78. ROCZNICA WYBUCHU

# Powstania Warszawskiego

– STR. 2, 23

# 59 lat JEZIORA Zegrzyńskiego!

– STR. 22

TYGODNIK LOKALNY

JABŁONNA
LEGIONOWO
NIEPORĘT
SEROCK
WIELISZEW

3,50 zł
W TYM 5% VAT

9 771426 650223 31

INDEKS 378461
NR 31 (1681)
ISSN 1426-6504
2 SIERPNIA 2022

MAZOWIECKIE tygodnik

CO TYDZIEŃ OD 5 MAJA 1990 ROKU

Skosztuj historii naszego miasta...
RESTAURACJA LEGIONOWSKA
www.legionowska.pl
505-360-809

PGE INFORMACJE zakładu energetycznego
GDZIE I KIEDY WYŁĄCZĄ PRĄD – str. 16

# Musieli pożyczyć 10 mln zł na węgiel

Miejska ciepłownia nie ma środków na zakup miału węglowego. Złożono wniosek o odwołanie prezesa PEC

CZYTAJ NA STRONIE 3

POWIAT
Ogłosili wakacje kredytowe - STR. 3

NIEPORĘT
Zwłoki na przystanku - STR. 3

KRONIKA KRYMINALNA - STR. 4

WIELISZEW
Magazyny niezgodne z planem - STR. 5

POWIAT
Ludzie toną, a u nas spokojnie - STR. 5
618 nowych zakażeń - STR. 5

LEGIONOWO
Przedszkole na Grudziach? - STR. 5

KULTURA
Festiwal A. Kondratiuka - STR. 8
Nowe „M" dla żołnierzy - STR. 9

DOBRA STRONA SEROCKA
- Nowy wizerunek Zegrza - STR. 19

SPORT – STR. 23, 24

# Czy basen jest potrzebny?

– STR. 5

REKLAMA

Kolejny etap inwestycji w Wieliszewie

Villa Park Wieliszew 3

Biuro sprzedaży
692-705-913

PHU BUDOMUR
www.budomur.pl
MIESZKANIA I DOMY

eprasa.pl 8314b3fc5f

**LEGIONOWO.** 78. rocznica wybuchu Powstania Warszawskiego

# Nie tylko Warszawa walczyła w Powstaniu

**W poniedziałek (1 sierpnia) minęła 78. rocznica Wybuchu Powstania Warszawskiego. 1 sierpnia 1944 zbrojne oddziały Armii Krajowej wraz z mieszkańcami stolicy podjęły nierówną walkę z niemieckim okupantem. Podczas Powstania śmierć poniosło blisko 200 tys. osób, a kolejne 600-650 tys. zostało wypędzonych z Warszawy bądź wywiezionych na przymusowe roboty do Niemiec. 1 sierpnia Powstanie wybuchło również w Legionowie**

Powstanie Warszawskie wybuchło również na terenie obecnego powiatu legionowskiego. Siły dwóch północnych rejonów „Obroży" miały ubezpieczać Warszawę z kierunku Modlina. Rejon I miał za zadanie opanować Legionowo, Jabłonnę, Zegrze i zamknąć drogi prowadzące w kierunku Warszawy i Modlina, a potem dążyć do opanowania Nowego Dworu Mazowieckiego. Rzeczywistość szybko zweryfikowała te założenia.

### 28 lipca, piątek

- Wehrmacht przystępuję do budowy linii obronnej na prawym brzegu Wisły. Ludzie są wzywani do kopania rowów i umocnień.

- Wobec nadchodzącego frontu Niemcy ewakuują się w panice z Legionowa i Jabłonny. Wojsko niemieckie opuszcza legionowskie koszary podpalając magazyny. Mieszkańcy gaszą pożary i zabierają sprzęt. Żołnierze plutonu 709 i harcerze wynoszą zapasy broni.

- W Warszawie odprawa dowódców rejonów prawobrzeżnych u dowódcy „Obroży" mjr. Kazimierza Krzyżaka „Bronisława".

- Po południu dowódca I Rejonu ppłk. „Grosz" zarządza stan pogotowia dla dowódców. Łączniczki czekają na stanowiskach. Broń przygotowana. Intendentura szykuje biało-czerwone opaski dla całego pułku.

### 30 lipca, niedziela

- Dowództwo I Rejonu rozszerza pogotowie dla wszystkich mieszkańców, zabrania opuszczać domy. Żołnierzom nakazuje koncentrację.

- Oddziały batalionu nieporęckiego pod dowództwem ppor. „Zima" zajmuje opuszczany przez Niemców obóz jeńców radzieckich w Beniaminowie, uwalniając kilkaset ludzi.

### 31 lipca, poniedziałek

- Po południu Niemcy zaczynają koncentrować w Jabłonnie wielkie siły: oddziały dywizji pancernych „Herman Goering" i „Wiking" przeznaczone do walk frontowych.

### 1 sierpnia, wtorek

- Rano ok. 400. niemieckich wozów pancernych z Jabłonny wyrusza szosą Strużańską na front. Od godz. 15.00, od strony Rembertowa, słychać odgłosy walk frontowych

- Godzina 16.00. Do Legionowa dociera dwóch łączników z Warszawy.

Ppłk. „Grosz" odbiera od nich rozkaz o rozpoczęciu powstania. Do I batalionu (Legionowo) rozkaz dociera natychmiast. Do batalionów: II (Jabłonna) i III (Nieporęt) tuż przed 17.00.

- Ok. 16.30 Sztab I Rejonu przenosi się do powstańczego punktu dowodzenia w domu na legionowskim Rynku. Napotyka niemiecki patrol. Dochodzi do pierwszej w Rejonie wymiany ognia. Niemiecki czołgi jadące szosą Jabłonna - Zegrze na odgłos toczonych walk ostrzeliwują miasto.

- 17.00 - godzina W. Wyznaczona godzina rozpoczęcia walki.

