, pamięć i powagę miejsca – z funkcjonalnością i bezpieczeństwem ruchu pieszych i pojazdów. Zrezygnowano z malowania pasów na jezdniach, zarówno dla pieszych jak i pojazdów.

Rzut oka na zdjęcie pasów dla pieszych na Chłodnej jest identyczne jak rozwiązanie z naszego rynku. Ciekawostka: zamiast białych linii malowanych na jezdni, zastosowano dość oryginalny pomysł: ustawione w linii płaskie krążki z nierdzewnej stali, zakotwione w kamiennych kostkach. Rozwiązanie niestety nie przetrwało próby czasu: krążki odrywały się, największe ubytki następowały w sezonie zimowym. Ostatecznie pozostałości tych „punktowych linii” podkreślono białymi malowaniami – choć takie linie na kamiennym, wyszlizganym bruku także nie imponują trwałością.

Na zakończenie refleksja: aby zobaczyć przejścia dla pieszych z szaro-czarnych kostki, zamiast malowanych na biało pasów, nie trzeba jechać do Warszawy – wystarczy przejść się naszą Świętojańską. Przejścia świetnie komponują się z nawierzchnią i już chyba nam wszystkim „wrosły w krajobraz”. Co jednak ważniejsze: funkcjonują na tyle długo, że najwyraźniej piesi są na tych przejściach bezpieczni.

ZCZ



Przejście na pułtuskim rynku



Ulica Chłodna w Warszawie



Podwyżki cen energii, a także rosnące koszty węgla i brak dostępności surowca mobilizują Polaków do poszukiwania alternatyw na ogrzewanie domów. Podobne kroki podejmują Spółdzielnie Mieszkaniowe w całej Polsce. Wszystko po to, by zyskać niezależność energetyczną. Czy możliwe są zerowe rachunki za prąd i ogrzewanie? Czy to tylko utopia, o której marzą Polacy? Czym jest Darmomodernizacja? Kilka Spółdzielni już zna odpowiedzi na te pytania

Tylko w 2022 roku ceny energii wzrosły o 24 proc. w porównaniu do 2021 roku. I choć rząd zapowiada zamrożenie cen, koszty związane z energią czy ogrzewaniem mieszkań nadal mogą pochłaniać spora część budżetu Polaków. Aż 6 na 10 osób przyznaje, że ich sytuacja finansowa pogorszyła się w porównaniu do 2021 roku – wynika z raportu „Potrzeby pracowników 2022”. Wiele mieszkańców – w tym spółdzielni mieszkaniowych – poszukuje oszczędności

Rachunki za prąd i ogrzewanie bliskie 0 zł? Tak, to możliwe! Oni wiedzą, jak to zrobić

i sposobów na redukcję zbyt wysokich rachunków. Rozwiązaniem są odnawialne źródła energii.

Darmomodernizacja – czyli sposób na bezkosztowe ogrzewanie mieszkań

Spółdzielnia Mieszkaniowa ze Zwolenia skorzystała z Darmomodernizacji. Pojęcie może wydawać się dość enigmatyczne. Na czym polega? Wyjaśnia Tomasz Walczak CTO Euros Energy.

– To coraz popularniejszy koncept techniczno-ekonomiczny, który polega na połączeniu kilku znanych rozwiązań. W blokach z tak zwanej wielkiej płyty są ogromne straty ciepła. Skąd one wynikają? Np. z nieszczelnych okien, starych, niezisolowanych instalacji czy braku ocieplenia budynku. Darmomodernizacja dedykowana jest głównie budynkom z lat 70. i 80. – tłumaczy. – O ile to konieczne, proces rozpoczynamy od wykonania izolacji termicznej ścian,

dachu i piwnic, by zniwelować straty ciepła. Kolejnym krokiem jest unowocześnienie systemu ogrzewania i inwestycja w pompy ciepła.

Koncept dopełniają panele fotowoltaiczne montowane na budynkach. Te zasilają pompy ciepła energią ze słońca. Darmomodernizacja ma wiele zalet i zastosowań.

– Mieszkańcy korzystają z takiego rozwiązania na kilka sposobów. W ramach Darmomodernizacji możemy wymienić grzejniki na tak zwane klimatyzatory. Te zapewniają ciepło zimą, a latem działają jak klimatyzacja. Zatem każdy mieszkaniec bloku może poczuć w mieszkaniu przyjemny chłód, gdy na dworze jest upał – dodaje Tomasz Walczak. – Produkowane, bezpłatne ciepło jest wykorzystywane także do podgrzewania wody, co znacząco redukuje rachunki. Bloki, które zdecydują się na Darmomodernizację są odłączane od sieci ciepłowniczej

i stają się niezależne. Nie muszą się także obawiać odgórnie narzucanych podwyżek.

Rachunki za ogrzewanie – przy zastosowaniu Darmomodernizacji – spadają nawet o 90 proc. Potwierdza to Spółdzielnia Mieszkaniowa w Zwoleniu, która stała się przykładem dla innych, jak zaoszczędzić na rachunkach, a dodatkowo zadbać o dobro naszej planety.

Korzystajmy z tego, co mamy

Już od dawna wiadomo, że zasoby naturalne są na wyczerpaniu. Węgla wkrótce może zabraknąć – co pokazała sytuacja, z którą obecnie mamy do czynienia. Nawet, jeśli ten dostępny jest na składach ceny mogą przyprawić o zawrót głowy. To bólączka zarówno właścicieli domów jak i spółdzielni... ciepłownie są zmuszone do drastycznych podwyżek ceny ciepła systemowego. Dlatego tak ważna jest niezależność energetyczna. Darmomodernizacja

skierowana jest tak naprawdę do wszystkich osób, które pragną obniżyć rachunki za ogrzewanie, stać się niezależnymi energetycznie i mają na uwadze środowisko naturalne, którego degradacja przebiega w zatrważającym tempie.

Jakie korzyści płyną z Darmomodernizacji?

Ekonomiczne. Na przykładzie Spółdzielni Mieszkaniowej w Zwoleniu można wywnioskować, że zmiana sposobu ogrzewania budynku przynosi spore oszczędności. Mieszkańcy płacą obecnie zaliczkę na ogrzewanie w wysokości 0,8 zł miesięcznie za 1 mkw. Zaś w sąsiednim budynku wynosi ona 8,5 zł za 1 mkw. To aż o ponad 1000 proc. więcej, niż w przypadku budynków, które skorzystały z Darmomodernizacji.

• **Ekologiczne.** Korzystanie z odnawialnych źródeł energii przyczynia się do zmniejszenia emisji wytwarzania energii

elektrycznej i cieplnej. Moduły fotowoltaiczne oraz pompy ciepła podczas pracy nie wytwarzają dwutlenku węgla.

• **Komfort.** Dzięki Darmomodernizacji mieszkańcy mogą korzystać z klimatyzacji, czyli chłodnego powietrza, jakie płynie z grzejników latem.

• **Wzrost wartości mieszkań.** Mieszkania wyposażone w ekologiczne i tanie ogrzewanie oraz darmową klimatyzację w budynku po kompleksowym remoncie zyskują na wartości w stosunku do podobnych mieszkań w sąsiednich blokach.

A co z kosztami wynikającymi z realizacji Darmomodernizacji? Spółdzielnie realizują projekty termomodernizacyjne z kredytu finansowanego funduszem remontowym. Miesięczne łączne koszty jednostkowe funduszu remontowego oraz zaliczki na CO i CWU, są niższe niż wysokość rachunków za prąd i ogrzewanie w przypadku braku Darmomodernizacji.



KAMPANIA INFORMACYJNA



DIETA I RUCH W WALCE Z RAKIEM

Nadwaga i otyłość osłabiają odporność i sprzyjają występowaniu nowotworów. Bez względu na wiek czy sprawność fizyczną można i warto ograniczyć ryzyko choroby, stosując lekkostrawną dietę i regularnie ruszając się albo ćwicząc przynajmniej pół godziny dziennie. Porady dotyczące diety i zdrowego trybu życia są dostępne w internetowych poradnikach dietetycznych NFZ i PZH.

Na świecie prawie połowa śmierci z powodu raka (rocznie ponad 4,5 miliona osób w 200 krajach) jest wywołana czynnikami ryzyka w pełni zależnymi od ludzi, jak m.in. używanie tytoniu, alkoholu i niezdrowa dieta, powo-

dująca nadwagę i otyłość. Nadmierna masa ciała w największym stopniu zwiększa ryzyko zachorowania na raka. Nowotwory związane z otyłością dwukrotnie częściej zbirają śmiertelne żniwo wśród otyłych kobiet niż wśród mężczyzn, a ponad 90 proc. przypadków dotyczy osób z nadwagą, które ukończyły 50 rok życia. Dla otyłych panów najgroźniejszy jest rak jelita grubego, a dla pań – rak piersi (zwłaszcza wśród kobiet po menopauzie).

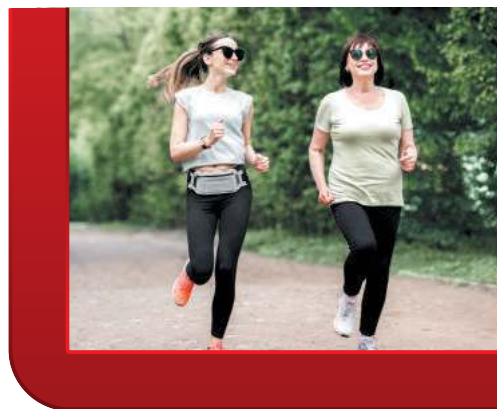
Pani Alina z Dzierżoniowa (61 l.) niedawno zakończyła kurację przeciwrakową i powoli wraca do zdrowia. Dzisiaj wyrzuca sobie, że w ostatnich latach zaniedbała mamografię i że trafiła do onkologa z paromiesięcznym opóźnieniem. Tuż przed pandemią zajęła się dwuletnią wnuczką, bo córka wróciła do pracy po urlopie wychowawczym. Obowiązki przy dziecku, gotowanie dla całej rodziny, i niewiele czasu sprowadzały, że babcia przytyła, a nawet uzależniła się od słodczy i ciast.

Na wiosnę 2021 r. córka zauważyła, że pani Alina szybko się męczy i że czasem skarży się na ból klatki piersiowej. Miała akurat urlop, więc zajęła się dzieckiem, a matkę wysłała do lekarza. Okazało się, że konieczne będą dodatkowe badania i wizyta u specjalisty. Diagnoza o raku piersi wywołała panikę w rodzinie, ale lekarka prowadząca miała nadzieję, że na tym etapie naświetlania i chemioterapia przyniosą efekt. Po rocznej, dość uciążliwej kuracji udało się pokonać chorobę. Alina zapamiętała wskazówki lekarza onkologa, aby nie tylko systematycznie się badać, ale też dbać o właściwą dietę i więcej się ruszać, bo otyłość osłabia organizm, zmniejsza odporność i sprzyja rozwojowi komórek rakowych.

Troska o właściwą dietę i utrzymanie prawidłowej wagi ciała powinna towarzyszyć wszystkim od dzieciństwa. Zajadanie stresu, nawet jeśli chwilowo poprawia nastrój, ostatecznie skutkuje nadwagą i wystąpieniem poważnych schorzeń. Problemy z nadwagą dotyczą w większym stopniu ludzi starszych. Za dodatkowe kilogramy odpowiadają głównie nieregularne, zbyt obfite posiłki, nadmiar wysoko przetworzonych produktów, czerwone mięso i tłuste wędliny (jak kiełbasa i boczek), sól i cukier, słodkie napoje gazowane, niedostateczna ilość owoców i warzyw, mało snu, stresy życia codziennego, a również brak codziennej aktywności fizycznej. Ryzyko raka wzrasta, gdy nadwaga się zwiększa i utrzymuje się przez dłuższy czas. A przecież dla zachowania formy fizycznej i komfortu psychicznego wystarczy codzienny spacer (30-45 minut) albo 15 minut żywszego ruchu – bez względu na porę roku czy pogodę za oknem.

Eksperti zalecają, aby spożywać przynajmniej pięć porcji (400-600 g) niskoskrobiowych warzyw i owoców dziennie. Najcenniejsze dla zdrowia są: sałata, ogórek, pomidory, kapusta, brokuły, kalafior, jarmuż, kalarepa, kapusta kiszona, boćwina, papryka, rzepa, szparagi, szpinak, cykoria, seler naciowy, cebula, czosnek, pietruszka, rzodkiewka, por. W diecie przeciwnowotworowej ważne jest codzienne spożywanie różnokolorowych (zielonych, czerwonych, fioletowych, białych, żółtych i pomarańczowych) warzyw i owoców, z czego połowa w postaci surowej.

W większości posiłków powinny znajdować się jak najmniej przetworzone produkty zbożowe (pełnoziarniste pieczywo, grube kasze, nieusłaskany ryż, otręby, naturalne płatki zbożowe, makarony z mąki razowej) i rośliny strączkowe (groch, fasola, soja, soczewica, bób, ciecierzycę). Stanowią one podstawowe źródło energii dla organizmu, ale zaspokajają potrzeby organizmu na błonnik pokarmowy w diecie. Ich



regularne spożywanie korzystnie wpływa na pracę jelit i skład mikroflory bakteryjnej.

Więcej informacji na temat diet i planów żywieniowych można znaleźć na ogólnodostępnej stronie internetowej Narodowego Fundusze Zdrowia www.diety.nfz.gov.pl/

O dietoprofilaktyce, która pomaga zmniejszyć ryzyko zachorowania na choroby dietozależne, jak cukrzyca, otyłość czy nowotwory, można się dowiedzieć na stronie Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej (prowadzonego przez Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH – Państwowy Instytut Badawczy) www.ncez.pzh.gov.pl



Chcesz wiedzieć więcej, szukasz informacji na temat bezpłatnych badań, wejdź na

www.planujdlugiezycie.pl

lub zadzwoń na bezpłatną infolinię 800 190 590.

Infolinia jest czynna 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu.



Ministerstwo
Zdrowia

PLANUJ DŁUGIE ŻYCIE

Kampania społeczna „Planuj długie życie” realizowana w ramach Narodowej Strategii Onkologicznej na lata 2020-2030, finansowana ze środków Ministra Zdrowia.





WARSZAWSKA SKY. Wymarzone miejsce do życia w nowym Dworze Mazowieckim!

Odpoczywaj w ciszy, wśród zieleni. II etap już w sprzedaży!

Mieszkania z widokiem na malowniczą Wisłę i Narew w znakomitej lokalizacji w Nowym Dworze Mazowieckim znowu w sprzedaży

BDC Development - inwestor z Mazowsza z ponad 20-letnim stażem przystępuje do realizacji drugiego etapu inwestycji Warszawska SKY. Po pierwszym, entuzjastycznie przyjętym przez odbiorców, w drugim etapie do użytku oddanych zostanie 325 mieszkań i aż 9 lokali użytkowych. Jedno-, dwu-, trzy- i czteropokojowe mieszkania o metrażu od 25 do 70 metrów kwadratowych to doskonała oferta zarówno dla wymagających singli, jak i szukających swojego miejsca na ziemi rodzin z dziećmi. Balkony i loggie, a na parterze kameralne ogródki będą naturalnym przedłużeniem powierzchni mieszkalnej. Dzięki zastosowaniu dużych okien lokatorzy



mogą cieszyć się nie tylko naturalnym światłem przez cały dzień, ale również przepięknym widokiem na pobliską panoramę.

Drugi etap inwestycji WarszawskaSKY to budynkościskondygnacyjny z dominantą

o dwie kondygnacje wyższą oraz jedną kondygnacją podziemną, w której zlokalizowana zostanie hala garażowa ze 108 miejscami parkingowymi. Wszystkie kondygnacje połączone zostaną cichobieżną windą, którą zjedziemy wprost do hali garażowej. Inwestycja

przewiduje również realizację 85 miejsc naziemnych dostępnych dla mieszkańców i ich gości. Natomiast doskonale zaaranżowaną przestrzeń wspólną wypełniać będzie dająca ukojenie zieleni, a dla najmłodszych w obrębie inwestycji powstanie plac zabaw.



LOKALIZACJA

Projekt Warszawska SKY położony jest w rejonie ulicy Warszawskiej w dobrze rozwiniętej i malowniczej zarazem części miasta. W kilka minut dostaniemy się stąd spacerem na plażę publiczną. Wycieczka rowerowa do Parku Miejskiego im. Józefa Wybickiego to czysta przyjemność. Dojazd samochodem do przystani żeglarskiej czy miejskiej pływalni zamyka się w 5 minutach. W sąsiedztwie inwestycji jest miejski bazar, gdzie kupimy świeże owoce i warzywa. Zaraz obok znajdziemy dużą galerię handlową. Dobre połączenie komunikacyjne,

bliskość dworca PKP, dróg wylotowych i lotniska Modlin ułatwiają lokatorom wyjazdy za miasto. Dojazd do Warszawy zajmuje zaledwie 20 minut.

Nowy Dwór Mazowiecki to doskonałe miejsce do życia - bezpieczne i nowoczesne miasto otwarte na mieszkańców, inwestorów i turystów.

ZADZWOŃ, ZAREZERWUJ, ZAINWESTUJ LUB ZAMIESZKAJ!

www.warszawskasky.pl

+48 509277777

biurosprzedazy@bdc-development.pl



**WARSZAWSKA
SKY**

Etap II już w sprzedaży!

ZADZWOŃ, ZAPYTAJ, ZAINWESTUJ LUB ZAMIESZKAJ!

+48 509 277 777

biurosprzedazy@bdc-development.pl

www.warszawskasky.pl



Tak smakuje spokój, czyli jak uczcić Światowy Dzień Chleba?

Najwyższa pora rozgrzewać piekarniki i odkręcać słoiki z zakwasem! 16 października obchodziliśmy Światowy Dzień Chleba – produktu z mąki, soli i wody, znanego pod każdą szerokością geograficzną. Aromat świeżo upieczonego chleba budzi w nas wspomnienia ciepła rodzinnego domu. Nic dziwnego, że nasze ślinianki uaktywniają się już na samo hasło „kromka chleba z masłem”

Polacy znajdują się w czołówce europejskich konsumentów chleba. Przeciętnie pochłaniamy nawet kilkadziesiąt kilogramów pieczywa rocznie. Chleb stanowi istotny element naszej codziennej diety. Nic dziwnego. Produkty zbożowe pozwalają utrzymać prawidłowe funkcjonowanie organizmu – odpowiednią pracę mózgu i mięśni.

Światowy Dzień Chleba to idealny moment, by choć raz spróbować upiec chleb samodzielnie – co wcale nie jest takie trudne, choć wymaga trochę pracy i skupienia. Sekret jest mąka, a składnikiem sukcesu – porządny zakwas. To on sprawia, że chleb będzie charakteryzował się odpowiednią strukturą i smakiem. Dobry zakwas to skarb, którym warto dzielić się z najbliższymi, zwłaszcza od święta.

Bochenek pełen wspomnień

Chleb towarzyszy ludziom od wieków. Stanowi istotny element kultury, nie tylko tej kulinarnej. I choć jego wygląd i skład zmieniają się na przestrzeni lat, nadal stanowi ważny fragment lokalnej tradycji. Witanie gości chlebem i solą jest ponadczasowym symbolem hojności, serdeczności i szacunku wobec drugiego człowieka, a przełamywanie się kromką chleba pozwala załagodzić każdy konflikt.

Własnoręcznie upieczony chleb daje satysfakcję nie tylko w postaci gotowego bochenka. Samodzielne wyrabianie ciasta może stanowić niezwykle uspokajający rytuał, którego efektem będą smakowite i aromatyczne wspomnienia na długie lata. Chrupiąca, świeża kromka chleba z masłem smakuje niczym najlepszy delikates. – Dobrej jakości masło to naturalne źródło witamin A, D, K i E. Witaminy te są rozpuszczalne w tłuszczach, więc spożywanie masła jest najłatwiejszym sposobem ich wchłaniania przez nasz organizm. – podkreśla Ewa Polińska, ekspert MSM Mońki.