- Powstańcy zajmują koszary w Legionowie, niszczą niemieckie warsztaty „Stralo" i zamykają barykadą szosę Legionowo - Struga.

- Podchorążowie „Orzeł" i „Dół", z jabłonowskiego oddziału ppor. Stefana Ziembińskiego „Soplicy" przepływają wpław Wisłę w celu rozpoznania sytuacji powstańczej w Warszawie.

- Komunikacja między dowódcą I batalionu z lasu na Bukowcu a oddziałami walczącymi w Legionowie utrzymana jest dzięki cywilnymi ochotnikom, małżeństwu Malechowskim. Przy przekraczaniu szosy mąż zostaje ciężko ranny, jego misję bohatersko kontynuuje żona.

- Żołnierze III batalionu opanowują las nieporęcki po stację Wieliszew. Atakują samochody niemieckie na szosie Nieporęt-Struga. Przeprowadzają również atak na Zegrze. Udaje im się tam podpalić niemiecki skład paliwa, oddział powstańczy zostaje jednak rozbity. Kilku żołnierzy ginie. Kilku dostaje się do niewoli.

Czterech z nich zostaje natychmiast rozstrzelanych.

- Około 18.00, koło Chotomowa patrol saperów sierż. „Czorta" rozłącza tory i zakłada miny. Krótko potem wykoleja się w tym miejscu niemiecki pociąg wojskowy.

Załoga pociągu ostrzelana przez powstańców ewakuuje się w stronę Nowego Dworu. Zostaje zdobyty świetnie wyposażony wagon sanitarny. Sprzęt harcerze przenoszą natychmiast do powstańczego szpitala w Legionowie przy ul. Krasińskiego.

- W Jabłonnie stacjonują duże siły nieprzyjaciela, co umożliwia koncentracje II Batalionu.

- Około godz. 20.00 walki ustalają.

### 2 sierpnia, środa

- O 4.00 nad ranem patrol powstańczy na szosie w rejonie Bukowa atakuje czołg, jadący z Jabłonny w kierunku Pragi. Po usunięciu uszkodzeń czołg wraz z dwoma innymi, kontynuuje drogę. W Henrykowie i Piekiełku strzela do przydrożnych domów. Ginie pięć osób.

- O świcie Niemcy rozpoczynają atak. Powstańcy zostają wyparci ze stanowisk przy szosie między Jabłonną a Legionowem do lasów oraz z barykady na Strużańskiej do legionowskich koszar.

- Na stanowiskach przy szosie giną ostrzelani przez załogi czołgów dwaj harcerze Zenon Kałamaja „Zieńko" i Sławomir Klejment „Huragan". Trzeci Zbigniew Zakrzewski „Arab", zostaje śmiertelnie ranny.

- Artyleria niemiecka ostrzeliwuje osiedla Legionowo i las na Bukowcu, paląc przy tym szereg domów wzdłuż drogi.

- Ataki żołnierzy III batalionu na samochody niemiecki na szosie Nieporęt-Struga.

- Niemcy zajmują Beniaminów i Nieporęt. Jeden z plutonów 3. Kompanii cofa się na wschód i dołącza do wojsk sowieckich by walczyć u ich boku.

- W Chotomowie panuje względny spokój.

- Z nadejściem nocy Powstańcy odzyskują panowania nad szosami.

- Pluton 723, batalionu nieporęckiego likwiduje bandę żołnierzy węgierskich i niemieckich dokonującą nocnych napadów na wsie Poddębie i Skrzeszew.

- Niemcy opanowują w nocy stację Wieliszew i część pobliskiego lasu.

### 3 sierpnia, czwartek

- Nad ranem, przy szosie Jabłonna, pluton st. bosmana „Fali" atakuje kolumnę czołgów jadących na linię frontu. Trzy czołgi zostają uszkodzone.

- O godz. 10.00 od strony Jabłonny rusza niemieckie natarcie, piechoty i czołgów, na stanowiska powstańcze przy szosie Jabłonna - Zegrze. Powstańcy cofają się do lasu. Niemcy rezygnują z dalszej walki.

- W tym samym czasie od strony Nowego Dworu przyjeżdża niemiecki pociąg z dwoma kompaniami piechoty. Niemcy naprawiają tory uszkodzone przez powstańców 1 sierpnia. Wojsko rozwijają w tyralierę na odcinku długości paru kilometrów (od Olszewnicy do lasu Bagno). Przy wsparciu pociągu pancernego atakują stanowiska powstańcze. Dowódca batalionu por. „Znicz" przesyła obrońcom posiłki z oddziałów stacjonujących na Bukowcu - pluton 709 st. bosmana „Fali". Z odsieczą przybywa także 705 pluton pchor. „Rabczyka" z terenu koszar oraz miejscowy oddział Armii Ludowej. Podczas walk ginie dowódca obrony por. „Kacper" i kilku żołnierzy. Wśród nich Antoni Grabowski „Czerwiec", a krótko potem jego narzeczona, łączniczka, Henryka Narostkówna.

- Po ciężkiej walce około godz. 15.00 Niemcy wycofują się pospiesznie zostawiając na placu boju swoich poległych. Jest to najpoważniejsze stracie Powstania w I Rejonie.

- W okolicy Nieporętu oddziały III batalionu walczą w lasach z Niemcami pacyfikującymi teren. Wieczorem dowódca batalionu, por. „Bogdan" wobec niemożliwości dalszego prowadzenia walki dużymi siłami dokonuje reorganizacji tworząc jeden silny oddział pod dowództwem Konstantego Radziwiłła „Koraba". Reszta żołnierzy zostaje odesłana do domów.

**red., fot. NAC**

---

Z wielkim smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

**ŚP. ALINY TUREK**

*Emerytowanej pracownicy*
*Urzędu Miasta i Gminy w Serocku w latach (1997-2016)*

**Rodzinie i Najbliższym**

składamy wyrazy głębokiego współczucia
i otuchy w tym bolesnym czasie

*Przewodniczący*
*Rady Miejskiej w Serocku*
*Mariusz Rosiński*

*Burmistrz Miasta i Gminy*
*Serock*
*Artur Borkowski*
*wraz z pracownikami*

---

Z głębokim smutkiem i żalem żegnamy

**ŚP. BARBARĘ WIŚNIEWSKĄ**

*Wieloletnią Główną Księgową*
*Miejsko-Gminnego Zakładu Gospodarki Komunalnej*
*w Serocku*

**Rodzinie i Najbliższym**

składamy wyrazy głębokiego współczuciai otuchy w tym
bolesnym czasie

*Przewodniczący*
*Rady Miejskiej w Serocku*
*Mariusz Rosiński*

*Burmistrz Miasta i Gminy*
*Serock*
*Artur Borkowski*
*wraz z pracownikami*

---

Z głębokim żalem i smutkiem
Zawiadamiamy, że 24 lipca 2022 roku zmarła

**PANI BARBARA WIŚNIEWSKA**

*wieloletnia pracownica, Główna Księgowa*
*Miejsko – Gminnego Zakładu Gospodarki Komunalnej*
*w Serocku*

Wyrazy głębokiego współczucia oraz wsparcia i otuchy
w tych najtrudniejszych chwilach

**Rodzinie i Przyjaciołom Zmarłej**

składają:

*Pracownicy Miejsko – Gminnego Zakładu Gospodarki*
*Komunalnej w Serocku*

---

MAZOWIECKIE toiowo LAUREAT NAGRODY PRO PUBLICO BONO

IZBA WYDAWCÓW PRASY

Stowarzyszenie Gazet Lokalnych

**Redakcja:** Maciej Lerman - Redaktor Naczelny, Jerzy Buze, Kuba Kamiński, Maja Zakaszewska.
Współpraca: Michał Derejski, Wojciech Dobrowolski, Olga Gajda, Sławomir Jakubczak, Antoni Kawczyński, Karol Krawczyk, Piotr Kucza, Zuzanna Maciakiewicz, Jacek Szczepański, Ewa Szulc, Paweł Szyling, Konrad Toporowicz, Jadwiga Wołynik.
Adres: 05-120 Legionowo, ul. Rynek 2; tel.: **22 784 92 00**, **22 784 92 01**; e-mail: **toiowo@tio.com.pl**.

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

**Prenumerata realizowana przez RUCH S.A.:** zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl. Pytania prosimy kierować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z infolinią pod numerem 22 693 70 00, w dni robocze w godzinach 7:00 – 17:00, koszt połączenia wg taryfy operatora.
**Druk**: Polska Press Łódź.
**Wydawca:** Agencja TiO Paweł Kozera, e-mail: agencja@tio.com.pl. Nakład poniżej 15.000 egz.

eprasa.pl 8314b3fc5f

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

**LEGIONOWO.** Nadzwyczajna sesja Rady Miasta

# Miasto pożyczyło 10 mln zł na zakup WĘGLA

**Radni podjęli uchwałę o udzieleniu pożyczki z budżetu miasta miejskiej ciepłowni - PEC Legionowo sp. z o.o., na zakup 25 tys. ton miału węglowego. Spółka nie posiada bowiem wystarczających środków na ten cel. Wpłynął także wniosek o odwołanie prezesa PEC Marka Pawlaka**

Radni zostali ściągnięci w trybie pilnym z wakacji, bo okazało się, że miejska ciepłownia - PEC Legionowo nie ma pieniędzy na zakup miału węglowego. Dlatego na 1 sierpnia br. zwołano Nadzwyczajną Sesję Rady Miasta, podczas której miała zostać podjęta uchwała o udzieleniu pożyczki miejskiej ciepłowni, w wysokości 10 mln zł.

### Dlaczego pożyczka?

W uzasadnieniu uchwały podano, że *Przedsiębiorstwo Energetyki Cieplnej „Legionowo" Spółka z o.o. w związku z kilkukrotnym wzrostem cen węgla nie posiada wystarczających środków finansowych na zakup miału węglowego.* Środki te mają zostać przeznaczone na zakup przez Spółkę ok. 25.000 ton miału. Zastępca prezydenta miasta Marek Pawlak, który jednocześnie zajmuje stanowisko prezesa spółki PEC, tłumaczył że mógłby zwrócić się o pożyczkę do banku, ale pożyczenie tych pieniędzy od miasta podobno ma być dla wszystkich bardziej opłacalne.

Spłata pożyczki, która zabezpieczona jest wekslem in blanco, ma nastąpić do dnia 31 sierpnia 2024 r. Natomiast oprocentowanie jej wynosi 8,1% w skali roku. Szczegółowe warunki pożyczki, ma określić osobna umowa. A wykonanie uchwały powierzono Prezydentowi Miasta Legionowo.

### Kto za to zapłaci?

Dyskusja nad uchwałą toczyła się w gorącej atmosferze. Prezydent miasta Roman Smogorzewski i jego z-ca Marek Pawlak (jednocześnie prezes PEC - przyp. red.), całą odpowiedzialność za trudną sytuację ciepłowni i podwyżki cen paliwa przerzucali na rząd. Jednocześnie zbywali pytania i atakowali radnych opozycji, którzy chcieli się czegoś więcej dowiedzieć, choćby o sytuacji finansowej spółki PEC. Bez jasnej odpowiedzi pozostały np. pytania o to, kto w rzeczywistości będzie zmuszony do spłacania pożyczki z budżetu miasta. Według radnego Artura Pawłowskiego, koszty tej pożyczki zostaną przerzucone na mieszkańców, którzy będą musieli ponosić jeszcze wyższe opłaty. Ostatecznie radni zdecydowaną większością głosów podjęli uchwałę o udzieleniu pożyczki miejskiej spółce.