Głodnemu chleb na myśli, czyli jaki chleb jeść, będąc na diecie

Chleb jest jednym z najbardziej uniwersalnych produktów spożywczych. Stanowi podstawowy składnik niejednego śniadania. Dodatkowo doskonale komponuje się z zupami i daniami jednogarnkowymi, towarzysząc nam także podczas rodzinnych obiadów i kolacji. I nie dziwi nawet widok Włochów zagryzających porcję makaronu kromką chrupiącej bagietki.

– Chleb nie ma dobrego PR-u w świecie diety. Tymczasem bardzo łatwo odczarować jego złą sławę i uczynić

z niego wartościowy element codziennego jadłospisu. Dobry chleb to chleb na zakwasie, zawierający sporą ilość nieprzemielonych ziaren, podawany w towarzystwie świeżych warzyw i produktów stanowiących wartościowe źródło białka i witamin, np. bardzo dobrej jakości żółtego sera oraz awokado lub hummusu. – zauważa Roksa-na Środa, dietetyk kliniczna MajAcademy.

Do najpopularniejszych gatunków chleba zaliczamy chleb żytni (biały lub razowy),

chleb pszenny oraz chleb mieszanym (pszemno-żytni). Coraz śmielej eksperymentujemy także z innymi mąkami, wykorzystując z powodzeniem mąkę jęczmienną, owsianą lub kukurydzianą. Mąka pełnoziarnista stanowi bogate źródło żelaza, potasu, fosforu, magnezu oraz cynku.

Aby zapewnić bochenkowi chleba odpowiednią strukturę i wysokość, niezbędnym dodatkiem do wypieku chleba są również drożdże lub zakwas. Ten ostatni składnik stanowi także bogate źródło składników odżywczych i żywych kultur bakterii. Udowodniono, że chleb przygotowany na bazie zakwasu zawiera znacznie większą ilość składników bioaktywnych – witamin i polifenoli.

Chleb niejedno ma imię

Chleb przygotowany samodzielnie z najwyższej jakości składników stanowi bogate źródło węglowodanów złożonych, składników mineralnych, witamin i błonnika. Idealnym dodatkiem do pieczywa są sery żółte typu holenderskiego, np. ser Morski, który charakteryzuje się miękką konsystencją i lekko pikantnym smakiem.

Warto mieć na uwadze, że nie tylko świeży chleb smakuje najlepiej. W wielu domach wyrzucanie chleba jest prawdziwym świętokradztwem. Jak więc go w pełni wykorzystać? Czerstwy chleb stanowi idealną bazę wszelkiego rodzaju tostów. Sekret ich smaku jest... masło. – Jeśli

posmarujemy chleb masłem zanim go przypieczemy, masło wsiąknie w tost, dzięki czemu będzie chrupiący na zewnątrz, a miękki i puszysty w środku – zdradza Ewa Polińska z MSM Mońki.

Wysuszone kromki mogą stać się składnikiem wielu innych przepysznych potraw.

Grubo mielona panierka z domowego pieczywa, wzbogacona o drobno poszatkowane zioła i ulubione przyprawy, z pewnością podkreśli smak smażonego mięsa lub gotowanych warzyw. Ponadto, niewiele osób wie, że kromki chleba można spokojnie mrozić, by zachować ich świeżość przez dłuższy czas.



GMINA
JABŁONNA104. rocznica odzyskania
przez Polskę niepodległości

Konkurs plastyczny dla dzieci

#MojaNiepodległa

PIĘKNA OJCZYZNA

NA PRACE CZEKAMY DO 31.10.2022 R.

www.jablonna.pl



@jablonnagmina



@gminajablonna



Zdobądź nowy zawód w branży kolejowej
- brak ograniczeń wiekowych

PKP Cargo Service to spółka nr 1 na rynku obsługi bocznic kolejowych. Dołącz do naszego zespołu wybierając ścieżkę kariery w jednym z wielu zawodów kolejowych:

- maszynisty - rewidenta taboru - manewrowego
- dyżurnego ruchu - ustawiacza ...i wielu innych.

Nasza spółka prowadzi działalność operacyjną w 8 województwach. Przede wszystkim na Śląsku, ale także na Mazowszu i w innych częściach kraju.

Oferujemy pracę w dynamicznym zespole, pewne i atrakcyjne wynagrodzenia (pensja, dodatki i premie miesięczne), możliwość awansu i szkolenia. Dofinansowujemy studia i kursy, prywatną opiekę zdrowotną oraz pakiety Multisport. Fundujemy zniżki na zakup biletów kolejowych dla pracowników i członków ich rodzin, dofinansowujemy wypoczynek, a z okazji Święta Kolejarza pracownikom przysługuje dodatkowy dzień wolny od pracy.

Aktualne ogłoszenia o naborach publikujemy na stronie www.pkpcargoservice.com

Kolej na przyszłość!

*U nas możesz
zdobyć nowy zawód.
Jesteśmy certyfikowanym
ośrodkiem szkoleniowym
i egzaminacyjnym
z autoryzacją
Urzędu Transportu Kolejowego.*



**HOTEL BUTIKOWY
PAŁAC W JABŁONNIE**

**POKÓJ 1 OS. - 160 PLN
POKÓJ 2 OS. - 210 PLN**

Wyjątkowa lokalizacja w otoczeniu 18-wiecznego
Pałacu i parku krajobrazowego

Eleganckie pokoje ze smacznymi śniadaniem

Bezpłatny parking

Rezerwacje:

www.booking.com

+48 535 585 661, info@palacjablonna.pan.pl

Pałac w Jabłonie

ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna





KRÓLEWSKIE CHRZCINY W PAŁACU

Eleganckie wnętrza
Wyjątkowa impreza
Wyśmienite menu



Rezerwacje:

info@palacjablonna.pan.pl

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

Pałac w Jabłonie

ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna

środa

19 października

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
04:50 Klan - telenowela 05:20 Przysięga - serial 06:10 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej 07:30 Rodzinny ekspres - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial obyczajowy 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Rok w ogrodzie Extra 12:50 Natura w Jedyńce - Botswana ginący	05:00 Na sygnale - serial fabularyzowany 05:35 M jak miłość - serial 06:25 Pogrom w Przytyku - reportaż 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:50 Dla niesłyszanych - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany 15:05 Koło Fortuny 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 15:50 Przepis dnia	05:50 Uwaga! - magazyn 06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Małanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja - magazyn 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Hell's Kitchen - Piekelnia Kuchnia 21:35 Świat według Kiepskich	07:00 Muzyczne poranki - teledyski 07:25 Informacje kulturalne - informator kulturalny 07:55 Co dalej? - program publicystyczny 08:30 Do dzieła - magazyn 08:55 Marysia i Napoleon - komedia, reż. Leonard Buczkowski, wyk. Beata Tyszkiewicz, Gustaw Holoubek, Juliusz Łuszczewski, Halina Kossobudzka, Ignacy Machowski, Kazimierz Rudzki 11:00 Rodzina Durrellów - serial 12:15 Truffaut - Godard - filmowi rywale - film dokumentalny 13:30 Królowa Bona - serial 15:50 Nauczycielka 17:45 16. Międzynarodowy Konkurs Skrzypcowy im. H. Wieniawskiego 21:15 Informacje kulturalne	06:00 Kobra - oddział specjalny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 11:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 12:00 Zaklinaczka duchów 13:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 14:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Trafik	05:15 Szkoła - obyczajowy 06:15 Papiery na szczęście - serial, Polska 06:45 Hotel Paradise - program rozrywkowy 07:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:50 Opowieści małżeńskie 11:55 Zagadki losu - program 12:55 Szpital - program obyczajowy 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Opowieści małżeńskie 17:55 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Zagadki losu	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz nowy dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Pierścioneł z rubinem 10:55 Kochane Pieniądze 11:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjanci i Policjanci 17:00 Łowcy Skarbów. Kto da więcej 19:00 Policjanci i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Po prostu walcz 2 23:20 Akt zemsty - USA, Bułgaria, 2017, reż. Florentine Isaac, wyk. Banderas Antonio, Urban Karl, Vega Paz Thriller. Frank Valera, elokwentny, odnoszący sukcesy prawnik, po śmierci żony i córki, które zostały zamordowane w niewyjaśnionych okolicznościach, nie może ukończyć bólu. 01:00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda 01:35 Śmierć na 1000 sposobów
SERIAL KOSTIUMOWY	TELETURNIJ	SERIAL OBYCZAJOWY	FILM OBYCZAJOWY	DRAMAT	THRILLER	SERIAL OBYCZAJOWY	TV Trwam
14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka - serial 21:00 Wielki Test - 70 lat TVP 22:30 Historia bez tajemnic - Ina Benita - dwa życia 23:55 Morderca w moim domu - film fabularny 01:35 Prokurator - serial 02:30 Serial fabularny 03:30 Wojsko - polskie.pl	16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial 19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:00 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy seriali Na dobre i na złe i Na sygnale 20:55 Na dobre i na złe - serial 21:55 Miłość i medycyna 23:00 Zdradca - serial 00:10 Towarzysz na życie - film obyczajowy 02:10 Medyczne Wspaniali 03:20 Jerzy Popiełuszko. Posłaniec prawdy - film	20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Top Model 23:10 Jurassic World: Upadłe królestwo - film przygodowy, USA, 2018, reż. J.A. Bayona, wyk. Chris Pratt, Bryce Dallas Howard, Rafe Spall, Justice Small, Daniella Pineda, James Cromwell, Jeff Goldblum, Geraldine Chaplin 01:45 Tajemnica zawodowa - serial, Polska 02:55 Superwizjer - magazyn reporterów 03:30 Uwaga! - magazyn 03:50 Noc magii 05:10 Zamieszkać na plaży	22:05 Bruce Wszchemogący Bruce słynie z zabawnych reportaży kręconych dla lokalnej telewizji, które cieszą wszystkich poza nim. Ma także śliczną dziewczynę Grace, która kocha go mimo wszystkich jego wad. Zwolniony z pracy w najgorszym dniu swojego życia, Bruce ośmiela się czynić wyrzuty samemu Bogu. Ten więc na jeden dzień przekazuje mu całą swoją nadprzyrodzoną moc i wysyła go, by sam ulepszał świat... 00:30 Absolutnie fantastyczne 02:15 Kung Fu Szal 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	21:40 Na wschód od Hollywood - Sekret jej oczu - dramat, prod. Argentyna, Hiszpania, 2009, reż. Juan Jose Campanella, wyk. Ricardo Darin, Soledad Villamil, Pablo Rago, Javier Godino 23:55 Mistrz i Małgorzata 01:00 Więcej niż fikcja - List z Masanjia - film dokumentalny, prod. Kanada, 2018, reż. Leon Lee 02:10 Buddy Guy in concert. Baloise Session 2018 03:30 Lekkie obyczaje - Nie ma nas w domu - film 05:20 Młoda Polska - Szczęście - dramat, reż. Maciej Buchwald 05:50 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2	22:00 Momentum Para złodziei diamentów wpłtuje się w brutalne morderstwo. 00:00 Ibiza 02:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 03:00 Taki jest świat - program informacyjny 03:55 Biesiada na cztery pory roku 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy Serial opowiadający o dwóch przyjaciół Wojtku i Ryszardzie, którzy wychowali się w domu dziecka.	20:00 Papiery na szczęście - serial, Polska Żona znanego piłkarza postanawia porzucić luksusowe życie i zacząć wszystko od nowa. 20:35 Hotel Paradise 21:35 Wataha - miniserial 23:40 Och, życie! - film komedia, USA, 2010, reż. Greg Berlanti, wyk. Katherine Heigl, Josh Duhamel, Josh Lucas, Hayes McArthur, Christina Hendricks 02:05 Druga strona medalu - talk show 02:40 Noc magii - program ezoteryczny	10:00 Audycja Generalna 11:00 Z wedką nad wodę w Polskę i Świat 11:25 Jestem mamą 11:40 Prosto o gospodarce 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje 12:20 Możliwe 13:10 Śladami s. 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Święty gotowy na wszystko... 15:15 Duszpasterz 15:40 Święty na każdy dzień 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje 16:10 Na zdrowie 16:30 Wyszyński - historia 17:00 Po stronie prawdy 17:50 Muzyczne chwile 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Opowieści z Księgi Cnot 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyznę 21:00 Apel



czwartek

20 października

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
04:50 Klan - telenowela 05:20 Przysięga - serial obyczajowy 06:10 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej 07:30 Dobre historie 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:35 Ranczo - serial 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial 11:25 Kasta - serial 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 To się opłaca - magazyn 12:50 Natura w Jedyńce 14:00 Dziedzictwo - serial 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka	05:00 Na sygnale - serial fabularyzowany 05:30 M jak miłość - serial 06:25 Smaki świata - magazyn 06:55 Rodzinka.pl - serial 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Magazyn Ekumeniczny 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial 15:05 Kolo Fortuny 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 15:55 Przepis dnia 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial	05:50 Uwaga! - magazyn 06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment - program 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Malanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze - serial obyczajowy prod. Polska 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Nasz Nowy Dom 21:05 Przyjaciółki	07:00 Muzyczne poranki 07:35 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:00 Zaginione - odnalezione 08:25 Dziką Muzyką - Łódzka Szkoła Tradycji - magazyn 09:05 Nauczycielka 10:55 Kraina miodu - film dokumentalny 12:35 Królowa Bona - serial 15:00 U Pana Boga w ogródku - komedia, reż. Jacek Bromski, wyk. Krzysztof Dzierma, Andrzej Zaborski, Mieczysław Fiedorow, Emilian Kamiński, Wojciech Solarz, Łukasz Simlat, Jan Wieczorkowski, Ira Łączyna 17:10 Co dalej? - program publicystyczny 17:45 16. Międzynarodowy Konkurs Skrzypcowy im. H. Wieniawskiego 01:10 Informacje kulturalne 01:35 Gomorra - serial	06:00 Kobra - oddział specjalny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 11:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 12:00 Zaklinaczka duchów 13:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 14:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Pech to nie grzech	05:15 Szkoła - obyczajowy 06:15 Papiery na szczęście - serial, Polska 06:45 Hotel Paradise - program rozrywkowy 07:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:50 Opowieści małżeńskie 11:55 Zagadki losu 12:55 Szpital - program obyczajowy 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Opowieści małżeńskie 17:55 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Zagadki losu 20:00 Papiery na szczęście - serial, Polska 20:35 Hotel Paradise	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz nowy dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Pierścionek z rubinem 10:55 Kochane Pieniądze 11:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Łowcy Skarbów 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Warcraft: Początek - Chiny, USA, Kanada, Japonia, 2016, reż. Jones Duncan, wyk. Fimmel Travis, Negga Ruth, Patton Paula Film, którego akcja rozgrywa się w uniwersum serii gier komputerowych Warcraft. 23:45 Przylot 02:25 Ucho Prezesa 02:25 Disco Polo Life 03:25 Top 10 - Lista Przebojów
SERIAL OBYCZAJOWY  16:05 Przysięga - serial obyczajowy 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka - serial 21:00 Na sygnale - serial 21:35 Sprawa dla reportera 22:35 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn 23:15 Magazyn kryminalny 997 - magazyn 00:05 Magazyn Ekspresu Reporterów 01:10 Tanie Dranie - talk-show 01:55 Londyńczycy - serial 02:50 Ocaleni - reality show	SERIAL OBYCZAJOWY  19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:00 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy serialu Ojciec Mateusz - felieton 20:55 Ojciec Mateusz - serial 21:55 Miłości medycyna - serial obyczajowy 23:00 Zdrójca - serial 00:10 Traffic - film sensacyjny, prod. USA, Niemcy, 2000 02:45 Zabicie świętego jelenia - film prod. Irlandia, USA, 2017, reż. Jorgos Lantimos, wyk. Colin Farrell, Nicole Kidman, Barry Keoghan, Raffey Cassidy, Alicia Silverstone 04:50 Zakończanie	SERIAL OBYCZAJOWY  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Kuchenne rewolucje 22:45 Kobieta sukcesu - film komedia, Polska, 2018, reż. Robert Wiśniewski, wyk. Agnieszka Włodarczyk, Mikołaj Roznerski, Bartosz Gelner, Julia Wieniawa, Paulina Gałązka, Małgorzata Foremniak, Tomasz Karolak 00:50 Nietykalki - film obyczajowy, Francja, 2011, reż. Olivier Nakache, Éric Toledano, wyk. Françoise Cluzet, Omar Sy, Anne Le Ny, Audrey Fleurot 03:15 Uwaga! - magazyn 03:35 Noc magii 05:00 Zamieszkać na plaży	FILM OBYCZAJOWY  22:05 Jerry Maguire - Tytułowy bohater, Jerry Maguire jest jednym z najlepszych agentów pośredniczących, między wybitnymi sportowcami i klubami. Jerry cieszy się sympatią w swoim środowisku, dopóki nie wygłosi publicznego wystąpienia podczas, którego potępią zakłamanie, bezduszność i zachłanność ludzi z jego branży. 01:05 W pogoni za szczęściem - Akcja rozpoczyna się w San Francisco, w 1981 roku. Sprzedawca Chris Gardner ledwie wiąże koniec z końcem. 03:40 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy	DRAMAT  02:40 Na wschód od Hollywood - Sekret jej oczu - dramat prod. Argentyna, Hiszpania, 2009, reż. Juan Jose Campanella, wyk. Ricardo Darin, Soledad Villamil, Pablo Rago, Javier Godino 05:40 Latarnik - film TVP, reż. Zygmunta Skonieczny, wyk. Józef Pieracki, Józef Oślowski, Eugeniusz Walaszek, Antoni Jurasz 05:55 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream. tvp.pl	KOMEDIA  21:30 Kariera Nikosia Dyzmy - Pracownik zakładu pogrzebowego przypadkiem trafia na wystawny bankiet. Zdobywa uznanie wpływowych ludzi, dzięki którym zaczyna robić karierę polityczną. 23:55 American Pie: Księga miłości - Trzech prawników odnajdują w szkolnej bibliotece Księgę Miłości - biblię dla każdego podrywacza i seksuolika. 01:55 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 02:50 Menu na miarę 03:55 Taki jest świat - program informacyjny 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy	KOMEDIA  21:35 Bękarty - film komedia, USA, 2017, reż. Lawrence Sher, wyk. Owen Wilson, Ed Helms, J.K. Simmons, Glenn Close, Katt Williams, Ving Rhames, Christopher Walken 23:50 Żółtodzioby - film wojenny, USA, 2017, reż. Alexandre Moors, wyk. Jennifer Aniston, Alden Ehrenreich, Toni Collette, Tye Sheridan, Jack Huston, Mike Collins 01:55 Druga strona medalu - talk show 02:35 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	TV Trwam 11:25 Myśląc Ojczyzna 11:35 Przyroda i ludzie 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Ziemia obiecana 13:05 Pod opieką Limanowskiej Pani 13:30 Msza święta 14:20 100 cudownych miejsc 14:30 Bądź wielki przed Bogiem 15:10 Ku pokrzepieniu powstańców serc. Historia Obrazu Matka Boska AK 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Z wędka nad wodę w Polskę i Świat 16:35 Zew natury 17:05 Akademia pro-life 17:10 Historie obozowe 17:30 Odpowiedzialni za Kocięci 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Przyjaciele i bohaterowie 20:00 Informacje dnia 20:10 Różaniec 20:50 Głos Polski 21:00 Apel Jasnogórski

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

piątek

21 października

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
04:50 Klan - telenowela 05:20 Przysięga - serial 06:10 Dziedzictwo - serial 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Agape - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Ranczo - serial 09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - Prenumerata - serial paradokumentalny 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 Natura w Jedyńce 14:00 Dziedzictwo - serial 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn	04:55 Na sygnale - serial 05:25 M jak miłość - serial 06:20 Anna Dymna - spotkamy się 06:55 Rodzinka.pl - serial 07:30 Pytanie na śniadanie 10:40 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Zacznij od zdrowia 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial 15:00 Kolo Fortuny 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 15:50 Przepis dnia 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej	05:50 Uwaga! - magazyn 06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:50 Uwaga! - magazyn 20:00 Lego Masters	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Malanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze - serial obyczajowy 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Twoja Twarz Brzmi Znajomo	06:50 Muzyczne poranki 07:00 Informacje kulturalne - informator kulturalny 07:30 Co dalej? - program publicystyczny 08:05 Kronos - Abraham - magazyn kulturalno-społeczny 08:50 U Pana Boga w ogródku - komedia, reż. Jacek Bromski, wyk. Krzysztof Dzierma, Andrzej Zaborski, Mieczysław Fiedorow, Emilian Kamiński, Wojciech Solarz, Łukasz Simlat, Jan Wieczorkowski, Ira Łączyna 11:00 Latarnik - film TVP, reż. Zygmunta Skonieczny, wyk. Józef Pieracki, Józef Oślowski, Eugeniusz Walaszek, Antoni Jurasz 12:05 Stępowanie po amerykańsku - film 13:30 Królowa Bona - serial 15:55 Harry Gruzjaert	06:00 Kobra - oddział specjalny Każdy kolejny odcinek to odrębna tematyka. W każdym z nich nie brakuje „zabójczej prędkości”, efektów specjalnych, napięcia, niebezpiecznych pościgów i komizmu, przedstawianego przez bohaterów. Chcą, aby zawsze na pierwszym miejscu stała sprawiedliwość. 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 11:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 12:00 Zaklinaczka duchów 13:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy	05:15 Szkoła 06:15 Papiery na szczęście - serial, Polska 06:45 Hotel Paradise 07:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:50 Opowieści małżeńskie 11:55 Zagadki losu 12:55 Szpital - program obyczajowy 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska 16:55 Opowieści małżeńskie 17:55 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Ten moment 19:30 Perfect Picture 20:35 Hotel Paradise	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz nowy dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Pierścionek z rubinem 10:55 Kochane Pieniądze 11:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Łowcy Skarbów Kto da więcej 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Gwiazdy Kabaretu 22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 00:00 Jason Bourne - USA, Chiny, 2016, reż. Greengrass Paul, wyk. Cassel Vincent, Damon Matt, Jones Tommy Lee, Stiles Julia, Wikander Alicia Była amerykańska agentka Nicky Parsons dokonuje włamania do serwerów CIA kradnąc tajne dane dotyczące nielegalnych programów agencji. 02:45 Śmierć na 1000 sposobów 03:05 Ucho Prezesa 03:25 Top 10 - Lista Przebojów
TELETURNIJ  15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16:05 Przysięga - serial obyczajowy 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:35 Ojciec Mateusz - serial fabularyzowany 21:25 Kulisy serialu Na sygnale - felieton Na sygnale - serial fabularyzowany 22:15 Świat to za mało - film sensacyjny 00:35 Profesjonalista - film fabularny 02:25 S. W. A. T. - Jednostka specjalna - serial	SERIAL OBYCZAJOWY  18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:00 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Tak to leciało! - teleturniej muzyczny 21:40 Kabaret. Super Show Dwójki - program kabaretowy 22:45 16. Międzynarodowy Konkurs Skrzypcowy im. H. Wieniawskiego - koncert laureatów 00:25 Kino relaks - Teściowie - komedia 02:15 Traffic - film sensacyjny 04:40 Zakończanie dnia	FILM PRZYGODOWY  21:35 Troja - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2004, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Brad Pitt, Eric Bana, Orlando Bloom, Diane Kruger, Peter O'Toole, Sean Bean, Brian Cox, Brendan Gleeson, Saffron Burrows, Julie Christie 00:50 Poszukiwany - film sensacyjny, prod. USA, 1997, reż. David Hogan, wyk. Keenen Ivory Wayans, John Voight, Jill Hennessy, Paul Sorvino, Robert Culp, Eric Robert 02:55 Kuba Wojewódzki 03:55 Noc magii 05:15 Zamieszkać na plaży	FILM S-F  22:05 Thor: Ragnarok - Thor zostaje uwięziony po drugiej stronie wszechświata. Osłabiony, pozbawiony młota Mjolnira musi znaleźć sposób, by powrócić do Asgardu i stawić czoła bezwzględnej i wszechpotężnej siostrze Heli bogini śmierci oraz powstrzymać Ragnarok, zagładę świata i całej asgardzkiej cywilizacji. 01:00 Hot Shots! - Topper Harley żyje w budzyskiej świątyni, a jego dawny, niekompetentny dowódca urzęduje teraz w Białym Domu. 02:55 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	FILM OBYCZAJOWY  17:05 Do widzenia, do jutra - film obyczajowy 18:45 16. Międzynarodowy Konkurs Skrzypcowy im. H. Wieniawskiego - Koncert laureatów 22:25 Informacje kulturalne 22:50 Wieczór kinomana - Zniewaga - film fabularny, prod. Francja, USA, Belgia, 2017, reż. Ziad Doueiri, wyk. Adel Karam 01:05 Gomorra - serial 02:10 Teraz animacje! - Niezapomniana 02:20 Teraz animacje! - Lata-wiec - film animowany 02:45 Życie jest cudem - dramat, prod. Serbia i Czarnogóra, Francja	SERIAL OBYCZAJOWY  14:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Triumf sprawiedliwości 21:50 Raport mniejszości 00:55 Drive 03:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 04:00 Menu na miarę - program kulinarny 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	FILM OBYCZAJOWY  21:35 Rozumiemy się bez słów - film obyczajowy, Francja, Belgia, 2014, reż. Éric Latigau, wyk. Karin Viard, François Damiens, Eric Elmosnino, Louane Emera, Roxane Duran 23:40 Władca pierścieni: Drużyna Pierścienia - film przygodowy, Nowa Zelandia, USA, Niemcy, 2001, reż. Peter Jackson, wyk. Elijah Wood, Ian McKellen, Viggo Mortensen, Liv Ullmer, Sean Astin, Sean Bean, Christopher Lee, Cate Blanchett, Orlando Bloom, John Rhys-Davies, Billy Boyd, Dominic Monaghan, Ian Holm, Hugo Weaving 03:30 Noc magii	TV Trwam 11:25 Głos Polski 11:35 Pogranicze 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Ziemia obiecana 13:05 Dar powołania 13:30 Msza święta 14:20 100 cudownych miejsc 14:30 Zrozumieć Antycywilizację 14:55 Słowo życia 15:00 Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia Koronką do Bożego Miłosierdzia 15:20 Mocni w Wierze 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Siódmy Sakrament 16:40 Prosto o gospodarce 17:00 Młodzi z Pasją 17:15 Chcę żyć 17:30 Geopolityka 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Westerplatte 19:00 Warto zauważyć... 19:30 Król Chwały 19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



sobota

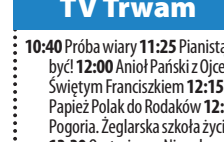
22 października

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Mister Twister - serial fabularnyzowany 06:00 Magazyn Ekspresu Reporterów 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:40 Rok w ogrodzie 08:05 Rok w ogrodzie Extra 08:20 Wojsko - polskie.pl - reportaż 08:45 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych 09:20 Fascynujący świat - Jak wzmocnić odporność? - film dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2021, reż. Paul Overton, Jacqueline Smith 10:25 Sprawa dla reportera 11:25 Noce i dnie - serial 12:35 Gwiazdy w południe - Odształ - western 14:10 Z pamięci - felieton 14:25 Okrasa łamie przepisy SERIAL KRYMINALNY  14:55 Komisarz Alex - serial kryminalny 15:55 Rolnik szuka żony - reality show 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:30 Ojciec Mateusz - serial 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:35 Komisarz Alex - Szkolny zabójca - serial kryminalny 21:35 Hit na sobotę - Uczciwy złodziej - film fabularny 23:20 Godziny strachu - film fabularny 01:05 U Pana Boga w ogródku - komedia 03:15 Jaka to melodia? 04:10 Afryka. Miliony za przemyt ludzi - film	05:15 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial 07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość 07:55 Pytanie na śniadanie 12:15 Rodzinny ekspres 12:55 Tak to leciało! - teleturniej muzyczny 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2023 - widowisko 16:20 Na dobre i na złe - serial TVP, reż. Adam Guziński, wyk. Mateusz Janicki, Michał Żebrowski, Marta Żmuda Trzebiatowska, Tetiana Malkova 17:20 Smaki świata - magazyn 17:50 Słowo na niedzielę - Fanrafon czyli o błędnym rozumieniu Ewangelii 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Postaw na milion 19:35 Lajki! WIDOWISKO  20:00 The Voice of Poland - widowisko muzyczne 01:25 Kabaret. Super Show Wdójki 02:30 Teściowie - komedia, prod. Niemcy, USA, 2003, reż. Andrew Fleming, wyk. Michael Douglas, Ryan Reynolds, Albert Brooks 04:15 Duże zwierzę - film obyczajowy, reż. Jerzy Stuhr, wyk. Jerzy Stuhr, Anna Dymna, Dominika Bednarczyk, Błażej Wójcik, Andrzej Franczyk, Feliks Szajnert, Zbigniew Kaleta, Andrzej Kozak, Radosław Krzyżowski, Stanisław Banaś 05:35 Zakończenie	05:55 Uwaga! - magazyn 06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Na Wspólnej - serial, Polska 13:30 MasterChef 15:10 Top Model 16:45 Ślub od pierwszego wejrzenia 17:50 MałdrzeGotujemy z Katarzyną Bosacką 17:55 Kuchenne rewolucje 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:35 Pogoda 19:45 Uwaga! - magazyn prod. Polska 20:00 Mam talent FILM OBYCZAJOWY  21:50 Narodziny gwiazdy - film obyczajowy, USA, 2018, reż. Bradley Cooper, wyk. Lady Gaga, Bradley Cooper, Sam Elliott, Andrew Dice Clay, Rafi Gavron, Dave Chappelle, Alec Baldwin 00:35 Amok - film sensacyjny, Polska, 2017, reż. Kasia Adamik, wyk. Mateusz Kościukiewicz, Łukasz Simlat, Zofia Wichłacz, Zbigniew Strzy, Mirosław Haniszewski, Przemoc, Seks, Wulgaryzmy 02:45 Na granicy światów - serial, USA, Wielka Brytania 03:50 Noc magii	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:35 Aleksander - okropny, straszny, niezbyt dobry, bardzo zły dzień 10:10 Ewa gotuje 10:40 Nasz Nowy Dom 11:40 Bogaty Dom - Biedny Dom 12:45 Górale 13:45 Drwale i inne opowieści Bieszczadu Rolnicy. Podlasie - program rozrywkowy 15:45 Wieżenie 17:45 Chłopaki do wzięcia - program rozrywkowy 18:50 Wydarzenia 19:15 Prezydenci i Premierzy 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:00 Doda. 12 kroków do miłości FILM PRZYGODOWY  21:00 Noc w muzeum 2 Larry Daley porzucił słabo płatną posadę nocnego stróża w nowojorskim Muzeum Historii Naturalnej. Jako właściciel doskonale prosperującej firmy, produkującej pomysłowe przedmioty domowego użytku, wiedzie dostatni żywot biznesmena. Mimo poprawy sytuacji materialnej wcale nie czuje się szczęśliwy. 23:15 Desperado Do małego meksykańskiego miasteczka powraca El Mariachi tajemniczy muzyk. 01:45 Thor: Ragnarok 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	06:55 Przeboje babci, mamy oraz moje - program rozrywkowy, reż. Janusz Rzeszewski, Józef Gębski, Antoni Halor 08:15 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:45 Wydarzenie aktualne 09:10 Tamte lata, tamte dni - Janusz Olejniczak - magazyn, reż. Joanna Makowska 09:50 Camille Pissarro - śladami ojca impresjonistów - film dokumentalny, prod. Francja, 2017, reż. Christophe Fonseca 10:55 Seriałowa nostalgia - Czarne chmury - serial 12:05 Kogel - Mogel - komedia, reż. Roman Załuski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska, Ewa Kasprzyk 14:00 Dzika Muzyka 14:40 Actus Humanus Nativitas - Farinelli - koncert DRAMAT  15:45 Retro kino - Lew w ziemie - dramat historyczny, prod. Wielka Brytania, USA, 1968, reż. Anthony Harvey, wyk. Peter O'Toole, Katharine Hepburn, Anthony Hopkins, John Castle 18:10 Do dzieła - magazyn 18:35 Legends Rocka 19:30 Informacje kulturalne 20:00 Bilet do kina - Pełnia życia - film obyczajowy 22:05 Kabaret Starszych Panów „Ostatni naiwni” 23:30 Seans kultowy - Chłopiek Stoń - dramat 01:40 Wieczór kinomana - Ziewaga - film 03:40 Informacje kulturalne 04:05 Wewnętrzny ogień	06:00 Napisła: Morderstwo 07:00 Taki jest świat - program informacyjny Interesujący, barwny i różnorodny przegląd wydarzeń z całego globu. Widzowie mogą zobaczyć w nim nie tylko wiadomości polityczne i gospodarcze, ale także informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki. TV Puls pokaże wszystko, co może widza zainteresować, rozbawić, zainspirować, a czasem nawet czegoś nauczyć. 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy, Polska 2020, reż. Dominik Matwiejczyk, wys. Dominika Skoczyła, Jerzy Górski, Maciej Gisman, Mateusz Murański, Michał Chorośiński, Rita Weiner, Zbigniew Buczkowski FILM SENSACYJNY  20:00 Mocne sobotnie kino: Cenny ładunek - film sensacyjny 21:55 Niezniszczalni 2 00:00 Człowiek pies 02:00 Zobacz to! Blok powtórkowy: Biesiada na cztery pory roku 02:45 Taki jest świat - program informacyjny 03:20 Menu na miarę - program kulinarny prod. Polska 03:55 Dyżur - serial dokumentalny 04:35 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny 05:35 Prawdziwe motywy - serial kryminalny	05:05 Szkoła 06:05 Przystanek Bieszczady - serial dokument, Polska 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 07:30 Lego Ninjago - film przygodowy, USA, Dania, Australia 2017, reż. Charlie Bean, Paul Fisher, Bob Logan, wyk. Dave Franco, Justin Theroux, Fred Armisen, Jackie Chan 09:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:40 Zagadki losu - program 14:40 Opowieści małżeńskie - program 15:40 Rozumiemy się bez słów - film obyczajowy, Francja, Belgia, 2014, reż. Éric Latigau, wyk. Karin Viard, François Damiens, Eric Elmosnino, Louane Emera, Roxane Duran 17:50 Gremliny II - film S-F, USA, 1990 FILM PRZYGODOWY  20:00 Władca pierścieni: Dwie wieże - film przygodowy, Nowa Zelandia, USA, Niemcy, 2002, reż. Peter Jackson, wyk. Elijah Wood, Ian McKellen, Viggo Mortensen, Liv Tyler, Sean Astin, John Rhys-Davies, Bernard Hill, Christopher Lee, Billy Boyd, Dominic Monaghan, Orlando Bloom, Miranda Otto 23:45 Człowiek o żelaznych pięściach - film przygodowy, USA, Hong Kong, 2012, reż. RZA, wyk. RZA, Rick Yune, Russell Crowe, Lucy Liu, Dave Bautista, Jamie Chung 01:40 Druga strona medalu - talk show 02:50 Noc magii	11:00 Kropelka radości 12:00 Odpust ku czci św. Jana Pawła II 14:00 Ocalić od zapomnienia 14:10 Muzyczne chwile 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela” 14:35 Natura Obiektywnie 15:00 Regał 15:30 Wierzę w Boga 16:00 Informacje dnia 16:10 ks. Witold Andrzejewski - Pielgrzym Niepodległości 17:00 Z Parlamentu Europejskiego 17:25 Święty na każdy dzień 17:30 Nowa Ewangelizacja 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:15 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Manna z Nieba 19:45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