### Wniosek o odwołanie prezesa

Podczas sesji radny Artur Pawłowski złożył wniosek do prezydenta Smogorzewskiego oraz Rady Nadzorczej PEC o odwołanie Marka Pawlaka ze stanowiska prezesa spółki. W uzasadnieniu możemy m.in przeczytać, że w ostatnim roku suma podwyżek, którymi PEC obciążył mieszkańców bloków osiągnęła kwotę ok, 1,5 mln zł miesięcznie w skali całej spółdzielni. Co daje prawie 18 mln zł w skali roku. Natomiast pożyczka w wysokości 10 mln zł na zakup węgla to zapowiedź kolejnej podwyżki. Zdaniem radnego, nieustanne podnoszenie opłat w ciągu ostatnich lat, skłania do refleksji, że zarząd spółki PEC - zwłaszcza Prezes Marek Pawlak nie wyciągają żadnych wniosków, aby obniżać koszty obciążające mieszkańców . Według radnego, dywersyfikacja źródeł pozyskiwania energii np. fotowoltaika czy gruntowne pompy ciepła, mogłyby spowodować milionowe oszczędności dla mieszkańcom.

Wniosek ten zapewne będzie rozpatrywany na następnej sesji rady miasta.

**Wojciech Dobrowolski**

## NA SYGNALE

**LEGIONOWO**

### POŻAR NA REYMONTA

**W niedzielę (31 lipca) około godz. 19.00 przy ul. Reymonta w Legionowie doszło do pożaru w domu jednorodzinnym.** Do akcji zadysponowano jeden zastęp strażaków. Przyczyną pożaru okazała się maszynka do strzyżenia podłączona w łazience. Jeszcze przed przybyciem służb mieszkańcy ugasili pożar. Działania staży polegały na przewietrzeniu mieszkania oraz sprawdzeniu pomieszczeń. Nikomu nic się nie stało.

**WIELISZEW**

### ZDERZENIE OSOBÓWKI I JEDNOŚLADU

**W piątek (29 lipca) przed 18.00 na ul. Modlińskiej w Wieliszewie doszło do groźnego wypadku z udziałem motocykla i osobówki.** Na miejsce wysłano wszystkie służby. Z ich relacji wynika, że kierujący motocyklem wymagał udzielenia pierwszej pomocy jednak po opatrzeniu został na miejscu. Kierowcy osobówki ni się nie stało.

**LEGIONOWO**

### ZDERZENIE OSOBÓWKI Z AUTOBUSEM

**W piątek (29 lipca) około godz. 15.00 przy ul. Suwalnej w Legionowie doszło do groźnej kolizji osobówki z autobusem.** Na wysokości ul. Suwalnej 15 zaparkowany Opel stoczył się z parkingu i uderzył w nadjeżdżający autobus linii 731. W wyniku zdarzenia nikomu nic się nie stało.

**LEGIONOWO**

### CHODZIŁA PO TOROWISKU, CHCIAŁA POPEŁNIĆ SAMOBÓJSTWO?

**Policjanci z Legionowa pomogli 30-letniej kobiecie, która kilka dni temu spacerowała po torowisku w Legionowie. Kilka chwil później przejechał pociąg.** Do zdarzenia doszło około godz. 14.00 wtedy też policjanci odebrali zgłoszenie od dyżurnego ruchu kolei. Po przybyciu na miejsce zauważyli kobietę, która spacerowała po torowisku, zaś torem nadjeżdżał towarowy pociąg. Policjanci odciągnęli kobietę w ostatniej chwili. Na miejsce wezwano pogotowie, które zabrało kobietę do szpitala. Dzięki szybkiej akcji policji nie doszło do tragedii. **red**

**LEGIONOWO.** Prawo i Sprawiedliwość pozwoli „zamrozić" kredyty

# Ogłosili wakacje kredytowe

**W piątek (29 lipca) w Legionowie odbył się briefing prasowy dotyczący tzw. wakacji kredytowych. W spotkaniu udział brali m.in: poseł na sejm, Wiceminister Rozwoju i Technologii Piotr Uściński i posłanka Dominika Chorościńska oraz przedstawiciele powiatu, miasta Legionowo oraz gminy Wieliszew**

Podjęta przez rząd w lipcu ustawa dot. wakacji kredytowych pozwala na „zamrożenie" 4 rat kredytu w 2022 r. oraz 4 rat kredytu w 2023 r.

W briefingu uczestniczyli również samorządowcy: Wicestarosta Legionowski, Radni Powiatu Legionowskiego Artur Stankiewicz i Marek Kuska, Radni Miasta Legionowo Katarzyna Skierkowska-Pacocha i Artur Pawłowski oraz pełnomocnik Gminy Wieliszew Longin Jankowski. Adam Lubiak - Starosta Wołomiński - Pełnomocnik Okręgowy Prawa i Sprawiedliwości (Okręg 40)

**red.**

**NIEPORĘT**

## Zwłoki na przystanku

**W środę (27 lipca) około godz. 7.00 przy ul. Jana Kazimierza w Stanisławowie Pierwszym znaleziono zwłoki mężczyzny**

Jak udało nam się dowiedzieć, zwłoki 47-letniego mężczyzny znajdowały się na przystanku autobusowym w kierunku Warszawy. Na miejsce zadysponowano Policję, która zajęła się ustaleniem okoliczności śmierci oraz prokuratora.