niedziela

23 października

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Sprawa dla reportera 06:00 Słownik polsko@polski 06:25 Wojsko - polskie.pl 06:50 Słowo na niedzielę 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach 08:00 Tydzień 08:30 Zachchaj się w Polsce 09:05 Czas w las - magazyn 09:35 Okrasa łamie przepisy 10:10 Kłaskorne smaki według Remigiusza Rączki 10:45 Zmiennicy - serial 11:55 Miedzy ziemią a niebem 12:00 Anioł Pański 12:15 Miedzy ziemią a niebem 12:50 Misja Zambia 13:15 BBC w Jedyne 14:05 Tyłówka BBC w Jedyne 14:15 Z pamięci - felieton 14:25 Weterynarze z sercem KOMEDIA  14:55 U Pana Boga w ogródku - komedia, reż. Jacek Bromski, wyk. Krzysztof Dzierma, Andrzej Zaborski 17:00 Teleexpress 17:30 Jaka to melodia? 18:30 Wojenne dziewczyny 19:25 Sport 19:30 Wiadomości 20:15 Wojenne dziewczyny 21:15 Rolnik szuka żony - reality show 22:20 Zakochana Jedyńka - Młoda Wiktoria - film kostiumowy 00:15 Uczciwy złodziej - film fabularny, prod. USA 02:00 Godziny strachu - film fabularny 03:45 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 04:35 Z pamięci - felieton	05:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial 07:00 Dla niesłyszących - film obyczajowy 07:55 Pytanie na śniadanie 11:25 The Voice of Poland - widowisko muzyczne 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2023 - widowisko muzyczne 16:15 Tak to leciało! - teleturniej muzyczny 17:10 Lajki! 17:30 Zaczni od zdrowia - magazyn 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:55 Na sygnale - serial fabularnyzowany 20:00 Postaw na milion - teleturniej 21:00 Parasite FILM OBYCZAJOWY  23:20 Kino bez granic - Tuż po weselu - film obyczajowy, prod. USA, 2019, reż. Bart Freundlich, wyk. Julianne Moore, Michelle Williams, Billy Crudup 01:25 Wspomnienie lata - film obyczajowy, reż. Adam Guziński, wyk. Urszula Grabowska, Robert Więckiewicz, Max Jastrzębski, Paulina Anielska 03:05 Kafarnaum - dramat, prod. Liban, 2018, reż. Nadine Labaki, wyk. Nadine Labaki, Zain Al Rafea, Yordanos Shiferaw, Boluwatife Treasure Bankole 05:10 Zakończenie	05:20 Uwaga! - magazyn 05:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:25 Nowa Maja w ogrodzie 07:55 Akademia ogrodnika 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Co za tydzień - magazyn 12:20 Mam talent - program 14:15 Harry Potter i insygnia śmierci Część I - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2010, reż. David Yates, wyk. Daniel Radcliffe, Emma Watson, Rupert Grint, Alan Rickman, Ralph Fiennes, Julie Walters, Helena Bonham Carter, Tom Felton, Jason Isaacs 17:25 Lego Masters 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:35 Pogoda MAGAZYN  19:45 Uwaga! - magazyn 20:00 MasterChef - program kulinarny 21:35 Tajemnica zawodowa - serial, Polska 22:40 Podwodna pułapka II: Labirynt śmierci - film sensacyjny 00:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 01:30 Największe polskie katastrofy - program dokumentalny 02:30 Uwaga! - magazyn 02:50 Noc magii 04:15 Zamieszczać na plaży 04:45 Recepta na stary dom	06:00 Nowy dzień z Polsat News 07:10 Kon wodny: Legenda głębin 09:35 Doktor Dolittle 11:30 Kung Fu Panda 2 13:20 Noc w muzeum 2 Larry Daley porzucił słabo płatną posadę nocnego stróża w nowojorskim Muzeum Historii Naturalnej. Jako właściciel doskonale prosperującej firmy, produkującej pomysłowe przedmioty domowego użytku, wiedzie dostatni żywot biznesmena. 15:40 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 17:40 Ślubne pogotowie Izabeli Janachowskiej 18:50 Wydarzenia 19:30 Państwo w Państwie 20:00 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni THRILLER  22:05 Cold Creek Manor Leah i Cooper Tilsonowie są zmęczeni tempem życia w Nowym Jorku. Postanawiają opuścić luksusowy apartament i kupić dom na wsi. Jedną z oglądanych przez nich nieruchomości jest Cold Creek Manor. Zauroczeni tym miejscem, decydują się na kupno malowniczo położonej posiadłości. Niestety, wkrótce okazuje się, że wymarzony dom kryje mroczną tajemnicę. 00:45 Elizjum 03:05 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:05 21 Przegląd Piosenki Aktorskiej - Koncert Gilberta Becaud 08:00 Liturgia prawosławna z cerkwi św. Marka w Białej Podlaskiej 09:00 Od ucha do ucha - film animowany 09:20 Angielskie śniadanie 10:25 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 11:05 Bilet do kina - Pełnia życia - film obyczajowy 13:10 Wędrowiec Polski 13:50 Festiwal w Bregencji 16:50 Zaginione - odnalezione - Michał Górkstkin 17:15 Niedziela z... polskim jazzem 18:10 Niedziela z... polskim jazzem - Jazz Juniors 19:15 Niedziela z... polskim jazzem 19:30 Informacje kulturalne WESTERN  20:00 Nevada Smith - western 22:20 Scena muzyczna - Wowakin - koncert, reż. Małgorzata Kosturkiewicz 23:25 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 00:05 Niezwygłoszony 02:15 Teraz animacje! - Niezapomniana - film animowany, prod. Francja, 2019, reż. Bruno Collet 02:25 Teraz animacje! - Latawiec - film animowany 02:55 Kino nocne - Letnia szkoła życia - film fabularny, prod. Francja, 2017 04:55 Informacje kulturalne 05:20 Legends Rocka 05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2	06:35 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 09:35 Dziewczyna z Jersey 11:40 Przygoda w krainie słoń 13:35 Miłość, szmaragd i krokodyl Autorka romansów wyjeżdża do Kolumbii ratować siostrę porwaną dla okupu. Pomaga jej przypadkowo poznany łowca przygód. 15:45 Giganci ze stali Charlie, zajmujący się organizowaniem nielegalnych bitew robotów, odkrywa, że ma 11-letniego syna. Chłopak przekonuje ojca do wzięcia udziału w mistrzostwach walk cyborgów. 18:25 Polowanie na prezydenta FILM SENSACYJNY  20:00 Niedziela z gwiazdami: Niezniszczalni 3 - film sensacyjny Niezniszczalni mierzą się ze starym przyjacielem oraz założycielem ekipy, który zszedł na złą drogę. Teraz pragnie na zemsty oraz zniszczenia swoich byłych towarzyszy. 22:30 Wykidajło 01:00 Bez litości 03:20 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 04:00 Napisła: Morderstwo 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska	05:05 Szkoła 06:05 Przystanek Bieszczady - serial dokument, Polska 07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA 08:00 Hop - film komedia, USA, 2011, reż. Tim Hill, wyk. James Marsden, Russell Brand, Kaley Cuoco, Hank Azaria 10:05 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska 13:05 Perfect Picture 14:05 Karol. Człowiek, który został papieżem - miniseriał obyczajowy, Polska, Francja, Kanada, Niemcy, Włochy, reż. Giacomo Battiato, wyk. Ennio Fantastichini, Lech Mackiewicz, Ken Duken, Violante Placido, Radosław PazuraPiotr Adamczyk, Małgorzata Bela, Hristo Shopov FILM PRZYGODOWY  16:15 Władca pierścieni: Dwie wieże - film przygodowy, Nowa Zelandia, USA, Niemcy, 2002, reż. Peter Jackson, wyk. Elijah Wood 20:00 Harry Potter i insygnia śmierci Część II - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2011, reż. David Yates, wyk. Daniel Radcliffe, Emma Watson 22:50 Holiday - film komedia, USA, 2006, reż. Nancy Meyers, wyk. Cameron Diaz, Kate Winslet, Jude Law, Jack Black, Eli Wallach, Edward Burns, Rufus Sewell 01:35 Krwawa układanka - serial, USA 02:40 Noc magii	06:00 Kosmos - niewyjaśnione tajemnice starożytności 08:00 Galileo 10:00 Naga broń 33 i 1/3 Ostateczna zniewaga 11:45 Król Artur 14:30 Warcraft: Początek 17:00 Łowcy Skarbów. Kto da więcej 20:00 Jason Bourne 22:45 Upadek - Niemcy, Włochy, Austria, 2004, reż. Hirschbiegel Oliver, wyk. Ganz Bruno, Maria Lara Alexandra, Berkel Christian, Ferch Heino, Harfouch Corinna, Köhler Juliane, Matthes Ulrich, Thomas Kretschmann Dramat wojenny. Berlin, kwiecień 1945 roku. Naród czeka na swój upadek. Na ulicach stolicy Niemiec panuje chaos. Hitler wraz ze swoimi najbliższymi współpracownikami ukrywa się w bunkrze. 01:55 Śmierć na 1000 sposobów 02:25 Disco Polo Life 03:25 Top 10 TV Trwam  10:40 Próba wiary 11:25 Pianistą był 12:00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem 12:15 Papież Polak do Rodaków 12:50 Pogoria. Zeglarska szkoła życia. 13:30 Oratorium o Niepokalanym Poczęciu Najświętszej Maryi Panny 14:30 Święty na każdy dzień 14:35 Słowo życia 14:40 Drzwi do lasu 15:00 Wieś - to też Polska 16:00 Informacje dnia 16:10 Koncert zyczeń 16:45 Prawda a historia 17:00 Zostań Żołnierzem RP 17:15 Muzyczne chwile 17:30 Sól Ziemi 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Rozmowy niedokończone 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Moja katolicka rodzina 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski 21:20 Informacje dnia</

poniedziałek

24 października

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
04:50 Klan - telenowela 05:15 Przysięga - serial obyczajowy 06:05 Dziedzictwo - serial 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Studio Raban - magazyn 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Ranczo - serial 09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial 11:25 Kasta - serial 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 BBC w Jedynce 14:00 Dziedzictwo - serial 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka SERIAL OBYCZAJOWY  16:05 Przysięga - serial obyczajowy 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka - serial obyczajowy 21:00 Teatr Telewizji - Apollo z Bellac - spektakl teatralny, prod. Polska, 2022 22:20 Świat bez fikcji - Rosja - Niemcy 23:30 Rob Roy - film przygodowo-historyczny 01:55 Młoda Wiktoria - film kostiumowy 03:45 Sfora - serial	05:30 M jak miłość - serial 06:25 Umarł, aby żyć. Rzecz o Stefanie Kardynale Wyszyńskim - serial dokumentalny 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial, prod. Niemcy, Austria, 2015 15:55 Przepis dnia 16:00 Koło fortuny - teleturniej TELETURNIJ  16:35 Familiada - serial 17:15 Zakazany owoc 18:00 Panorama 18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:00 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial 21:55 Miłości medycyna - serial obyczajowy 22:55 Stanley H - serial kryminalny 24:00 Kafarnaum - dramat 02:15 O mnie się nie martw - serial komediowy TVP	05:20 Uwaga! - magazyn 05:35 Nowa Maja w ogrodzie 06:00 Akademia ogrodnika 06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 MądrzeGotujemy z Katarzyną Bosacką 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Herkules - serial, Polska 22:40 Dom wygranych - film komedia, USA, 2017, reż. Andrew Jay Cohen, wyk. Will Ferrell, Amy Poehler, Jason Mantzoukas, Ryan Simpkins 00:20 Co za tydzień - magazyn 01:15 Na granicy światów 02:20 Uwaga! - magazyn 02:40 Noc magii 04:05 Zamieszkając na plaży 04:35 Recepta na stary dom 05:05 Raj za pół ceny - program lifestyleowy	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Małanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda 20:05 Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami 22:05 Inferno Słynny badacz symboli Robert Langdon budzi się z amnezją w szpitalu. FILM AKCJI  00:50 44 minuty Oparta na autentycznych wydarzeniach historia napadu na bank w Hollywood, którego 28 lutego 1997 roku dokonali dwaj uzbrojeni po zęby męczennicy. 02:45 Życie, którego nie było Jak byśmy się czuli, gdyby okazało się, że każda chwila, której doświadczaliśmy i wszystkie nasze wspomnienia tak naprawdę nigdy nie istniały? Telly Paretta jest samotną matką, której 8-letni syn zaginał podczas katastrofy lotniczej. 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:00 Muzyczne poranki 07:40 Informacje kulturalne 08:10 Co dalej? - O tym mówi świat - program publicystyczny 08:50 Wydarzenie aktualne 09:20 Do widzenia, do jutra 11:00 Reżyserzy - Cecil B. DeMille - cykl dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2018, reż. Lyndy Saville 11:55 Bujać w obłokach - film animowany, prod. Francja, 2013, reż. Helene Leroux 12:00 Budzik - film animowany, prod. Czechy, 2017, reż. Filip Diviak 12:10 Zabici czas - film animowany, prod. Francja, 2019, reż. Camille Guillot, Fanny Fanny Hagdahl Sörebo, Sarah Naciri, Morgane Ravelonary 12:25 Niedziela z... polskim jazzem 13:30 Królowa Bona - serial KOMEDIA  16:00 Giuseppe w Warszawie - komedia, prod. Polska 17:50 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 18:30 Informacje kulturalne 18:55 Serialowa nostalgia - Emma - serial 20:00 Kino Mocnych Wrażeń - Kryptonim HHhH - film fabularny 22:10 Kronos - Czystość - magazyn kulturalno-społeczny 22:55 Panorama kina polskiego - Wielki Szu - film sensacyjny, prod. Polska, 1982, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Jan Nowicki 00:45 Scena muzyczna 01:50 Nevada Smith - western 04:05 Informacje kulturalne 04:25 Kino nocne - Śpiewać - film dokumentalny	06:00 Kobra - oddział specjalny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 11:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 12:00 Zaklinaczka duchów 13:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 14:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Robocop THRILLER  22:15 Plan ocalenia - thriller Miliarder Chalmers zatrudnia najemników, by chronić cenne rezultaty swojej pracy. Chcąc zdobyć je grupa terrorystów porwała jego córkę. 00:15 Trafik 02:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - serial kryminalny 03:10 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 04:20 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy	05:15 Szkoła 06:15 Papiery na szczęście - serial, Polska 06:45 Hotel Paradise - program rozrywkowy 07:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:50 Opowieści małżeńskie 11:55 Zagadki losu 12:55 Szpital - program obyczajowy 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Perfect Picture - program 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Opowieści małżeńskie 17:55 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Zagadki losu 20:00 Papiery na szczęście - serial, Polska 20:35 Hotel Paradise MINISERIAL OBYCZAJOWY  21:35 Karol. Papież, który pozostał człowiekiem - miniserial obyczajowy, Włochy, Polska, Kanada, reż. Giacomo Battiato, wyk. Piotr Adamczyk, Dariusz Kwaśnik, Małgorzata Bela, Lech Mackiewicz, Alberto Cracco 23:35 Widmo - film horror, USA, Japonia, Tajlandia, 2008, reż. Masayuki Ochiai, wyk. Joshua Jackson 01:25 Największe paranormalne zagadki 02:25 Druga strona medalu - talk show 02:55 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz nowy dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Pierścionek z rubinem 10:55 Kochane Pieniądze 11:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Łowcy Skarbów.Kto da więcej 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Nieuchwytny cel 2 - USA, 2016, reż. Roel Reiné, wyk. Adkins Scott, Knepper Robert Wes, zawodnik MMA, który chce skończyć z walkami, dostaje propozycję wzięcia udziału w prywatnym turnieju w Birnie w zamian za milion dolarów. 23:10 W podziemnym kręgu - USA, 2016, reż. Ferrer Miguel A., wyk. Johnston Amy 01:15 Jaś Fasola radzi 01:20 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda TV Trwam  09:30 Moja katolicka rodzina 10:00 Informacje dnia 10:15 Rozmowy niedokończone 11:20 Stan Bezpieczeństwa Państwa 11:30 Akita 101 łez 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Mojżesz - 10 przykazań 13:15 Muzyczne chwile 13:25 Słowo życia 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc na świecie 14:30 Polska Norwida 15:25 Blask prawdy 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Sanktuaria polskie 16:30 Sympozjum poświęcone Żegocie 18:15 Spotkanie Rodziny Radia Maryja w parafii pw. św. Mikołaja 20:00 Informacje dnia 21:40 Rozaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski 21:20 Informacje dnia 21:40 Punkt Widzenia 22:00 Mojżesz - 10 przykazań

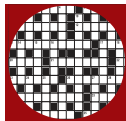
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

wtorek

25 października

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
04:50 Klan - telenowela 05:15 Przysięga - serial 06:05 Dziedzictwo - serial 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze 07:30 Kościół z bliska 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Ranczo - serial 09:35 Komisarz Alex - serial kryminalny 10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny 11:25 Kasta - serial 12:00 Wiadomości 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 Natura w jedynce 14:00 Dziedzictwo - serial 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka SERIAL OBYCZAJOWY  16:05 Przysięga - serial obyczajowy 17:00 Teleexpress 17:15 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela 18:20 Kasta - serial 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka - serial 21:00 Pełny obraz - cykl dokumentalny 21:40 Magazyn Ekspresu Reporterów 22:45 Ocaleni - reality show 23:50 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn 00:30 Replikanci - film akcji 02:25 Towarzysz na życie - film obyczajowy 04:15 Notacje 04:30 Zakończenie	05:30 M jak miłość - serial 06:25 Wprowadzenie biskupa. Przemysław Semko Koroz - reportaż 06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie 10:35 Panorama 10:45 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial 15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial 15:55 Przepis dnia 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc 18:00 Panorama TELETURNIJ  18:20 Va Banque - teleturniej 18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy 19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy 20:00 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP, reż. Grzegorz Dębowski, wyk. Jakub Glinka, Jakub Szlachetka, Elżbieta Romanowska 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial 21:55 Miłości medycyna - serial obyczajowy 22:55 Stanley H - serial 00:05 Ludzkie historie 01:45 Pomiedzy słowami - film fabularny	05:50 Uwaga! - magazyn 06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:40 Doradca smaku 11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:55 Tajemnice miłości 14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:10 Ten moment 16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:35 Ślub od pierwszego wejrzenia 22:40 Kuba Wojewódzki 23:45 Superwizjer - magazyn reporterów 00:20 Herkules - serial, Polska 01:25 Zabójcza broń - serial, USA 02:25 Uwaga! - magazyn 02:45 Noc magii 04:05 Zamieszkając na plaży 04:35 Recepta na stary dom 05:05 Raj za pół ceny - program lifestyleowy	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Małanowski i Partnerzy 09:40 Sekrety rodziny 10:40 Dlaczego ja? 11:40 Gliniarze - serial obyczajowy prod. Polska 12:50 Wydarzenia 13:20 Interwencja 13:40 Trudne sprawy 14:40 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja - magazyn 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia 19:25 Gość wydarzeń 19:45 Sport 19:55 Pogoda FILM S-F  20:00 Bloodshot Talulah Vin Diesel wciela się w postać Raya Garriso-na, żołnierza, który zginął podczas akcji i został przywrócony do życia przez korporację RST jako super-człowiek, tytułowy Bloodshot. W jego żyłach płynie armia nanotechnologicznych rozwiązań, dzięki czemu jest kimś nie do zatrzymania - silniejszym niż jakkolwiek człowiek, z organizmem zdolnym do natychmiastowej regeneracji. 22:25 Lot Feniksa 01:00 Inferno 03:40 Świat według Kiepskich 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	07:05 Co się dzieje 07:40 Informacje kulturalne 08:10 Wędrowiec Polski - cykl reportaży 08:50 Którędy po sztuce - Giovanni Battista Zelotti - magazyn, reż. Tomasz Filiks, Anna Zakrzewska 09:10 Giuseppe w Warszawie - komedia, prod. Polska 11:00 Emma - serial, prod. Wielka Brytania, 2009, reż. Jim O'Hanlon 12:05 Dzień w muzeum Orsay - film dokumentalny, prod. Francja, 2017, reż. Bruno Ulmer 13:10 Królowa Bona - serial 15:15 Faraon - dramat, prod. Polska, 1965, reż. Jerzy Kawalerowicz, wyk. Jerzy Zelnick, Wiesława Mazurkiewicz, Barbara Brylska, Krystyna Mikołajewska 17:55 Co dalej? 18:30 Informacje kulturalne SERIAL OBYCZAJOWY  18:55 Emma - serial, prod. Wielka Brytania 20:00 Simon Boccanegra - opera, prod. Niemcy, 2020 22:35 Lekkie obyczaje - Staniczek - komediodramat 00:15 Co dalej? - program publicystyczny 00:50 Młoda Polska - Dog Days - film krótkometrażowy 01:20 Panorama kina polskiego - Wielki Szu - film sensacyjny, prod. Polska, 1982, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Jan Nowicki, Andrzej Pieczyński 03:10 Informacje kulturalne 03:40 Kino nocne - Los człowieka - dramat 05:30 Teledyski 05:40 Afisz kulturalny ekstra	06:00 Kobra - oddział specjalny 08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 11:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 12:00 Zaklinaczka duchów 13:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 14:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Infiltrator 22:10 Triumf sprawiedliwości KOMEDIA  00:00 Kariera Nikosia Dyzmy - komedia Pracownik zakładu pogrzebowego przypadkiem trafia na wystawny bankiet. Zdobywa uznanie wpływowych ludzi, dzięki którym zaczyna robić karierę polityczną. 02:10 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 03:15 Zobacz to! Blok powtórkowy: Biesiada na cztery pory roku 04:00 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska	05:15 Szkoła 06:15 Papiery na szczęście - serial, Polska 06:45 Hotel Paradise - program rozrywkowy 07:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:50 Opowieści małżeńskie 11:55 Zagadki losu 12:55 Szpital - program obyczajowy 13:55 Sąd rodzinny - program sądowy 14:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska 15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Opowieści małżeńskie 17:55 Rozwód. Walka o wszystko 19:00 Zagadki losu 20:00 Papiery na szczęście - serial, Polska 20:35 Hotel Paradise FILM PRZYGODOWY  21:35 Apollo 13 - film przygodowy, prod. USA, 1995, reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Bill Paxton, Kevin Bacon, Gary Sinise, Ed Harris, Kathleen Quinlan 00:20 Kontrabanda - film sensacyjny, prod. USA, Wielka Brytania, Francja, 2012, reż. Baltasar Kormákur, wyk. Mark Wahlberg, Kate Beckinsale, Ben Foster, Giovanni Ribisi, Lukas Haas, Diego Luna, J.K. Simmons 02:35 Druga strona medalu - talk show 03:05 Noc magii	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz nowy dom 09:00 Pierwsza miłość 09:50 Pierścionek z rubinem 10:55 Kochane Pieniądze 11:55 Sędzia Judy 13:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci 17:00 Łowcy Skarbów.Kto da więcej 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:00 Bad Ass 3 22:50 W rozkwicie - Japonia, USA, 2019, reż. Ghassemi Reza, VillaSenor Adam, wyk. Ogasawara Yusuke, Watanabe Hiroyuki, Wood Tyler Niepokonany japoński czempion Masahiro trenuje przed zbliżającą się walką bokserską z amerykańskim pretendentem do mistrzowskiego tytułu, Clintem Sullivanem. 00:35 Jaś Fasola radzi 00:50 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda TV Trwam  11:50 Słowo życia 12:00 Anioł Pański 12:03 Informacje dnia 12:20 Mojżesz - 10 przykazań 13:15 Muzyczne chwile 13:30 Msza święta z Jasnej Góry 14:20 100 cudownych miejsc 14:30 Wystarczy Sobą Być 15:30 Sanktuarium Cudu Eucharystycznego w Sokółce 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Informacje dnia 16:10 Jesteśmy mamą 16:25 Przyroda w Obiektywie 16:40 Pod opieką Limanowskiej Pani 16:55 Sekrety minichów 17:10 Prosto o gospodarstwo 17:30 Zostani Żołnierzem RP 17:45 Muzyczne chwile 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Informacje dnia 18:15 Ze szkolnej ławki 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Każdy maluch to potrafi 19:45 Modlitwa 20:00 Informacje dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



ROZRYWKOWE TO i OWO nr 288

Redaguje:
Władysław Firlik

1. SAMOTNOŚĆ DOKUCZA

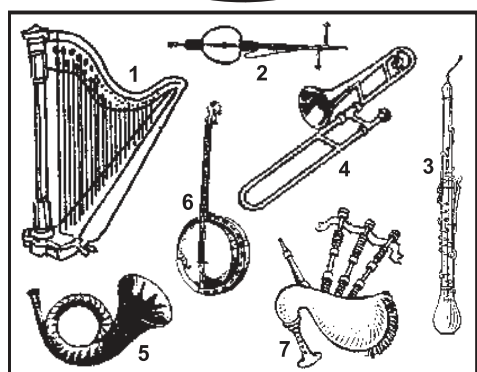
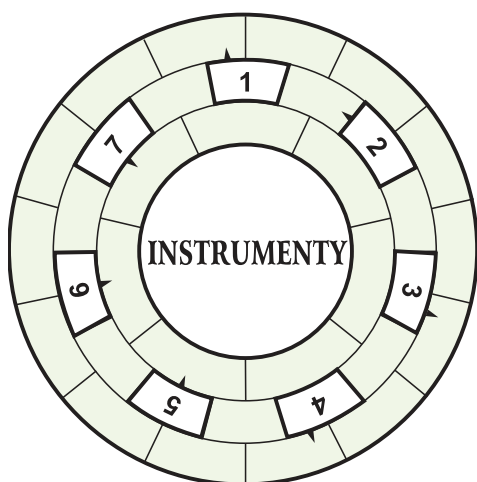
STRÓJ NIEMO- WŁAKA	NIANIA LINIA	▼	KRZEW OZ- DOBNY	CHA- ŁUPKA	▼	Z RAJU MAHO- METAN	▼	TELEWI- ZYJNY SERIAL Z ALEXIS	▼	24	MAŁY WACŁAW CZEŚĆ UPRZEŻY	▼	ŻONA KRONOSA	▼	SZCZYT ROZ- WOJU
►	►		►	►		►		POGODA	►						
DROBNY RACHU- NEK			20						4	1	26				
►	30	15	16					MIASTO SERÓW		2					
ZAGRO- DA DLA OWIEC					5	9			27		PIASZ- CZYSTA WYDMA			14	
UDAJE AKTORKE ZWIEDZA ZABYTKI		7						CHORO- BA Z WY- SYPKĄ			FRAN- CUSKI PIOSEN- KARZ			NIE- UPRZEJ- ME ODEZ- WANIE SIĘ	
►			STOLICA KENII				25		23	29					
ZAGON	RU- MIENICE		MIĘJSCE SIANO- KOSÓW					ULICZNIK		6				28	
SIE- DZIBA KRÓLA			22					38						37	
POCIA- GA CIĘ W PŁCI PRZE- CIWNEJ		MAŁY EKRAN	39		CIENKI SZNU- REK	RYBA AKWA- RIOWA			35	36					
►	12		34		21									10	
SPIS, LISTA	NATCH- NIENIE POETY		13	LOLLO- BRIGIDA										11	
SŁUŻY DO WAŻENIA															
►		3													
B. GROSZ NIEMCA ANDRYCZ KLIM														18	
►								KIEROW- NICA WOŹNICY	31		8	17	19		
			32	33											

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 39 utworzą wypowiedź kierowniczką agencji.

6. ANAGRAM POTRÓJNY

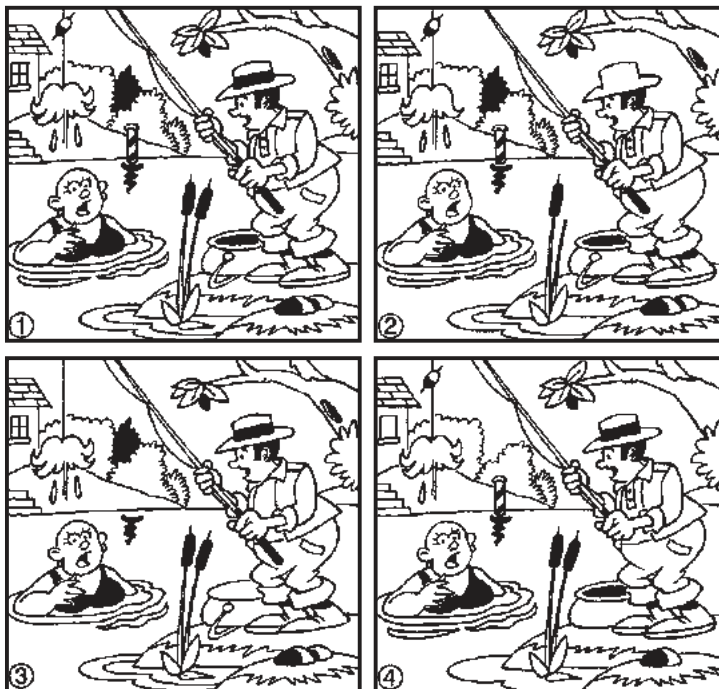
--- zwykle jest czerwona,
- / --- rzadko bywa.
--- ludna czy bezludna,
rozbitków przyzywa.

9. WIRÓWKA OBRAZKOWA



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

7. CO BRAKUJE ?



Na rysunkach 2, 3, 4 brakuje po 8 drobnych szczegółów, które znajdują się na oryginale (rys. 1). Znajdź te brakujące rzeczy.

10. ANAGRAM

Nowej epoce trzeba stawić _____ / _____ ucieka -
czy ogrom problemów przerośnie _____ ?

11. KWADRAT MAGICZNY

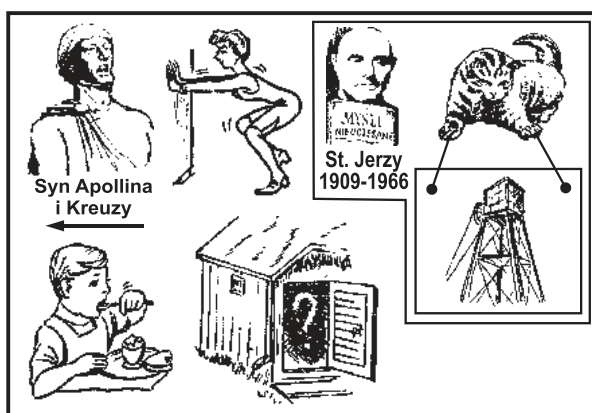
1) oznaczona węzłem Eskulapa, 2) wśród planet Układu Słonecznego, 3) naczynie do przechowywania i transportu płynów żrących, 4) bezprawny gaz o działaniu narkotycznym, 5) ze szkolnej ławy, 6) duży, soczysty owoc południowy.

1	2	3	4	5	6
2					
3					
4					
5					
6					

12. KALAMBUR

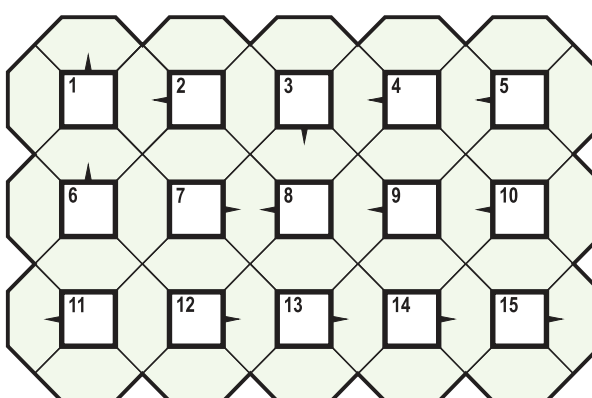
Szarfa z zabawką
cyka nad trawką.

2. REBUS



Początkowe litery: N. I. P. S. T. J.

4. WIRÓWKA

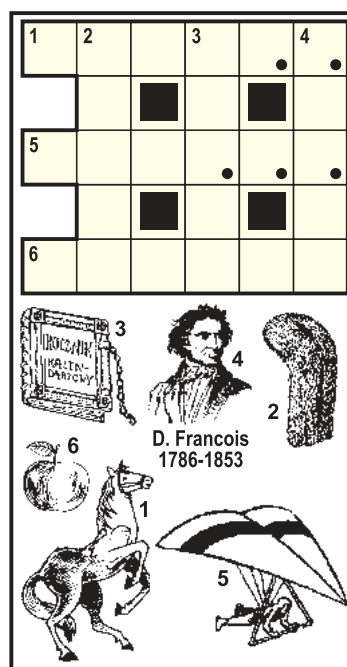


Pierwsze litery odgadniętych wyrazów utworzą frazę Jana Sztudyngera.

1) diabeł, 2) ostry zakręt, 3) uzdrowisko w Szwajcarii, 4) gorący i suchy wiatr pustyński, 5) jednostka strumienia świetnego, 6) piękno, 7) denuncjacja, 8) polarna, 9) starożytna Smyrna, 10) górzysta wyspa w Cykladach, 11) miasto nad Mleczną, 12) dygnięcie, 13) koc dla konia, 14) skała osadowa ilasto-solna, 15) w jego delcie leży Karaczi.

DO ZOBACZENIA ZA TYDZIEŃ

3. KRZYŻÓWKA



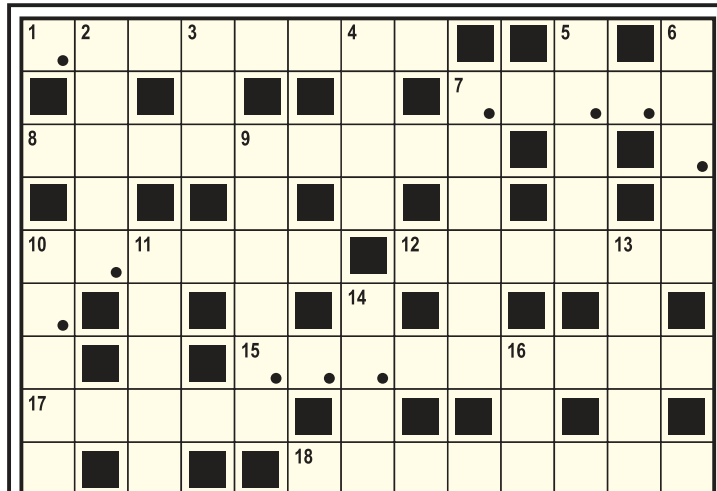
Litery z pól zaznaczonych (rzędami) utworzą rozwiązanie.

5. LICZBA

8	48	3
3	54	9
7	98	

W puste pole powyższego diagramu należy wpisać taką wartość, aby nie zakłócała ustalonego porządku. Jaką liczbę należy wpisać w puste pole?

8. KRZYŻÓWKA OBRAZKOWA



Litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą ostateczne rozwiązanie.

ROZRYWKOWE TO i OWO
KUPON - 288



Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie?

ZGŁOŚ SIĘ DO NAS

Zapewniamy kompleksową obsługę
Pomagamy w uzyskaniu kredytu

784 611 270, 605 325 056

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA

o II przetargu ustnym nieograniczonym
na sprzedaż lokalu mieszkalnego Nr 8 przy ulicy Szkolnej 6
w Winnicy wraz z udziałami
w częściach wspólnych nieruchomości

Gmina Winnica jest właścicielem lokalu mieszkalnego nr 8 o powierzchni użytkowej 37,20 m², mieszczącego się na parterze w budynku przy ulicy Szkolnej 6 w Winnicy (parter), położonym na działce nr 155/3 o powierzchni 0,2654 ha dla których Sąd Rejonowy w Pułtusku prowadzi księgę wieczystą nr OS1U/00048851/4. Lokal zbywany jest bez obciążeń. Przeznaczenie nieruchomości: zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego działka oznaczona nr ewid. 155/3 przeznaczona jest pod adaptację usług oświaty na usługi publiczne, mieszkalnictwo oraz inne usługi SYMBOL 36 UP/MN/U.

Cena wywoławcza wynosi: 167 600,00 zł.
Wadium wynosi 16 760,00 zł.

Przetarg odbędzie się w dniu 21.11.2022 r. o godzinie 10:00 w sali konferencyjnej Urzędu Gminy w Winnicy, ul. Pułtuską 25, 06-120 Winnica

Ogłoszenie o przetargu zostało opublikowane na stronie internetowej Urzędu Gminy Winnica <http://gminawinnica.pl/>, w Biuletynie Informacji Publicznej <http://bip.gminawinnica.pl> oraz wywieszone na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Winnica, ul. Pułtuską 25, 06-120 Winnica

Dodatkowe informacje na temat przetargu można uzyskać w Urzędzie Gminy w Winnicy, telefonicznie pod numerem (23)691-40-31 lub na stronie internetowej www.bip.gminawinnica.pl

WÓJT GMINY WINNICA
mgr Robert Wróblewski

PRACA

dam pracę

Elektryk-hydraulik-monter klimatyzacji-magazynier-mechanik-automatyczny serwisant chłodnictwa- atrakcyjne wynagrodzenie 664 473 560
LEG 52615

Magazynier. Atrakcyjne wynagrodzenie 664473560
LEG 52614

Młodego mężczyznę do przyrządzenia 664 473 560
LEG 52616

■ Stanisławów Pierwszy. Jedna zmiana. Montaż wiązek kablowych. Również osoby z niepełnosprawnością. 734 108 163 LEG 52718

szukam pracy

■ Dyplomowany ogrodnik podejmie pracę przy porządkowaniu ogrodów tel. 602234237 LEG 52704

■ Szukam pracy jako pracownik w sklepie, L-wo, Wieliszew, Nieporęt tel. 793319650 LEG 52714

AUTO-MOTO

sprzedam

■ **Kupię KażdeAutoOsobowe Busy SkuteryMotory Najlepsze Ceny-NaRynku** **Możliwość Zwrotu 0c** **Masz Coś Dzwoni Natychmiastowo Odbiór Błyskawiczna Wycena Kupuję Całe rozbięte Bez OciPrze-glądu i Do Drobnych Napraw Zadbane Auto Zaświadczenia Do Kaski 502964469**
LEG 52584

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

EDUKACJA

korepetycje

■ **Doświadczony nauczyciel matematyki - szkoła podstawowa, ponadpodstawowa- skutecznie 506710424**
LEG 52707

ZDROWIE

przychodnie

ultramedita
CENTRUM ZDROWIA KOBIECY
KLINIKA
GINEKOLOGICZNO - POŁOŻNICZA
Legionowo, ul. Sienkiewicza 10 | p. nad HEBE
tel. 22 732 24 86, 518 447 748

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

inne

■ Punkt bezpłatnego wypożyczenia sprzętu rehabilitacyjnego (balkoników, kul, wózków) i rowerów w Dąbrowie Chotomowskiej, tel.: 608 063 017
LEG 52647

SPORT I URODA

TURYSTYKA

USŁUGI

remont i budowa

■ Cyklina bezpyłowa, układanie 602 523 096
LEG 52660

■ Glazura solidnie 602670035
NDM 52645

■ Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757
LEG 52381

■ Pielęgnacja i wycinka drzew, krzewów + rębak. Sprzątanie strychów + wywóz 511 385 640
PUL 52696

■ Remonty mieszkań. Tanio i solidnie. Tadeusz. 508-074-201
NDM 52286

■ Usługi dekarские, wiaty, zadaszania, wymiana i czyszczenie orynnowania, grzanie papy, murowanie i naprawa kominów, schody betonowe, mycie i malowanie elewacji 511 385 640
PUL 52697

■ Usługi remontowo-budowlane, powiat legionowski tel. 511949741
LEG 52686

Usł. ogólnobudowlane 507567910
PUL 52673

Wycinka drzew, wynajem podnośnika kosz., usł. rębakiem 507567910
PUL 52674



■ **ZŁOTA RĄCZKA - usługi budowlane, hydrauliczne, elektryka, mniejsze i większe remonty. Szybko, tanio i solidnie. Referencje. 735953829**
LEG 52638

ogrodnicze

WYCINKA DRZEW METODĄ ALPINISTYCZNĄ
- SEKCYNNA WYCINKA DRZEW
- PRZECINANIE PRZESWIETLANIE KORONY DRZEW
- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARCHNICH
- USŁUGI RĘBARIEM, ZREBKOWANIE GAŁĘZI I WYWÓZ TOWARU
698 991 470
Z PODNOŚNIKA - MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE - PROFESJONALNIE

■ Wycinka drzew metodą alpinistyczną, sekcynna wycinka drzew, przycinanie, przeswietlanie koron drzew, usuwanie martwych drzew, gałęzi, konarów, usługi rębakiem, zrebkowanie gałęzi oraz wywóz urobku
Z PODNOŚNIKA, MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE, PROFESJONALNIE
698-991-470
LEG 52579

naprawy

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

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



nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

finanse i prawo

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

UBEZPIECZENIA

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

inne

■ **Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582**
LEG 52403

■ Elektryk - złota ręczka 515010373
LEG 52655

■ **HURTOWA SPRZEDAŻ OLEJU NAPĘDOWEGO I OPAŁOWEGO 728-008-002**
NDM 52712

■ **Stolarnia 608-063-017**
LEG 52646

ROBERT
WYNAJEM I USŁUGI PODNOŚNIKAMI KOSZOWYM
602 86 57 86
www.robert.media.pl

Wynajem i usługi podnośnikami koszowymi. Tel. 602 86 57 86, www.robert.media.pl
LEG 52596

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam mieszkanie

■ Legionowo Os. Batorego, 50m2, 2 piętro, widna kuchnia, 3-pokojowe 605848878
LEG 52713



WYNAJMĘ GRUNT POD FARMY FOTOWOLTAICZNE

Poszukuję działek pod budowę farm fotowoltaicznych.

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

ZAPRASZAM DO KONTAKTU.