Około godz. 10.30 służby zakończyły swoje działania. Jak podawała Prokuratura, do śmierci mężczyzny nie przyczyniły się osoby trzecie. Zaś prokuratura odstąpiła od czynności, ciało mężczyzny zostało przekazane rodzinie. **red**

**Całodobowy numer interwencyjny TiO**

**22 784 92 01**

Byłeś świadkiem czegoś ważnego?
Chcesz, żebyśmy zajęli się Twoją sprawą?
Zadzwoń na nasz całodobowy numer interwencyjny
lub napisz na toiowo@toiowo.eu

# Sprostowanie

**Sprostowanie Przewodniczącego Rady Gminy Wieliszew do artykułu „Radny od 6 lat „olewa" wyrok sądu" (TiO Nr 29/2022)**

W związku ze skargami kasacyjnymi pana Grzegorza Zbrocha, na uchwałę Rady Gminy Wieliszew nr 239/XVII/2000 z dnia 7 listopada 2000 roku w przedmiocie studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego (...) zostały wydane wyroki przez Wojewódzki Sąd Administracyjny w Warszawie oraz Naczelny Sąd Administracyjny, zgodnie z którymi **Rada Gminy Wieliszew zobowiązana była do dopuszczenia w nowym studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego gminy Wieliszew, uchwalonym uchwałą Rady Gminy Wieliszew nr XXXVII /373/2013 z 5 grudnia 2013 roku dla działki 541 we wsi Kałuszyn, funkcji zabudowy przemysłowej, składowej i/ lub usługowej.**

Konsekwencją zmiany funkcji w obowiązującym studium było uchwalenie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego, obecnie obowiązującego na podstawie uchwały nr XXXIX/367/2017 roku, którego ustalenia zgodnie z art. 20 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (stan prawny na dzień uchwalenia planu) nie mogły naruszać ustaleń studium.

W obowiązującym planie, teren przeznaczony jest pod obiekty produkcyjne składy i magazyny oraz zabudowę usługową. Rada Gminy w miejscowym planie wprowadziła także konieczność realizacji zieleni izolacyjnej od terenów sąsiadującej zabudowy mieszkaniowej, aby zminimalizować negatywne oddziaływanie na tereny sąsiednie.

Dodatkowo Wójt Gminy Wieliszew, w zarządzeniu o przyjęciu bądź odrzuceniu uwag do Miejscowego Planu ograniczył oczekiwania Pana Grzegorza Zbrocha m.in. w odniesieniu do wysokości bloków do produkcji betonu, zmniejszając ich wielkość o połowę, oraz nie zgadzając się na rezygnację ze stref izolacyjnych. Rada Gminy Wieliszew potwierdziła te rozstrzygnięcia w uchwale o planie zagospodarowania dla działki 541 w roku 2017.

**Dlatego uważamy, że nieprawdą jest zawarte w artykule stwierdzenie „Radni uwzględnili bowiem uwagi swojego kolegi a byli głusi na podobne wnioski jego sąsiadów".**

Nieprawdziwą jest też informacja, iż w 2016 roku Rada Gminy Wieliszew uchwaliła nowe Studium Uwarunkowań i Kierunków Rozwoju Zagospodarowania Przestrzennego.

Studium Uwarunkowań i Kierunków Rozwoju Zagospodarowania Przestrzennego, Rada Gminy Wieliszew uchwaliła 5 grudnia 2013 roku, czyli przed uprawomocnieniem się decyzji o rozbiórce.

Nieprawdziwą informacją jest, iż w 2017 roku uchwalony został nowy miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego, który przekształcał teren działki 541 z mieszkaniowego na przemysłowy. Wyrokiem z 7 kwietnia 2014 roku Wojewódzki Sąd Administracyjny stwierdził nieważność wspomnianego w artykule planu z 2010 roku dla tej działki.

**Działania Rady Gminy Wieliszew zmierzające do uchwalenia funkcji w obowiązującym studium i miejscowym planie były zastosowaniem się do wyroków Naczelnego Sądu Administracyjnego i Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego.**

**Należy zwrócić uwagę, że tak jak Gmina Wieliszew, obowiązana była do stosowania się do wyroków Sądów, tak samo nie budzi naszej wątpliwości, iż Pan Grzegorz Zbroch powinien przestrzegać zapisów obowiązującego prawa i respektować prawomocny wyrok Naczelnego Sądu Administracyjnego w kwestii rozbiórki obiektów betoniarni.**

**Przewodniczący Rady Gminy Wieliszew**

eprasa.pl 8314b3fc5f

# MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

## LEGIONOWO. Uratowali niedoszłą samobójczynie

**Dzielnicowi z Legionowa dosłownie w ostatniej chwili pomogli kobiecie, której życie było zagrożone. Zgłoszenie dotyczyło kobiety, która chodzi po torowisku w Legionowie. Funkcjonariusze podbiegli do 30-latki , zatrzymali ją i wraz kobietą odeszli w bezpieczne miejsce. Chwile potem po jedynym z torów przejechał pociąg**

Kilka dni temu po godz. 14:00 dyżurny legionowskiej komendy otrzymał zgłoszenie od dyżurnego ruchu kolei o kobiecie, która chodzi po torowisku, stwarzając zagrożenie dla własnego życia.

Dwaj dzielnicowi z Legionowa pilnie udali się we wskazane miejsce i rozpoczęli poszukiwania kobiety. Po kilku minutach zauważyli osobę chodzącą po torowisku, a na jedynym z torów zbliżający się pociąg towarowy. Reakcja był natychmiastowa, mundurowi podbiegli w jej kierunku i odciągnęli na bezpieczną odległość od torowiska.

Kiedy sytuacja została opanowana i kobieta była już bezpieczna, funkcjonariusze wezwali pogotowie ratunkowe, które po przybyciu na miejsce zabrało kobietę do szpitala.

Szybkie działanie i zaangażowanie dyżurnego kolei i legionowskiej komendy oraz sprawność patrolu interweniującego pozwoliły uniknąć tragedii i uratować kolejne ludzkie życie.