TEL: 690 694 151

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



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

POWIAT LEGIONOWSKI			
Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
18.10.2022	Jachranka ul. Wspólna 37-66A ul. Borowa ul. Szczęśliwa ul. Jasna Izbica ul. Wspólna Wola Kiełpińska 23, 30, 32 Karolino 37, 37A-D, 39, 40, 41, 42, 43, 44 Miętowa ul. Babie Lato Prosta 44-55, 80 ul. Promyka 1, 2, 3, 4, 5, 35, 36 Ludwinowo Zegrzyńskie Stasi Las ul. Prosta ul. Główna 36, 36A, 38, 40, 41-68 Borowa Góra ul. Krótka ul. Nasielska 59 Prosta 44A, 44D, 45, 45A, 45D46, 47, 48, 50, 51, 52, 53, 53A, 53B, 55, 56A Karolińska 29, 31 Rolna, Babie Lato, Miętowa	04-0828 (WOLA KIEŁPIŃSKA MPM), 04A6026 (SEROCK OBYWODNICA), 04-0852 (KAROLINO 2), 04-0288 (LUDWINOWO ZEGRZYŃSKIE 3), 04-0400 (LUDWINOWO ZEGRZYŃSKIE 1), 04-0287 (LUDWINOWO ZEGRZYŃSKIE 2), 04-0592 (KAROLINO STASILAS 2), 04-0028 (JACHRANKA NOWA 2), 04-0346 (BOROWA GÓRA 4)	09:00-13:00
POWIAT NOWODWORSKI			
Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
18.10.2022	Nowy Dwór Mazowiecki ul. Wojska Polskiego 2, dz. nr 7/2 ul. Kępa Nowodworska 1, 3, 3A-K, 4	04-0788 (NOWY DWÓR MAZOWIECKI ŁAKI)	08:00-12:00
21.10.2022	Pieńków 98F, 114, 114A-D, 116, 116A-C, 118, 118A-C, 131, 164 ul. Malwy	04-1794 (Pięńków Malwy)	09:00-13:00

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

sprzedam dom

- Legionowo Przystanek, pow. mieszk. 94m², gaz ziemny, woda miejska, działka 300 m², tel. 797824950
LEG 52703

sprzedam działkę

- Działki bud. Gromin 516 505 049
PUL 52687

do wynajęcia

- Chotomów, tel. 509048137
LEG 52705
- Do wynajęcia w Pułtusk mieszk. dla kobiety b. tanio 509661909
PUL 52694

inne



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

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

ZWIERZĘTA

na 4 łapy



- Bawaria to starsza sunia w typie owczarka niemieckiego, którą znaleziono wychudzoną, na terenie gminy Brwinów. Dziewczyna jest spokojna, w stosunku do człowieka łagodna i spragniona bliskości. Psina dobrze dogaduje się z kolegą z boks, posłusznie chodzi na smyczy. Kto zaniedbał Bawarię? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52715



- Goniec to średniej wielkości długowłosy 5-latek, znaleziony na terenie gminy Leoncin. Nieco nieśmiały psiak, gdy zaufa, ukazuje swą łagodność, potrzebuje uwagi i pieczy. Kto dogoni Gońca? Ty czy Ja? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52717

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

FOTO
-TANIO-
VIDEO

www.foto-legionowo.pl

AUTO NAPRAWA

- MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
- WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA

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

MOTOKLINIKA
mgr inż. Zbigniew Książek

MECHANIKA I ELEKTRYKA SAMOCHODOWA
WSZYSTKICH MAREK

Legionowo, Ul. Wrzosowa 11a
tel. 22 784 44 50, 504 688 558 **www.motoklinika.auto.pl**

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

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



- Rufi to 6 kilogramowy piesek w typie jack russell terrier'a znaleziony na terenie Miasta Sochaczew (posiada chip z nieaktualnymi danymi). Chłopak jest bardzo towarzyski i łasy na pieczy. UWAGA Rufi czeka. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52716

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez



- RESTAURACJA LEGIONOWSKA; chrzciny, komunie, stypy, urodziny, uroczyste obiady, romantyczne kolacje, catering. Tel. 505-360-809, www.legionowska.pl
LEG 52607

SPRZĘT IT

MATRYMONIALNE

KOMUNIKATY

RÓŻNE

- Kupię szklarnie do rozbiórki mnożarki, gotówka 515924866
LEG 52390
- Sprzedam drewna brzozy 515 681 963
CIE 52702



- Sprzedam duże drewniane rzeźby, kapliczki 601913597
LEG 52606

INTERCARS

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

PRZYCHODNIA DLA ZWIERZĄT

lek. wet. **MIROSLAW KADO**
specjalista
chorób psów i kotów

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

RENTGEN CYFROWY, USG, EKG
LASER, ANALIZY KRWI,
CHIRURGIA, KRIOTERAPIA,
ULTRADŹWIEKOWE USUWANIE KAMIENTA
WYDAWANIE PASZPORTÓW, CHIPY

WYCINKA DRZEW
METODĄ ALPINISTYCZNĄ

- SEKCYJNA WYCINKA DRZEW

- PRZycinanie prześwietlanie korony drzew

- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARTWYCH

- USŁUGI RĘBAKIEM, ZRĘBKOWANIE GAŁĘZI ORAZ WYWÓZ UROBKU

698 991 470

Z PODNOŚNIKA • MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE • PROFESJONALNIE



BUDOWNICTWO PREFABRYKOWANE

elementy ścienne i stropowe,
budownictwo jednorodzinne, wielorodzinne,
obiekty użyteczności publicznej i biurowe,
szybki czas realizacji inwestycji,
wysoka jakość i trwałość elementów

WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU
BUDOWLANEGO I ELEKTRONARZĘDZI



RUSZTOWANIA
ZAGĘSZCZARKI
MŁOTY WYBURZENIOWE
CYKLINIARKI I INNE

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

BETON
TOWAROWY

SPRZEDAŻ

601 779 779

beton towarowy
wszystkich klas
beton mrozoodporny
beton wodoszczelny



Wytwórnia betonu
i asfaltobetonu
Kacice 76, 06-100 Pułtusk
drogiimosty@drogiimosty.com.pl

drogiimosty.com.pl

PREFABRYKATY
BETONOWE

Szeroki wybór prefabrykatów betonowych w tym:

błocki betonowe
elementy ogrodzeniowe
kostka brukowa



Producent prefabrykatów betonowych
Kosowo 134, 05-190 Nasielsk
tel. 22 333 50 10 **brixnet.pl**



NASZE WILKOWYJE

Most i dzieci

Gazety powinny być zakazane. Są rzeczy, których lepiej po prostu nie wiedzieć. A Japycz, mimo że oczy stare i mogłyby odpocząć, ciągle czyta. I wyczytał. Ruskie ogłosiły dla ukraińskich dzieci w chersońskim obwodzie „jesienne wakacje”. Czyli wywiozł ich do Rosji, mózgi wypiorą, z oprawcy zrobią zbawcę i wyślą gdzieś na pustkowia, by żyły tam i pracowały na chwałę imperium, z dala od rodzin, ojczyzny, przyjaciół. Jak sobie pomyślisz, że twoim mogłoby się tak samo przydarzyć, to już nie nóż się w kieszeni otwiera, ale cała bomba atomowa. Młody Solejuk, co to w grę taką jedną gra o asasynach, mapę swoją własną zaprojektował i teraz trenuje samotny atak na Kreml. Dziecinada, wiadomo, ale instynkt zdrowy, jak takie rzeczy słyszysz.

Myślisz sobie – dwudziesty pierwszy wiek, cywilizacja w rozkwicie, polityka korektna, gdzie nie spojrzysz, tego nie mów, tamtego nie pisz, bo kogoś urazisz, ale jak dzieci porywają – to cisza. Nagle wszystkie na ławkach siedzą, gdzie indziej patrzą, słyszeć nic nie chcą. O bombie rozprawiają. Że czołgów lepiej nie dawać, bo się Dziadzia Wowa wnerwi. A dla tych dzieci, to już jakby bomba spadła. Za niewolnika gdzieś całe życie robić na Syberii, wrogów musieć wysławać. Ofcyszny się wyrzec. Sto lat my byli pod zaborami, to wiemy. Ale że w dwudziestym pierwszym wieku... Dzieci porywać... Dżicz.

Siedzieli my takie zdepresowane, że nawet Mamrot nie smakował, a tu ksiądz Maciej tanecznym krokiem od plebanii leci i niemal śpiewa. Bo ksiądz Maciej głos dobry ma i gdyby Pan Bóg go nie zawołał, to by piosenkarzem jakimś rokowym został, a może i nawet disco polo. A co ksiądz Maciej śpiewa? Dokładnie nie wiadomo, ale radośnie. Zasapany przy nas przystanął „Most... most... dzieci zostają” i tyle go było. Dalej pobiegł tą swoją nowinę taneczną głosić. Nie do końca my zrozumieli, że trzeba było smarfony powyciągać, co na ławeczce są najsurowiej zakazane, bo co to za rozmowa, jak się każdego w to świecące gówno wgapia? Ale mus to mus.

Świat taki, że gazeta, choć porządna, to wczorajsza jest, a smarfony, choć wredne, to dzisiejsze, nawet takie kwadransowe, a jak co ważne, to i minutowe. Spojrzeli my i uśmiech na twarz wrócił. Wyszadzi! Nareszcie... Solejuk porządnego tyka pociągnął i też mu nogi jakby tanecznie zastukały. Most krymski co to Ukrainę z Rosją łączy, taki jakby podwodny się zrobił, jak i ten krążownik, a to znaczy, że wywieźć dzieci trudniej. Nie niemożliwe, ale trudniejsze. Kolej nie działa, autobusy po moście do Rosji nie jeżdżą... No chyba samolotów po nie nie przysłać...

Zadumali my się nad światem, co to taki się porobił, że destrukcja powodem do radości być może. Trzeba będzie Księdza Biskupa spytać skąd zło i skąd go tyle się bierze. Bo to już na Szatana zwać się nie da, to w ludziach musi coś być takiego, że się takie putiny pojawiają i rządzą i poparcie wśród swoich mają. Unde malum? – powiedział Solejuk, któremu z głową ta filozofia żony niedobrze robi i dziwne słowa bez zrozumienia powtarza. Ale tym razem coś musiało być na rzeczy, bo Japycz głową pokiwał z wyraźnym zrozumieniem, no to spojrzeli my z Hadziukiem po sobie i też kijwajom, żeby na głupich nie wyjść.

Takie to nasze życie jest. Rozpacz i radość i dziwne pytania, bez odpowiedzi. Wilkowyje niby daleko, ale nie-szczęście dzieci taką siłą ma, że się niesie dalej niż fale radiowe i dotyka gorzej, niż zaraza.

Pietrek

Samorządy z województwa mazowieckiego nagrodzone za walkę z gripą

Ogólnopolski Program Zwalczenia Grypy jak co roku wyróżnił samorządy, które w największym stopniu angażowały się w realizację projektów zdrowotnych w zakresie profilaktyki grypy. W tym roku przyznano 18 tytułów Samorządowego Lidera. W województwie mazowieckim tytuł Lidera w Innowacjach otrzymała Gmina Nieporęt, a tytuł Propagatora Szczepień przeciw COVID-19 otrzymały – Gmina Wiązowna i Gmina Nieporęt. Nagrody zostały wręczone podczas Debaty Flu&Covid-19 Forum 2021

Działania jednostek samorządowych pozwalają na upowszechnienie szczepień przeciw grypie, które stanowią największą ochronę przed groźnym wirusem. Bezpłatne szczepienia przeciw grypie są szczególnie ważne dla osób z grup ryzyka: przewlekłe chorych, diabetyków, seniorów, kobiet w ciąży i dzieci. Grypa najczęściej atakuje zimą – szczyt zachorowań przypada zazwyczaj w pierwszych trzech miesiącach roku. W przypadku seniorów, dzieci, kobiet w ciąży czy przewlekłe chorych szczepionka zapobiega nie tylko zachorowaniu, ale przede wszystkim wystąpieniu groźnych dla zdrowia i życia powikłań pogrypowych. Prawdopodobieństwo ich wystąpienia wśród osób po 65 roku życia wzrasta niemal trzykrotnie.

Rekomendacje Ekspertów

Nadchodzący sezon szczepień przeciw grypie zbiegnie się z czwartą falą zachorowań na COVID-19. Ekspertci podczas Flu&Covid-19 Forum apelowali o szczególną mobilizację do szczepień przeciw grypie, ale także przeciw COVID-19. Są to dwie poważne choroby infekcyjne, których częste występowanie zwiększa się w sezonie jesienno-zimowym. Obie stanowią poważne zagrożenie dla całego społeczeństwa, w szczególności dla osób z grup ryzyka. Ko-infekcja może wiązać się z ryzykiem bardzo ciężkiego przebiegu zakażenia lub śmierci. Szczepienia ochronne mogą w przypadku obu chorób ograniczać częstotliwość zakażeń, jak i ciężkość ich przebiegu. Biorąc pod uwagę powagę sytuacji epidemiologicznej, ograniczony czas (i zasoby) w którym należy wykonać szczepienia, ciągle niezadawalający odsetek zaszczepionych przeciw COVID-19 i bardzo niską (6,03%) wyszczepialność przeciw grypie w Polsce, eksperci rekomendują jednoczesne (w czasie jednej wizyty, w dwie różne kończyny) szczepienia przeciw COVID-19 i grypie wszystkimi dostępnymi dla danej grupy wiekowej na polskim rynku szczepionkami. Szczepienie przeciw grypie może być zrealizowane zarówno z pierwszą, jak i kolejnymi dawkami szczepionek przeciw COVID-19.

Zarówno grypa, jak i COVID-19 niosą za sobą ryzyko groźnych powikłań. Obie choroby oprócz dróg oddechowych atakują wiele innych narządów. Zarówno COVID-19 jak grypa mogą doprowadzić do rozwoju: zapalenia płuc, zespołu ostrej niewydolności oddechowej (ARDS), zapalenia mięśnia sercowego, niewydolności wielonarządowej (niewydolność oddechowa, niewydolność nerek, wstrząs), zaostrzenia przewlekłych schorzeń (obejmujących płuca, serce, układ nerwowy, cukrzyca), incydentów sercowo-naczyniowych, jak też wtórnych zakażeń bakteryjnych – tłumaczy dr hab. n. med. Ernest Kuchar, Prezes Polskiego Towarzystwa Waskynologii.

Jak powszechnie wiadomo – szczepienia profilaktyczne są jedną z metod ochrony przed chorobami zakaźnymi, ale przede wszystkim powodują łagodniejszy przebieg choroby oraz niwelują groźne dla życia powikłania. Poprzez wykonanie masowych immunizacji, oprócz nabycia indywidualnej odporności, zyskujemy także odporność populacyjną.

Są już dostępne w aptekach i placówkach medycznych pierwsze partie szczepionek przeciw grypie. Kolejne będą sukcesywnie dostarczane w 12 transzach, a do Polski łącznie ma trafić blisko 4 mln dawek, z czego 1,36 mln trafi do aptek, 760 tys. będzie przeznaczane do zakładów opieki zdrowotnej, pozostała część zostanie zakupiona przez Rządową Agencję Rezerw Strategicznych. Dopiero globalna pandemia uświadomiła społeczeństwu istotną rolę, jaką odgrywają szczepienia przeciw grypie. Mam nadzieję, że ten pozytywny trend utrzyma się na dłużej, bez względu na sytuację epidemiologiczną związaną z COVID-19 – dodaje prof. dr hab. n. med. Adam Antczak, przewodniczący Rady Naukowej Ogólnopolskiego Programu Zwalczenia Grypy.

Dobre praktyki z krajów UE

Ekspertci zwrócili także uwagę na istotne znaczenie dla sukcesu popularyzacji szczepień, jakim byłoby umożliwienie wykonywania szczepień przeciw grypie w aptekach. Jest to rozwiązanie, które pomogłoby udrożnić polski system zapobiegania chorobom zakaźnym takim jak grypa. O korzystnym wpływie

środków zapobiegawczych. Na mocy Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 27 sierpnia 2021 r. – w sprawie metody zapobiegania grypie sezonowej w sezonie 2021/2022 – od tego roku z bezpłatnych szczepień realizowanych na terenie placówek medycznych będą mogły skorzystać następujące grupy: osoby zatrudnione w podmiotach wykonujących działalność leczniczą, farmaceuci i technicy farmaceutyczni zatrudnieni w aptekach ogólnodostępnych, diagnosty laboratoryjni, nauczyciele, pracownicy pomocy społecznej, osoby z domów pomocy społecznej, funkcjonariusze i żołnierze. Bardzo ważne jest to, że również pacjenci powyżej 75 r.ż. będą mogli skorzystać z tego przywileju w placówkach medycznych.

W tym sezonie grypowym na bezpłatne szczepionki przeciw grypie dostępne w aptekach mogą liczyć seniorzy powyżej 75 r.ż. oraz kobiety w ciąży. 50% refundacja dotyczy osób w wieku 65-74 lat, osób w wieku od 18-64 lat z chorobami współistniejącymi oraz dzieci od ukończonych 2 lat do ukończonych 5 lat. Dzieci będą mogły skorzystać ze szczepionek w formie donosowej i domięśniowej, dla pozostałych grup będą dostępne szczepionki domięśniowe. Grupy nieobjęte refundacją również mogą skorzystać ze szczepień przeciw grypie w pełnej odpłatności.

Uczestnicy Debaty zgodzili się, że usprawnienia systemowe są niezbędne do zwiększenia poziomu wyszczepialności. W ubiegłym sezonie został odnotowany wzrost liczby osób zaszczepionych o bli-



udziału farmaceutów w realizacji szczepień ochronnych opowiedział ekspert z Francji, Olivier Rozaire, przewodniczący URPS Pharmaciens, Auvergne Rhone-Alpes. Francja to jeden z kilkunastu krajów europejskich, w którym farmaceuci są uprawnieni do wykonywania szczepień w aptekach. Dzięki takiej systemowej zmianie, całkowita liczba osób zaszczepionych znacząco wzrosła i takie rozwiązanie skróciło ścieżkę, którą musi odbyć pacjent, by skutecznie zaszczepić się przeciw grypie lub COVID-19.

We Francji aktualnie farmaceuci mogą szczepić w aptekach osoby dorosłe, z wyjątkiem osób z historią reakcji alergicznych na produkty zawierające białko jaja kurzego lub wcześniejszych innych niepożądanych reakcji na szczepienie. Od września 2017 r. do stycznia 2018 r. ponad 3 tys. farmaceutów zaszczepiło blisko 280 tys. pacjentów. Zaimplementowanie w Polsce standardów europejskich w zakresie szczepień w aptekach przyniosłoby wiele wymiernych korzyści, tj. ułatwienie dostępu do szczepień i odciążenie ochrony zdrowia. Francja odniosła realną korzyść z udziału farmaceutów w kampanii szczepień przeciw COVID-19, w ramach której wykonano ponad 3,5 mln szczepień w aptece – podkreślił Olivier Rozaire.

Refundacja szczepionek

Nie pominie także roli Ministerstwa Zdrowia w rozpowszechnianiu wiedzy na temat grypy i jej powikłań, a także

sko 45% (sezon 2019/20 – 4,12%, sezon 2020/21 – 6,03%), dlatego eksperci mają nadzieję, że wskaźnik wyszczepialności będzie konsekwentnie zmierzał w kierunku innych krajów europejskich.

Lista Laureatów akcji „Samorządowy Lider Ogólnopolskiego Programu Zwalczenia Grypy”:

Nowy Lider
Miasto Suwałki

Lider w Innowacjach
Gmina Strawczyn
Gmina Zagnańsk
Gmina Nieporęt

Propagator szczepień przeciw COVID-19

Gmina Brusy
Miasto Połaniec
Gmina Karczew
Gmina Miedzychów
Miasto Aleksandrów Kujawski
Miasto Kraków
Miasto Nieporęt
Miasto Karlinów
Gmina Wiązowna
Miasto Sandomierz
Miasto Gdynia
Miasto Słupsk
Miasto Łęczna
Miasto Stepnica



Obecnie w przebiegu COVID-19 mogą występować tzw. mikroudary, co jest związane z czynnikiem prozakrzepowym samej infekcji - powiedział PAP neurolog prof. Konrad Rejdak. Dodał, że objawy mogą być czasami nieodczuwalne przez pacjenta w czasie zakażenia, chodzi np. o opadanie kącika ust, niesprawność ręki

Kierownik Kliniki Neurologii SPSK Nr 4 w Lublinie prof. Konrad Rejdak zwrócił uwagę, że od samego początku pandemii koronawirusa wiadomo, że jednym z powikłań ostrej fazy COVID-19 jest udar mózgu. „Wynika to z patomechanizmu samego COVID-19, gdzie dochodzi do zakrzepicy naczyń krwionośnych oraz reakcji zapalnej, która zaburza krzepliwość krwi” – wyjaśnił neurolog. Jak dodał, z doniesień

Czynnikami powodującymi cięższy przebieg COVID-19 są otyłość, podeszły wiek, cukrzyca, zaburzenia odporności, a także przewlekłe choroby układu oddechowego i krążenia – powiedział w rozmowie z PAP specjalista chorób wewnętrznych i medycyny ratunkowej dr n. med. Rafał Cudnik

Czy należy spodziewać się kolejnej fali koronawirusa? Dr n. med. Rafał Cudnik: Myślę, że w najbliższych tygodniach, w tym okresie jesienno-zimowym, zobaczymy wzrost zakażeń. Czy to przełoży się na wykrywalność? Trudno powiedzieć, ponieważ nie każdy z pacjentów się testuje.

W okresie jesienno-zimowym wzrasta też liczba zachorowań na grype. Jak odróżnić COVID-19 od grypy?

R.C.: Rzeczywiście, klinicznie czasami trudno odróżnić zakażenie koronawirusowe od zakażenia np. wirusem grypy. Szczególnie początkowe objawy mogą być bardzo podobne, ale w szpitalu mamy możliwość

W przebiegu COVID-19 mogą występować obecnie tzw. mikroudary

naukowych wynika, że nawet 10 proc. pacjentów covidowych ma udar niedokrwienny. „Takie były też nasze obserwacje, gdzie leczono takich pacjentów trombektoami” – potwierdził prof. Rejdak.

Podkreślił, że aktualnie sytuacja epidemiczna jest inna, bo – jak wyjaśnił – poprzez nabycie odporności populacyjnej, infekcja przebiega łagodniej, co nie oznacza jednak, że udary już nie występują.

„Obecnie w przebiegu COVID-19 mogą występować tzw. mikroudary, co jest związane z czynnikiem prozakrzepowym samej infekcji. Dochodzi wtedy do zatykania małych naczyń mózgowych, czego wyrazem są zmiany niedokrwienne” – poinformował neurolog.

Zwrócił uwagę, że objawy mogą być czasami nieodczuwalne przez pacjenta w czasie infekcji. „Zdarza się, że dopiero po przebiegu COVID-19, robiąc badanie

rezonansem, znajdujemy drobne zmiany ogniskowe w mózgu” – powiedział prof. Rejdak.

Zapytany o to, jak rozpoznać taki mikroudar w czasie infekcji, odpowiedział, że może wtedy dochodzić do niewielkich deficytów neurologicznych, jak: opadanie kącika ust, niesprawność ręki. „Należy być ostrożnym i uważnym, bo najczęściej skupiamy się na gorączce, kaszlu, ale wówczas może dochodzić również do zatkania tych drobnych naczyń w mózgu” – wyjaśnił.

Nawiązując do odległych skutków COVID-19 wskazał, że mikroudary mogą być także wtórnym wynikiem reakcji zapalnej tłącej się w organizmie podczas infekcji i występować dopiero w trakcie tzw. post-covid lub long-covid. „Do udarów może dochodzić również do 6 tygodni po zakażeniu lub nawet do 3 miesięcy. Dotyczy to zwłaszcza osób, które już

wcześniej miały czynniki ryzyka, jak nadciśnienie, cukrzyca, a dodatkowo przeszły infekcję covidową” – sprecyzował prof. Konrad Rejdak.

Odnosząc się do zaburzeń węchowych i smakowych, tak charakterystycznych na początku pandemii koronawirusa na świecie, powiedział, że nadal się one zdarzają, ale nie są to – jak określił – tak spektakularne przypadki, jak wcześniej. „Nie jest to już typowy objaw, a raczej krócej trwający i przemijający” – ocenił.

Prof. Rejdak przekazał, że ma pod opieką pacjentów, którzy stracili węch i smak na początku pandemii, wiosną 2020 roku i jeszcze ich nie odzyskali. „Co prawda to mały procent osób, które mają tak głęboki ubytek węchu i smaku, ale zdarza się, że jeszcze im te zmysły nie powróciły” – powiedział (PAP).

Nauka w Polsce, Gabriela Bogaczyk

Otyłość, podeszły wiek i cukrzyca powodują cięższy przebieg COVID-19

szybkiej diagnostyki. W przypadku koronawirusa wykonujemy testy antygenowe II generacji, są one stosunkowo dokładne, o wysokiej czułości. Otrzymujemy wynik w ciągu kilkunastu minut. Podobnie jest w przypadku grypy. Mamy testy, robimy wymaz i w zasadzie po chwili otrzymujemy wynik z laboratorium z informacją, czy jest grypa, czy jej nie ma.

Czy można samemu, bez poddawania się testom, odróżnić COVID-19 od grypy?

R.C.: Trudno odróżnić. W zasadzie zarówno w przypadku grypy, jak i infekcji koronawirusowej początkowy przebieg choroby może manifestować się gorączką, ogólnym rozbiciem, bólem gardła, bólem głowy i kaszlem. Należy zaznaczyć, że nie wszystkie objawy muszą wystąpić jednocześnie.

Czy w gdańskim szpitalu, w którym jest pan dyrektorem ds. medycznych, zauważy pan wzrost zakażeń wirusem SARS COV-2?

R.C.: Mamy stałą tendencję wykrywalności zakażeń wirusem SARS COV-2. W oddziałach ratunkowych spółki Copernicus wykonujemy testy

i rozpoznajemy COVID-19 u od kilku do kilkunastu osób dziennie.

Jak pacjenci przechodzą zakażenie koronawirusem?

R.C.: Większości są to łagodne przebiegi, ale zdarzają się pacjenci, którzy z uwagi na częścione zajęcie mięszu płucnego wymagają hospitalizacji. Kierujemy ich do Pomorskiego Centrum Chorób Zakaźnych i Gruźlicy. Jeżeli nie ma możliwości przyjęcia do centrum, chociażby z powodu braku miejsc, to na oddziałach szpitalnych mamy przygotowane miejsca izolowane dla takich pacjentów. Chorzy z niewydolnością oddechową, wymagający intensywnej terapii, są hospitalizowani na szpitalnych oddziałach anestezjologii i intensywnej terapii.

Czy w szpitalu możecie stwierdzić, jakim wariantem są zakażenia poszczególni pacjenci?

R.C.: Zakładamy, że wariantem dominującym w Polsce czy w Europie jest omikron. Wykonujemy testy antygenowe drugiej generacji, które pozwalają nam stwierdzić zakażenie lub jego brak. Prawie całkowicie zrezygnowaliśmy z testów PCR. Wykonujemy je tylko w określonych

sytuacjach klinicznych, więc sekwencjonowanie wirusa nie wchodzi w grę. Zauważamy, że nasi pacjenci, którzy wracają z zagranicznych wczasów, z takich krajów jak Turcja czy Egipt, mają cięższy przebieg infekcji dróg oddechowych. Być może jest to inny wariant.

U kogo najczęściej rozpoznajecie zakażenie koronawirusem?

R.C.: Część pacjentów, u których rozpoznajemy COVID-19, to osoby z wielochorobowością. Wymagają one często hospitalizacji ze względu na zaostrenie choroby przewlekłej.

Które z chorób współistniejących pojawiają się najczęściej u pacjentów?

R.C.: Zazwyczaj cukrzyca, szczególnie typu II. Zdarzają się również pacjenci z przewlekłą niewydolnością nerek, chorujący na astmę bądź POChP, czyli przewlekłą obturacyjną chorobę płuc, a także na choroby układu krążenia. Czynniki powodujące cięższy przebieg zakażenia są otyłość, podeszły wiek, cukrzyca, zaburzenia odporności, a także przewlekłe choroby układu oddechowego i krążenia. (PAP)

Rozmawiał: Piotr Mirowicz

Jedna puszka, by dostać zawału. Trzeba ograniczyć picie energetyków przez dzieci

Zakaz lub dopuszczenie sprzedaży tylko dla najstarszej młodzieży, ograniczenie dopuszczalnej dawki kofeiny, intensywne działania edukacyjne, informacje o szkodliwości na opakowaniach... Wiele krajów na różne sposoby walczy z groźną dla dzieci i młodzieży modą, czyli rosnącym spożyciem napojów energetycznych. Rzecznik Praw Dziecka alarmuje Ministra Zdrowia, że także w Polsce konieczne są zdecydowane działania ograniczające dostęp dzieci do energetyków

Rzecznik Praw Dziecka w wystąpieniu generalnym do Ministra Zdrowia docenia wprowadzone ograniczenia w sprzedaży nieodpowiednich dla dzieci produktów w szkołach oraz działania mające przekonać producentów do zmniejszenia zawartości cukru, kofeiny czy tauryny w produktach, które często są kupowane przez dzieci i młodzież. Jednak jego zdaniem to nie wystarczy, by powstrzymać problem - wśród młodzieży nastała moda na wspomaganie się energetykami w czasie nauki, przed klasówkami, testami czy też podczas wzmożonego wysiłku. Badania wskazują, że w Polsce napoje energetyzujące piją coraz młodsze dzieci, już nawet kilkuletnie.

„Naukowcy przestrzegają, że napoje energetyzujące zagrażają nie tylko zdrowiu, ale nawet życiu. Wystarczy tylko jedna puszka, żeby dostać zawału – alarmują australijscy uczeni. Dotyczy to tak starszych, jak i całkiem młodych osób. (...) Składniki zawarte w napojach energetycznych mogą mieć bardzo szkodliwy wpływ na zdrowie dzieci. Rozwijające się młode organizmy łatwo mogą uzależnić się od kofeiny zawartej w napojach. Dużą reakcję wywołały też słowa lekarzy kardiologów, że młodzi ludzie, którzy regularnie wspomagają się energetykami, mogą nie dożyć 60-tych” - zaznacza Rzecznik.

I przytacza opinie specjalistów: „Dr Aneta Górka-Kot, pediatra, wskazała, że: <Dzieci i napoje energetyczne to nie jest dobre zestawienie. Energetyki są dla nich jak używki. Organizmy dzieci, nawet nastolatków, dopiero się rozwijają i dostarczanie im takiej ilości kofeiny nie robi im dobrze. Picie napojów energetycznych w tym wieku jest więc jak branie zdrowotnego kredytu, na który nie ma się pokrycia. Potem to odchorywują, np. tachykardią czy zaburzeniami snu>”.

Mikołaj Pawlak przypomina też, że niektóre kraje podejmują próby ograniczenia spożycia energetyków przez zbyt młode osoby, m.in. wprowadzając limity wieku przy ich sprzedaży. Rzecznik Praw Dziecka nie ma wątpliwości, że także w Polsce trzeba rozważyć wprowadzenie dodatkowych zmian, które doprowadzą do ograniczenia spożycia energetyków przez dzieci i młodzież.

CENTRUM MEDYCZNE
GABINTER

ul. Krasińskiego 64, 05-120 Legionowo

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

Gabinter.pl

LEKARZE SPECJALIŚCI

- Interna i Medycyna Pracy
- Ortopedia i Traumatologia
- Ortopedia Dziecięca (badania preluksacyjne)
- Kardiologia
- Chirurgia
- Chirurgia Plastyczna
- Neurochirurgia
- Radiologia
- Rehabilitacja
- Pobrania Krwi
- Szczepienia na COVID-19 (4 dawka już dla osób 60 plus)

REJESTRACJA

tel: 22 774 09 66 tel: 737 144 444

JEDEN WIELKI TEATR

Kiedy przylatuje PTA-K, życie pułtuskich teatromanów staje się JEDNYM WIELKIM TEATREM. Co wieczór, przez kilka dni, podążałam do naszego TEATRU, aby w objęciach Melpomeny oddawać się premierowym emocjom i aby uczestniczyć w kolejnym SUKCESIE TEATRU AMATORSKIEGO. SUKCES... W nim to udział dyrektor MCKiS Izabeli Sosnowicz – Ptak, twórczyni autorskiego projektu TRADYCJE TEATRALNE PUŁTUSKA, poszczególnych grup teatralnych oraz pracowników MCKiS. Kłaniam się WSZYSTKIM nisko z widowni

ITY SIĘ PYTASZ, CZEMU JA ŁŻY LEJĘ?, czyli felieton recenzujący 1

I zaczął się PTA-K. Przyleciał, SREBRNOPIÓRY, jak co roku przylatuje. Namietnie oczekiwany. Z MĘŻEM i ŻONĄ hrabiego Fredry. To pierwsza premiera VIII edycji Pułtuskich Teatrów Amatorskich - KONKURS PTA-K (autorski projekt - cudo Izabeli Sosnowicz-Ptak).

Jest 3 października. Godzina 19. Widownia silna i zwarta. A na ciemnej scenie olbrzymie małżeńskie łóżce, na nim koldra, na niej poduszeczki. Spod koldry za moment usłyszemy miłosne szumy, szmery i westchnienia. Ochy i achy. Z dwu boków łóżka po dwa rzędy krzesel - to na nich zasiądą co śmielsi teatromani.

MAŻ i ŻONA to cudowna komedia autorstwa Aleksandra Fredry, która chodzi, ba biega, po teatralnych deskach od 29 kwietnia 1822 roku, kiedy to wywołała niemałe zgorzienie i zamieszanie. Bo MAŻ i ŻONA, proszę ja was, to krwisty czworokąt miłosny, czworokąt zdrad i intryg. Kto w nim uczestniczy? Hrabia Wacław i jego żona Elwira, przyjaciel domu Alfred i służąca Justyna. MAŻ i ŻONA to utwór - majstersztyk, utkany też z gierki i pozorów, i który - zdradźmy już na początku - kończy się udawaniem, że przecież nic się tak naprawdę nie stało. Można powiedzieć - wszystko zostało pod pierzynką, a Justynka do klasztoru. Tyle o treści. A forma? Tu do głosu dochodzi FREDROWSKI język. Ostry jak papryczka czuska i FREDROWSKI wiersz.

Wracamy na scenę, a tamże na łóżce rozpusty (jaka to smaczna konwencja sceniczna; cudowny zamysł reżysera TOMASZA MITROWSKIEGO). Oto spod pierzyny ukazują się nam aktorzy TEATRU NIE Z TEJ KULISY” z Warszawy. Ewelina Laszewska - Justysia, Iwona Turek - Elwira, Marcin Turek - Hrabia Alfred i Tomasz Mitrowski - Hrabia Wacław. Co to za dobrowolny zespół! Żywiłowa Justysia, wdzięczne dziewczę, odważnie przedstawiają erotyczne relacje i aktorka, która wie, że jak mówi - wybitna Ewa Ski-bińska - aktor zaczyna się od ciała. Co ta JUSTYSIA z tym ciałem nie wyprawiała! Jaka przebogata mimika, jaka rozległa gama ruchów i wariacji fizycznych. Jaka dykcja - zresztą tą mogli się pochwalić wszyscy aktorzy - jak jeden... mąż. Nikt nie pytał: co ona/ on mówi! Elwira - posągowa, wyrazista na scenie, niby tylko kościół, dom i robótki ręczne - ale, jak zauważają niektórzy recenzenci krajowych spektakli, i lwica, kiedy trzeba, kobieta z krwi i kości, wyrzucająca z siebie słowa - naboje. Jej mąż Wacław trochę safadułowaty, ale i z porywem torreadora. No i Alfred - ten skradł serca pań od pierwszego wyjrzenia spod koldry. Z dwu powodów - gry i urody, i wdzięku,

i chłopięcego uroku.

Ej. TEATRZE NIE Z TEJ KULISY! Aleś zagrał. Wszystko się paliło i skrzyło. I to sprawne tempo, które zmuszało nas, widzów, do myśli: CO PRZYNIESIE KOŁENJA SCENA??? Kto się teraz wyłoni spod pierzyny, co powie, czym zaskoczy.

Dodajmy jeszcze słowo o kostiumach, przednie to kostiumy, połączenie ubiorów z piżamo party ze strojami wyjściowymi, więc te aplikacje, więc te ozdobne guziczki, więc ta subtelna minibiżuteria, ten współczesny zegarek jako znak czasu premiery. Znak czasu, więc i pytanie: czy MAŻ i ŻONA to ramotka i sceniczne próchno, czy to permanentnie współczesna sztuka. Absolutnie to współczesna sztuka, jej temat wciąż żywy, tylko jej język nie do podrobienia. Nie wierzycie?

Uwierzycie, jak zobaczycie spektakl powtórkowy. Uwierzycie. Tak jak w to, że warszawski TEATR NIE Z TEJ KULISY jest naprawdę TEATREM NIE Z TEJ ZIEMI.

POTRZEBNY LEKARZ OD SIEDMIU BOLEŚCI, czyli felieton recenzujący 2.

4 października, godzina 19. Zasiadamy na widowni w PUŁTUSKIM TEATRZE. Czekamy na spektakl grupy teatralnej HURRAGRAM (8 KOBIET), działającej w Nowodworskim Ośrodku Kultury, już teatromanom dobrze znanej. A tu sprawa się RYPLA, jedna z aktorek HURRAGRAMU chora - koronawirus, i przed nami KONKURS TALENTÓW MŁODYCH DUCHEM, komedia napisana przez Joannę Szatkowską w wykonaniu grupy TAJAGA.

No i zagwozdzka. Co tu napisać? Jak zacząć? Niełatwo się mówi o rodzinie i najtrudniej pisać o SWOICH, o znanych, o pułtuszczanach. Od razu sobie powiedzmy, że spektakl Joanny - Pameli jest dla tych, którzy się nie naburmuszają, nie szukają dziury w całym i też dla tych, którzy mają głęboką świadomość, że przyszli na przedstawienie w wykonaniu amatorów.

Ciekawam, czy TAJAGA ogarnięta była trwogą i drżeniem serca... TAJAGA weszła bowiem na scenę tuż po rewelacyjnym - młodym i żywiołowym TEATRZE NIE Z TEJ KULISY. „Współczuwam” - jak mawiała niezła aktorka Telimena z „Pana Tadeusza”.

No i? No i zaczęła się gra. Na scenie ukazali się seniorzy, którzy to, jasne, mówili o swoim seniorskim, emeryckim życiu, o jego blaskach i cieniach. Zgrabnie to robili, a to dzięki tekstowi Joanny Szatkowskiej, prawdziwemu jak seniorskie bóle kości i uporczywa bezsenność, jak osamotnienie i brak siły.

A tu trzeba sobie radzić. Trzeba żyć. Tak myśli Pamela, która to zaprasza do... życia Kasię - Wiesława Przygodzka,



Basię - Barbara Gidyńska, Danusię - Danuta Karkowska i Ryśka - Ryszard Kalinowski. Proponuje im, by wzięli udział w przedsięwzięciu pod tytułem KONKURS TALENTÓW MŁODYCH DUCHEM. I oni mówią TAK! Występują więc przed publicznością i jury (a jurorzy to Tadeusz - Tadeusz Kosiński i Zosia - Grażyna Maria Kozioł; też scenografka), bawiąc się przy tym przednio, chociaż z pewną nieśmiałością, kpiąc ze swojego dojrzałego wieku i swoich przywar związanych z dojrzałością życiową, która wcale nie jest zaletą.

Dużym ożywieniem tekstu, seniorskich gadek, były, rzecz wiadoma, piosenki, piosenki zbudowane na utworach znanych, więc kochanych. A to: Usnąć, jak to łatwo powiedzieć, Odrobina szczęścia na starość, Dziewczyny, które mam na myśli czy To były piękne dni...

Szefem MŁODYCH DUCHEM była Pamela - ta od braku pamięci, dynamiczna kobietka, której dzielnie sekundowały pozostałe - wszystkie - panie, wśród nich szczególnie widoczna Barbara Gidyńska, chyba (???) najmłodsza seniorka TAJAGI, o ciepłym głosie i scenicznym image. Rzucała się też w oczy pani jurorka - Grażyna Maria, która kocha czerwień, co pamiętamy z wcześniejszego spektaklu TAJAGI.

Czy aktorzy grali, czy tylko byli? Ano grali, ale i bawili się w teatr. I nieśli optymizm. Dlatego się podobali widowni, żywo reagującej na teksty, humor w nich zawarty, na piosenki.

A gwoździem spektaklu była... epizodyczna rola dyrektor

MCKiS Izabeli Sosnowicz-Ptak, która to wcieliła się w postać... dyrektorki domu kultury wręczającej nagrody zwycięzcom Konkursu Talentów Młodych Duchem. Przedni pomysł. Świetna rólka. Czarujący epizodzik.

No. I to by było na tyle. Jednak nie! Drogie pani i drodzy panowie, wyrzućcie z pamięci frazę: SZEPTEM DO MNIE MÓW, MÓW SZEPTEM. BY NIKT OBCY TWOICH SŁÓW NIE SŁYCHAŁ.

TIK TAK TIK TAK TIK TAK TIK TAK, czyli felieton r recenzujący 3

W mojej rodzinie synonimem trudnej sytuacji, takiej do rozgrzyzienia, jest powiedzenie „Ciężka od śniegu jest gałązka”. I z taką miałam do czynienia wczoraj, tuż po spektaklu serockiej grupy MIĘDZY NAMI. Pomyślałam, że nie rozgrzyzę „STAR-CÓW” swoim małym rozumkiem. Grupę znam, lubię i cenię, i uważam, że spektakl, którym się zachwyce - tak totalnie - jeszcze przede mną. Tymczasem obejrzałam sztukę „STAR-CY”, do której scenariusz napisał Maciej Dmochowski, instruktor i scenarzysta teatralny. „Punktem wyjścia do stworzenia spektaklu był tekst „Miłosierdzie Gminy” Marii Konopnickiej” - czytamy w przewodniczkę teatralnym.

Więc środa, 5 października. Siedzę w PUŁTUSKIM TEATRZE. Scena? Ciemność widzę, dłuuuużą chwilę, i słyszę jakby tikanie starego zegara albo odgłos zacinającego się, zmęczonego serca. To mi się podoba. Na scenie pustka, prawie, trzy krzesła, ławka - na niej śpiący mężczyzną,

który okaże się spóźnionym pasażerem, bo tak w ogóle to jesteśmy na przystanku autobusowym, takim przystanku życia, myślę, bo jeszcze chwila i aktorzy będą snuć wspomnienia. Najpiękniejsze, ciepłe - tylko dłaczego okraszone smutkiem, bez uśmiechu, bez emocji i uniesień? MAGDALENA rozanieliła się swoimi wspominkami i od razu było... cieplej...