## PUŁTUSK. Chciała telefon, została oszukana

**Każdy z nas lubi robić zakupy, a szczególnie siedząc w zaciszu domowym. Szukając wyjątkowych okazji przeglądamy portale aukcyjne oraz sklepy internetowe. Jednak czasem chęć zaoszczędzenia i roztargnienie wykorzystują oszuści. Przekonała się o tym 20- letnia mieszkanka powiatu pułtuskiego, która chciała kupić telefon komórkowy, jednak nie otrzymała zakupionego towaru ani nie odzyskała wpłaconych pieniędzy. Bądźmy bardzo ostrożni podczas dokonywania tego rodzaju transakcji**

Do pułtuskiej komendy zgłosiła się 20-letnia mieszkanka naszego powiatu, która została oszukana w internecie. Straty oszacowała na kwotę 570 złotych. Zgłaszająca poinformowała, że za pośrednictwem jednego z portali internetowych kupiła telefon komórkowy. Ustaloną kwotę wpłaciła na wskazane przez sprzedającego konto bankowe, po czym kontakt ze sprzedającym się „urwał", do dziś nie otrzymała zamówionego telefonu.

## NOWY DWÓR MAZ. Pijani rowerzyści

**26 lipca br. nasielscy policjanci zatrzymali do kontroli drogowej mieszkańca powiatu ciechanowskiego. Kierujący lanosem 29- latek nie dość, że prowadził pojazd w stanie nietrzeźwości to jeszcze nie posiadał uprawnień do kierowania. Grozi mu kara do 2 lat więzienia. Postępowanie jest prowadzone pod nadzorem pułtuskiej prokuratury**

We wtorek około godz. 21:30 policjanci nasielskiej prewencji, ul. Płońskiej zatrzymali do kontroli drogowej kierującego lanosem. Podczas interwencji mężczyzna był wyraźnie zdenerwowany. Mundurowi wyczuli też od niego woń alkoholu.

Przeprowadzone badanie stanu trzeźwości, wykazało, że mieszkaniec gminy Glinojeck w wydychanym powietrzu ma 0,63 promila alkoholu. Na dodatek po sprawdzeniu w policyjnym systemie okazało się, że w ogóle nie posiada prawa jazdy.

Zgodnie z art. 178a par. 1 kodeksu karnego, za prowadzenie pojazdu mechanicznego znajdując się w stanie nietrzeźwości, grozi kara do 2 lat pozbawienia wolności. Natomiast za kierownie bez wymaganych uprawnień, zostanie skierowany przeciwko niemu wniosek do sądu.

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

## CZOSNÓW. 119 dni odsiadki

**W piątek funkcjonariusze z czosnowskiego komisariatu, zatrzymali 42- latka z Pruszkowa. Mężczyzna był poszukiwany. Do odbycia miał karę 119 dni pozbawienia wolności. Trafił do jednostki penitencjarnej**

29 lipca 2022 roku przed południem, mundurowi z Komisariatu Policji w Czosnowie udali się do miejscowości Kazuń Bielany. Posiadali informację, ze na jednej z posesji w tej miejscowości, przebywa poszukiwany mężczyzna.

42- latek uchylał się od odpowiedzialności karnej. Zgodnie z nakazem doprowadzenia, wydanym przez Sąd Rejonowy w Pruszkowie, do odbycia miał karę 119 dni pozbawienia wolności.

Na miejscu zastali zaskoczonego wizytą mundurowych mężczyznę. Został przez nich zatrzymany. Jeszcze tego samego dnia trafił do jednostki penitencjarnej.

## LEGIONOWO. Zakłócali ciszę nocną, znaleźli przy nich narkotyki

**Legionowscy policjanci interweniowali na jednym z osiedlowych boisk w związku z zakłóceniem ciszy nocnej. Na miejscu zastali grupę osób, które zostały wylegitymowane. Efektem podjętej interwencji było zatrzymanie dwóch mężczyzn podejrzanych o posiadanie środków odurzających. Jeden z zatrzymanych okazał się być również poszukiwany przez wymiar sprawiedliwości**

Do interwencji doszło kilka dni temu po godzinie 22. Dyżurny otrzymał zgłoszenie o grupie osób na osiedlowym boisku, która zachowuje się głośno i zakłóca spoczynek nocny mieszkańców. Skierowani na miejsce policjanci na boisku zastali trzech mężczyzn. Osoby zostały wylegitymowane i sprawdzone w policyjne bazie. Okazało się, że jeden z nich, 47-latek jest poszukiwany przez legionowski sąd. Mężczyzna, na podstawie wydanego przez sąd nakazu doprowadzenia, ma do odbycia karę 6 miesięcy pozbawianie wolności z kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości.

Ponadto podczas interwencji 47-latek próbował ukryć przed mundurowymi środki odurzające, przekazując je stojącemu obok koledze. Jednak ten fakt nie umknął uwadze mundurowych i natychmiast zabezpieczyli pudełko z białym proszkiem.

Obaj 47-latkowie zostali zatrzymani i przewiezieni do komendy. Narkotester wskazał, że zabezpieczony proszek to mefedron. Mieszkańcy Legionowa usłyszeli zarzut posiadania środków odurzających. Za popełnione przestępstwo grozi im kara do 3 lat pozbawienia wolności.

Poszukiwany mężczyzna trafił do zakładu karnego, gdzie obędzie karę pozbawienia wolności za wcześniejsze przestępstwo.

**KPP: Legionowo/ Nowy Dwór Maz./ Pułtusk**

eprasa.pl 8314b3fc5f

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

**WIELISZEW.** 700 nowych miejsc pracy w powiecie?

# MAGAZYNY NA TERENIE ALTMANA NIEZGODNE z planem zagospodarowania?

**Toczy się postępowanie środowiskowe ws. budowy ogromnych hal magazynowych na terenie o pow. 11 ha na Łajskach. Chodzi o działki, na których obecnie funkcjonuje parking samochodowy należący do spółki ARS Altman na tyłach Starostwa Powiatowego w Legionowie**

Budowa hal magazynowych wraz z segmentami socjalno-biurowymi pozwoli na powstanie ponad 700 miejsc pracy. Obecnie w wieliszewskim urzędzie toczy się postępowanie, które ma ustalić czy inwestycja w ogóle będzie mogła powstać. Chodzi o 9 działek o pow. 11 ha, położonych pomiędzy ulicami Sikorskiego, Kolejową, Kościelną i Fabryczną w miejscowości Łajski. Zapowiedziano, że budowa tych obiektów ma potrwać około 5 miesięcy.

### Jedna, ogromna kondygnacja?

Miejscowy Plan Zagospodarowania Przestrzennego obecnie przewiduje w tym miejscu możliwość zabudowy jednokondygnacyjnej. Inwestor na wskazanym terenie chce zbudować hale magazynowe o konstrukcji stalowej lub żelbetowej, z dachem płaskim lub z niewielkim spadkiem o wysokości do 14,4 m. Warto podkreślić, że to wysokość około 5 standardowych pięter zakładając, że zwykle strop znajduje się na wysokości 2,7 m. Do tej pory wnioski inwestycyjne na budynki wyższe niż 3m były odrzucane.

### Produkcja i dystrybucja

Z informacji inwestora, przedłożonych władzom gminy wynika, że w planowanych obiektach przewidziana jest możliwość prowadzenia działalności z zakresu sortowania i magazynowania paczek, usług oraz lekkiej produkcji, która nie będzie oddziaływać na środowisko. W dokumentach mowa jest również, że praca w halach ma być oparta o rozładunek i przeładunek produktów, ich magazynowanie, sortowanie i przekazywanie do dalszej dystrybucji i sprzedaży. Towary będą transportowane przy użyciu samochodów ciężarowych na zbudowanych na tych działkach rampach. Na terenie ma powstać jeszcze stacja gazowa podwyższonego średniego ciśnienia oraz zbiornik na olej opałowy, z gazem i ewentualnie z glikolem.

### Wielkie przedsięwzięcie

Z dokumentów inwestora wynika, że zabudowa przemysłowa zajmie około 7,5 ha, a powierzchnia użytkowa planowanych parkingów wraz z towarzyszącą im infrastrukturą wyniesie prawie 3 ha. Profil planowanych usług na tym terenie wymusza tam budowę prawie 1,5 km dróg. Wyliczenia przedstawione w dokumentach zakładają, że w ciągu doby przejedzie tędy 140 samochodów osobowych i 70 ciężarówek. Jest to informacja, która kładzie cień na całą inwestycję. Władze gminy Wieliszew mają trudny orzech do zgryzienia - mają możliwość zezwolenia na stworzenie 700 nowych miejsc pracy, ale kosztem spokoju mieszkańców. Do sprawy będziemy wracać.

**Paulina Nowicka**

**POWIAT.** Chcą niższych rachunków za prąd!

## Fotowoltaika na dachach dwóch legionowskich szkół średnich i DPS Kombatant

**Starostwo Powiatowe w Legionowie planuje zamontować panele fotowoltaiczne na dachach Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Konopnickiej, Powiatowego Zespołu Szkół Ponadpodstawowych im. Jerzego Siwińskiego i Domu Pomocy Społecznej Kombatant w Legionowie**

Powiat Legionowski planuje ze względów ekonomicznych i ekologicznych zainstalowanie paneli fotowoltaicznych na zarządzanych przez siebie obiektach. Panele mają być zamontowane na dachach Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Konopnickiej przy ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego, Powiatowego Zespołu Szkół Ponadpodstawowych im. Jerzego Siwińskiego przy ul. Targowej i Domu Pomocy Społecznej Kombatant przy ul. Jagiellońskiej w Legionowie. Obecnie urzędnicy muszą określić moc instalacji.

**Paulina Nowicka**

**JABŁONNA.** Dofinansowanie z Funduszu Przewozów Autobusowych

## Nowa linia z dofinansowaniem

**Powiat Legionowski pozyskał kolejne dofinansowanie w ramach Funduszu Przewozów Autobusowych o charakterze użyteczności publicznej. Dotację w kwocie 87 tys. zł otrzymała uruchamiana od 16 sierpnia na terenie gminy Jabłonna bezpłatna linia nr 9 P**

Początek trasy linii nr 9 P został określony we wsi Trzciany, następnie autobusy pojadą ulicą Sołecką do drogi wojewódzkiej nr 630 i w miejscowości Skierdy skręcą w ulicę Nadwiślańską. Dalej trasa biegnie ulicą Mazowiecką do ulicy Golfowej i do drogi wojewódzkiej nr 630 w kierunku Jabłonny. Ulicą Modlińską przez centrum Jabłonny (stary ślad drogi krajowej) autobusy pojadą aż do skrzyżowania z obwodnicą i dalej ulicami Marmurową, Przylesie i Akademijną wrócą do ulicy Modlińskiej, aby pojechać w kierunku Chotomowa. Za wiaduktem w Chotomowie skręcą w ulicę Kolejową i dalej pojadą w kierunku Legionowa do pętli przy Starostwie Powiatowym w Legionowie.

**red. / Starostwo Powiatowe w Legionowie**

**LEGIONOWO.** Czy basen znowu będzie działać?

# Co dalej z basenem przy ul. Królowej Jadwigi?

**Władze miasta pytają mieszkańców, co dalej z basenem przy ul. Królowej Jadwigi, która zamknięta jest od ponad 2 lat!**

Basen znajdujący się przy ul. Królowej Jadwigi w Legionowie jest zamknięty od wiosny 2020 r. Władze miasta nie chcą otworzyć obiektu, bowiem ich zdaniem generuje on ogromne koszty. 15 lipca br. na stronie internetowej pływalni pojawiła się ankieta, badająca potrzeby legionowian w zakresie otwarcia tego obiektu. Musimy w niej podać imię i nazwisko, wiek, status zawodowy i dzielnicę Legionowa, w której się mieszka. Potem odpowiadamy na pytania dot. m. in. częstotliwości i preferencji korzystania z obiektu w przyszłości. Należy też zadeklarować, ile jesteśmy gotowi zapłacić za jednorazowe wejście na pływalnię – 18 zł, 20 zł, 22 zł i powyżej 22 zł. W badaniu nie mogą wziąć udziału dzieci w wieku szkolnym. Przez 3 ostatnie tygodnie, legionowianie nie mogli korzystać również z pływalni „Wodne Piaski", w której przeprowadzano przegląd techniczny. Od 25 lipca br. można z niej korzystać w godz. 6-22.