I to byłaby pierwsza scena, odsłona. Druga to ta związana z „Miłosierdziem Gminy”, ciężka, przytłaczająca. To o niej powiedzieli mi teatromani, że nimi wstrząsnęła. Na scenie pojawiają się RADCY GMINY - on i ona. Uczestniczą w licytacji kandydatów do pracy u zasobnych gospodarzy. To starcy, kaleki, nędzarze, ludzie bez rodziny. Próchna i trupy. Który z licytujących da za TAKIEGO najmniejszą cenę, bierze go ze sobą, bo gmina jest pełna miłosierdzia, ofiarowuje biedakom ostatnią usługę, dochowa ich, nie opuści, nie skaże na pastwę losu, ale da pracę, pracę ponad ich siły i wiek. Ta scena, powiedziała mi Barbara, zdjęła ją przerażeniem, odniosła do sytuacji starych i niechcianych, często przez najbliższe osoby, ludzi.

No i czas na ostatnią część całości. Oto za chwilę grupa ludzi ruszy w podróż, w podróż - podróż i też tę metaforę - po nowe przeżycia, które kiedyś staną się wspomnieniami. Więć JEDŹMY, nikt nas nie woła, życie trwa!

Tak zbudowałam sobie własny obraz na podstawie „STAR-CÓW”, włączając uczucie. Chciałabym zobaczyć sztukę jeszcze raz, nie jest łatwa w odbiorze, bo wielowarstwowa, co jest jej zaletą i - tak

to ujmę - rwana na części.

Serocki spektakl określiłabym epitetem INTELIGENTNY, to spektakl wyciszony, mówiący - po cichutku, spokojnie - o starości (stad nazwa STAR-CY???), do której przecież wszyscy płyniemy na fali życia. Nie ma w „STAR-CACH” podniesionego tonu, krzyku, wrzasku. Czy jest więc zgoda????! Napewno jest oczekiwanie na nowe przeżycia, na zapisanie ich w pamięci, bo to one POTEM staną się WSPOMNIENIAMI.

No, o WSZYSTKIM nie da się tu powiedzieć, zresztą nikomu nie uda się powiedzieć WSZYSTKIEGO. Podajmy obsadę, której gra jest raczej na jednym poziomie, dobra; aktorzy wiedzą, o czym... mówią i mówią z dobrą dykcją - prawie wszyscy - co wcale nie jest normą nawet wśród zawodowych aktorów. Ciekawe kostiumy, pozostające w pamięci rekwizyty: jesienny kwiat pełen maleńkich kwiatków, słodka bułka do pół zjedzona, młotek licytacyjny, palma w doniczce...

A wystąpili (członkowie jednej GMINY): Bożenna Zalewska (POZOSTAJĄCA W PAMIĘCI), Michał Beli - też reżyser, ciekawie odtwarzający rolę MICHAŁKA, czekającego na swój dobry czas, Jolanta Majewska - Ege-man, Sławomir Jackowski, Aneta Głębocka, Maria Zielińska - Moch, Bożena Ogrodnik, Katarzyna Liśkiewicz, Renata Czerwińska, Mirosława Beli, Danuta Rydzewska, Magdalena Ważyńska, Anna Skrzypniak.

I to by było na tyle. I uff.

CIĄG DALSZY NASTĄPI.

Grażyna Maria Dzierżanowska



mazowiecki **Jazz Jam.** *Legionowo*

sala widowiskowa w ratuszu, Legionowo, ul. Piłsudskiego 41

21 października
godz. 18.30

Wernisaż wystawy Roberta Kukli „Muzycy”
godz. 19.00

Janusz Szrom z zespołem (Zaucha songbook)
godz. 21.00

Krzysztof Ścierański z zespołem Laboratorium

22 października
godz. 19.00

Włodzimierz Nahorny Trio
godz. 21.00

Mariusz Bogdanowicz Quintet

23 października, godz. 19.00
zespół 5/6

18 października - 10 listopada
Galeria Sztuki ratusz, Legionowo, ul. Piłsudskiego 41
Wystawa obrazów Roberta Kukli „Muzycy”



PATRONAT
Marszałek
Województwa
Mazowieckiego

Mazowsze.
serce Polski



PARTNERZY

Powiat
Legionowski



Urząd
Miasta
Legionowo



PATRONAT MEDIALNY

Legionowo
POWIATOWA
MIEJSCOWA
na weekendzie



SPONSOR

pwk
LEGIONOWO

ORGANIZATOR





Trzy interwencje i pięciu zatrzymanych

Za naruszenie przepisów ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii odpowiedzą zatrzymani w ostatnich dniach, dwaj mieszkańcy pow. makowskiego i trzech pułtuszczan. Mężczyznom grozi odpowiedzialność karna

Pierwsza interwencja miała miejsce w Pułtusku, na ul. Nadwodnej. **Policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku** zatrzymali będącego pod wpływem środków odurzających, 18-letniego kierującego Oplem. Mężczyzna przewoził pasażerów, 16-latkę z Makowa Mazowieckiego przy którym znaleziony został mefedron i 17-letniego pułtuszczanina z marihuaną. Kolejny, który odpowie z ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii, za posiadanie marihuany, to zatrzymany na ul. Rynek 21-letni mieszkaniec Pułtuska. Do trzeciego zatrzymania doszło na ul. Telimeny. Podczas legitymowania 35-latkę, policjanci znaleźli przy nim torebkę foliową z zawartością białego proszku wstępnie zweryfikowanego jako amfetamina.

Cała piątka będzie teraz odpowiadała przed sądem.

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**

Dziewięć wykroczeń pieszych

Pułtуска drogówka podsumowała niedzielne działania „NURD”. Od wczesnych godzin rannych, policjanci prowadzili wzmożone kontrole, aby zapewnić bezpieczeństwo niechronionym uczestnikom ruchu drogowego

Funkcjonariusze zwracali szczególną uwagę na zachowania kierujących samochodami wobec niechronionych użytkowników ruchu drogowego, obejmując szczególnym nadzorem miejsca, w których ryzyko wystąpienia niepożądanych zdarzeń drogowych jest największe. Wśród tzw. niechronionych uczestników ruchu drogowego najbardziej zagrożona wypadkami grupa to piesi. W sytuacji jakiegokolwiek kolizji zwykle ponoszą najcięższe obrażenia. To również na tej grupie skupili się policjanci. Tylko podczas niedzielnych działań funkcjonariusze pułtuskiej drogówki ujawnili 9 wykroczeń pieszych, polegających na przechodzeniu przez jezdnię w miejscu niedozwolonym.

Autor: **kom. Milena Kopczyńska**

KRONIKA POLICYJNA

08.10.2022, Pułtusk

Nieznani sprawcy, pod pozorem zakupu ubrań w sklepie internetowym, przesłali linki do odebrania płatności za towar, za pomocą których uzyskali w sposób nieuprawniony dane niezbędne do logowania do bankowości internetowej, a następnie działając w celu osiągnięcia korzyści majątkowej, bez upoważnienia wpłynęli na automatyczne przetwarzanie danych, dokonując transakcji na łączną kwotę ponad 8 tys. zł., działając na szkodę 43-letniej mieszkanki Pułtuska.

12.10.2022, Pułtusk

38-letnia mieszkanka powiatu pułtuskiego kierowała samochodem marki Ford po drodze publicznej, wbrew zakazowi sądowemu.

13.10.2022, Pułtusk

29-letni mieszkaniec Pułtuska kierował rowerem po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości, wynik 0,59 mg/l.

15.10.2022, Pułtusk

34-letni mieszkaniec Nasielska prowadził kierował pojazdem marki Kia po drodze publicznej będąc w stanie nietrzeźwości, wynik 1,76 mg/l.

14.10.2022, Psary

Nieznani sprawcy, po uprzednim wypchnięciu okna w pomieszczeniu kuchennym, dostali się do wnętrza domu jednorodzinnego, gdzie po splądrowaniu pomieszczeń mieszkalnych, nie zabrali z wnętrza żadnych rzeczy, z uwagi na brak przedmiotów pozostających w ich zainteresowaniu, działając na szkodę 58-letniej mieszkanki pow. pułtuskiego.

KPP w Pułtusku

CHCEMY, ŻEBY TO ŚWIĘTO BYŁO WYJĄTKOWE

Ulica Krajewskiego była i jest.

Mieszczą się przy niej przedszkola i żłobek. W ubiegły czwartek stała się miejscem zawłaszczonym przez dzieci i mieszkańców.

Co było tego powodem?

Ulica – nowo wyremontowana

- Bardzo bardzo się cieszymy, że jest was tak dużo, że jest wesoło i barwnie, a będzie jeszcze smacznie i jeszcze przyjemniej. Chcemy, żeby to święto naszej ulicy – nowo wyremontowanej – było wyjątkowe. Chcemy pięknie podziękować za tę drogę – powiedziała dyr. Lidia Sadowska, witając burmistrza Wojciecha Gregorczyka, przewodniczącego RM Ireneusza Purgacza, Jana Kaczmarczyka – wykonawcę przedsięwzięcia i Pawła Goca z firmy brukarskiej w Nasierowie Dolnym. Burmistrz Gregorczyk, zapowiedziany popisem werblistów ze Szkoły Muzycznej YAMAHA: - Bardzo się cieszę, że dzisiaj w takim nietypowym otwarciu ulicy możemy wziąć udział. Dziękuję paniom dyrektorkom. I bardzo proszę wszystkie mamy i tatusiów, żeby zwracali uwagę, że na odcinku od piekarni pana Krawczyka do żłobka, ulica będzie jednokierunkowa po to, żebyście państwo po prawej stronie bezpiecznie mogli zatrzymać samochody i odprowadzić swoje pociechy zarówno do żłobka jak i do przedszkola. Pozostaje mi życzyć wszystkim użytkownikom tej ulicy bezpiecznego użytkowania i jak najdłuższej trwałości, a mam nadzieję, że dzięki solidnej pracy firm pana Goca i pana Kaczmarczyka będzie ona służyła przez kolejne lata.

Organizatorki tego ciekawego festynu złożyły podziękowania Agacie i Dominikowi Pastewkom (inicjatorzy projektu DZIECI Z BRAMY) - wykonawcom informacji o patronie ulicy, prezesowi Międzyzakładowej Spółdzielni Lokatorsko-Własnościowej Cezaremu Karaskiewiczowi, Marcie Żebrowskiej - agent PZU, właścicielowi sklepu GAWELEK Stanisławowi Grzywaczowi, Janowi Radeckiemu - WAL GLOB, Andrzejowi Krawczykowi - piekarnia, Martynie i Markowi Karwańskim - SM YAMAHA. Dzięki wyżej wymienionym dzieci mogły uczestniczyć w pikniku pełnym wszelkich atrakcji.

Dyr. PM nr 4, Lidia Sadowska: - Tak się zastanawialiśmy, z dyrektorką ŻŁOBKA Kasią Kalińską - Lange, jak wejść w to przedsięwzięcie, żeby było przyjemnie, radośnie i słodko, i smacznie; pomysłów było dużo... Dołączyło Niepubliczne Katolickie Przedszkole ŚWIĘTEJ RODZINY, też SM YAMAHA, firma WAL GLOB oraz inni,

no i jest wesoło, fajnie, dzieci występują, cieszą się.

Katarzyna Kalińska-Lange: - Przy ulicy Krajewskiego są trzy placówki – dwa przedszkola i żłobek. Chciałyśmy z paniami dyrektorkami

podziękować za tę wyremontowaną ulicę. Nie chciałyśmy wstęgi przecinać, chciałyśmy, żeby dzieci wyszły z budynków i uczestniczyły w fajnej imprezie. Też jestem mieszkanką tej ulicy i też

długo na nią czekałam, więc jest radość.

Jest również wstępny pomysł, żeby cyklicznie obchodzić święto ulicy Krajewskiego. Wnosząc po czwartkowej imprezie, ucieszy to przedszkolaków, żłobkowiczów i ich rodziców.

Kazimierz Dzierżanowski,
tekst i fot.





A TO KRONIKA WŁAŚNIE

Wracamy do KRONIKI SZKOŁY ĆWICZEŃ w Pułtusk. Dla przypomnienia ludzi - nauczycieli i uczniów - oraz zdarzeń, zapisanych odręcznie przez prowadzących KRONIKĘ. Rzadka to okazja wejrzeć w takie kroniki szkolne; nie wszystkie placówki przechowały je dla potomnych i rzadka to również okazja zetknięcia się z narracją sprzed pół wieku

Dziś wchodzimy w rok 1972

Oto Dzień Kobiet i wpis: W dniu Kobiet wszystkim pracującym kobietom z naszej szkoły wręczono kwiaty. Kółko polonistyczne oraz Drużyna Harcerzy przygotowała w tym dniu uroczysty poranek. Chór szkolny śpiewał piękne piosenki. Dzień ten był dniem radości. Młodzież wszystkich klas z zainteresowaniem słuchała recytacji, śpiewu i gorąco oklaskiwała „artystów”. Dzieci z klas młodszych do kwiatów dołączyły swój najpiękniejszy uśmiech.

Pożyteczna inicjatywa (wklejona notatka prasowa, autorka St. Nowotko, wiceprezes ZP TPPR w Pułtusk)

Z inicjatywy Zarządu Powiatowego TPPR i Wydziału Oświaty i Kultury Prez. PRN w Pułtusk odbyła się Powiatowa Olimpiada Języka Rosyjskiego dla uczniów klas VIII

szkół podstawowych. Miała ona m. in. na celu podniesienie znajomości języka rosyjskiego i wiedzy o Kraju Rad. Mierzyło swoje siły w Olimpiadzie 26 uczniów z 12 szkół. Pierwsze cztery miejsca zajęli: Anna Solecka – szkoła podstawowa w Zatorach, Joanna Michalak – szkoła nr 1, Danuta Pawlikowska z Przemirowa i Emilia Rzeczyńska ze szkoły nr 3. Na eliminacje woj. zostali zakwalifikowani – Anna Solecka i Joanna Michalak. Życzymy im zwycięstwa.

Rok 1974 Wszyscy wychowujemy nasze dzieci – Rada Pedagogiczna i Komitet Rodzicielski

Dużą pomocą w pracy wychowawczej jest Komitet Rodzicielski, który zawsze pragnie być tam, gdzie potrzebna jest praca rodziców. Często organizowane spotkania, odprawy, wspólnie organizowane imprezy, częste odwiedzanie

domów dzieci, które mają trudności – to niewielka część pracy Komitetu Rodzicielskiego w naszej szkole.

Działacze komitetu: p. Blicharz, p. Latało, p. St. Bagiński, p. Łukawski, p. Malinowski.

Akademia z okazji 1 Maja

W tym roku akademię przygotowała młodzież pod kierownictwem p. A. Gądomskiej, A. Kędzierskiej, J. Król, T. Mroczyńskiego. Akademia odbyła się w sali kinowej – przygotowano ją wspólnie z LO. Była piękna – program cały był poświęcony świętu majowemu i XXX rocznicy powstania PRL.

Zbiornica Szkoła Gminna obejmuje następujące placówki oświatowo-gminne

Szkoła Podstawowa w Bobach – dyrektor Ryszard Kordowski

Szkoła Podstawowa w Przemirowie – dyrektor Władysław Stępniewski
Szkoła Podstawowa



w Moszynie – kierownik filii Helena Gołąb
Szkoła Podstawowa w Płocochowie – kierownik filii Anna Karpińska

Państwowe Przedszkole w Przemirowie – dyrektor Krystyna Tyszkiewicz

Milicja Obywatelska stoi na straży ładu, porządku i bezpieczeństwa publicznego

Z okazji 30-lecia Milicji Obywatelskiej i Służby Bezpieczeństwa odbyło się w naszej szkole spotkanie młodzieży starszych klas z przedstawicielami MO – zastępcą komendanta Milicji Obywatelskiej w Pułtusk – por. Zbigniewem Królem. Młodzież poznała przeszłość MO i SB oraz ich współczesne

zadania. Była to piękna lekcja historii i wychowania obywatelskiego.

Dzień Nauczyciela

Dzień to niezwykle – uśmiechy, życzenia i kwiaty płyną do Nauczycieli, wyrażając uznanie i podziękowanie za ich trud włożony w nauczanie i wychowanie młodego pokolenia. Dzieci i młodzież, rodzice od rana oczekiwali na swoich nauczycieli – wychowawców, aby im złożyć życzenia osobistego szczęścia, zadowolenia z pracy, uśmiechów na co dzień.

Po południu w naszej szkole odbyło się uroczyste spotkanie nauczycieli wszystkich szkół Gminy Pułtusk z przedstawicielami władz partyjnych i administracyjnych Gminy

Pułtusk: I Sekretarz KG PZPR – Tow. Jerzym Wichrowskim, Naczelnikiem Gminy – Tow. Jerzym Ziemięckim oraz przedstawicielami Komitetu Opiekuńczego i Komitetu Rodzicielskiego w osobach: Ob. Jerzego Borchyńskiego, Jana Buźniaka, Elżby Michalak, Tadeusza Dąbrowskiego.

W wystąpieniach przedstawicieli władz znalazły się same serdeczne słowa uznania za pracę pedagogów nad kształtowaniem postaw ideowo-moralnych i społecznych młodych obywateli naszego państwa, za troskę o wyniki nauczania, za opiekę nad dziećmi i młodzieżą.

(Teksty zgodne z zapisem kroniki)

Do KRONIKI SZKOŁY ĆWICZEŃ ZAJRZAŁA Grażyna M. Dzierżanowska



A ZA TYDZIEŃ RELACJA Z ŻÓŁTEGO JESIENNEGO LISA – LIDER WINNICA. Warto czekać!



ZWYCIĘSTWO PNIEWIANEK w BITWIE REGIONÓW w WINNICY

II etap konkursu kulinarnego dla Kół Gospodyń Wiejskich BITWA REGIONÓW 2022 w województwie mazowieckim miał miejsce w... Winnicy

W ubiegłą niedzielę, w sali gimnastycznej PSP w Winnicy pojawiły się przedstawicielki 29 KGW z województwa mazowieckiego. Walczyły o przejście do III etapu, ogólnopolskiego finału. Organizatorem konkursu było MRiRW wraz z Krajowym Ośrodkiem Wsparcia Rolnictwa. Powiat pułtowski reprezentowała grupa pań z KOŁA PNIEWIANKI w Pniewie w GMINIE ZATORY. Co panie zaprezentowały jury konkursu?

– Będziemy prezentować kotlety z kaszy gryczanej z dodatkiem suszonych grzybów, polane sosem z borowików z naszego Pniewa. Do tego będziemy serwować surówkę z białej kapusty z marchewką i koperkiem. Na popicie mamy podpiwek

– powiedziała TYGODNI-KOWI Agnieszka Szajczyk, która wraz z przewodniczącą Zofią Drabczyk, Izabelą Zawadzka i Dorotą Linką stanowiły konkursową grupę. Panie prezentowały się doskonale, ubrane w białopuszczański strój ludowy. Konkursowe danie PNIEWIA-NEK to wynik współpracy KOŁA z Kuźnią Kurpiowską w Pniewie, a dokładnie z szefową Haliną Witkowską, która kulinaria Kurpi Białych zna jak mało kto. Właśnie gryczakami, czyli kotletami z kaszy gryczanej i sosem grzybowym panie zabłyśły podczas II etapu konkursu

i zdobyły PIERWSZE MIEJ-SCE, tym samym weszły do ostatniego etapu zmagania.

Ewa Leszczyńska, dyr. ZSCKR w Gołdówce: - Jesteśmy tu gośćmi, podziwiamy gospodynie z różnych KOŁ, które do Winnicy przyjechały z bogactwem dań tradycyjnej kuchni, niesamowite bogactwo. Jestem pod wrażeniem – degustujemy, oglądamy... Trudno wyrokować, które KOŁO jest najlepsze, poziom jest podobny.

Zwycięzcy sukcesu pogratulował szef MRiRW Henryk Kowalczyk.

Kazimierz Dzierżanowski