**Paulina Nowicka**

**LEGIONOWO.** Decyzja w starostwa

## Publiczne przedszkole przy ul. Krótkiej na Grudziach?

**Władze miasta Legionowo złożyli wniosek do Starostwa Powiatowego o zezwolenie na budowę publicznego przedszkola przy ul. Krótkiej na legionowskich Grudziach.**

W przeszłości na działce znajdującej się przy zbiegu ul. Krótkiej i ul. Jasnej na Grudziach miało również powstać przedszkole, ale prywatne. Budynek przedszkola ma mieć kubaturę 2,5 tys. m3 i ma być zrealizowane na miejskiej działce o pow. 2 tys. m2.

**Paulina Nowicka**

**POWIAT.** Rośnie liczba utonięć

# Ludzie toną, a u nas spokojnie

**Od początku kwietnia w Polsce utonęło ponad 210 osób, a tylko w lipcu 58 osób. Natomiast w ostatni weekend utonęły 3 osoby. Według statystyk Legionowskiego Wodnego Pogotowia Ratunkowego, na naszym terenie od początku kwietnia utonęła tylko jedna osoba**

Jak podaje PAP (Polska Agencja Prasowa przyp. red.) w miniony weekend utonęły 3 osby, Zdarzenia miały miejsce w piątek. Był to jeden ze spokojniejszych weekendów od początku wakacji.

### Pogoda ma znaczenie

Jak udało nam się dowiedzieć od Krzysztofa Jaworskiego, prezesa Legionowskiego Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego miniony weekend był jednym z najspokojniejszych od początku sezonu. Wpływ na to miała m.in pogoda oraz sinice, które zakwitły na jednym z legionowskich akwenów.

### Toną pomimo ostrzeżeń

Rządowe Centrum Bezpieczeństwa na swoich profilach w mediach społecznościowych przypomina zasady bezpieczeństwa nad wodą. Apeluje, aby nigdy nie wchodzić do wody po wypiciu alkoholu, pływać jedynie w wyznaczonych miejscach oraz stosować się do poleceń ratownika.

**red.**

**POWIAT.** Rośnie liczba zachorowań na Covid-19

## 618 zakażeń w kraju, 2 w powiecie

**Ministerstwo Zdrowia w poniedziałek (1 sierpnia) podało informację o 618 nowych zakażeniach**

Wiceminister Zdrowia Waldemar Kraska mówił na antenie Radia Gdańsk, że „widać wyhamowanie fali, ten tydzień pokaże w jakim etapie pandemii jesteśmy".

Zgodnie z opublikowanymi danymi, ostatniej doby odnotowano 618 zakażeń, z czego 545 zakażeń to nowe zachorowania. Minionej doby nikt nie zmarł z powodu Covid-19, ani chorób współistniejących. Jak zauważył minister, wzrost do poprzedniej niedzieli wyniósł około 5%.

W powiecie legionowskim minionej doby odnotowano 2 zakażenia. Ostatni zgon na terenie powiatu z powodu Covid-19 i chorób współistniejących odnotowano 16 czerwca br.

**red**

eprasa.pl 8314b3fc5f

# Lato z bonem turystycznym - zostało niewiele czasu

**Tylko do 30 września tego roku można skorzystać z bonu turystycznego. Na prawie 660 tys. uprawnionych osób w województwie mazowieckim wciąż nieaktywnych jest około 123 tys. bonów**

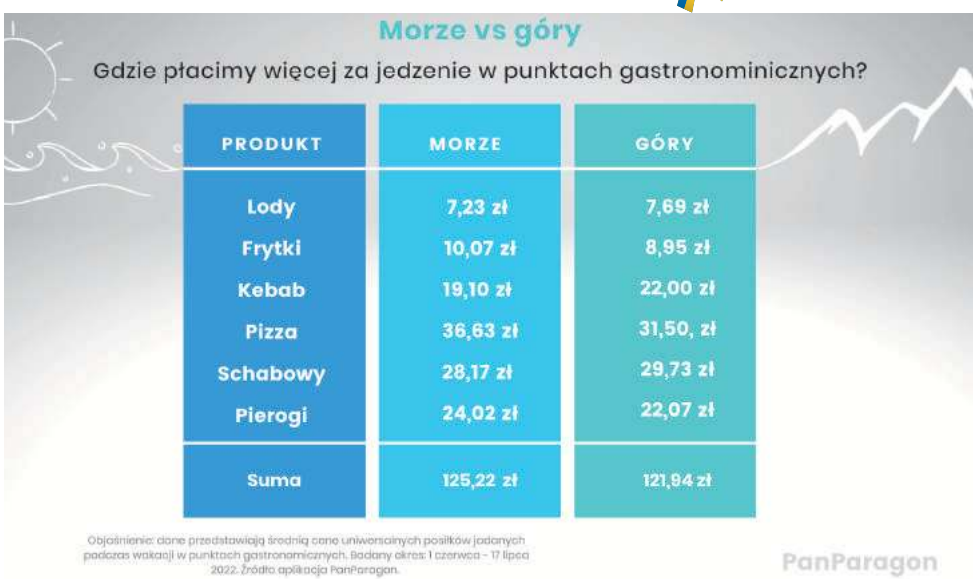
„Korzystając z bonu rodzice mogą płacić m.in. za usługi hotelarskie lub imprezy turystyczne w Polsce. Do tej pory transakcje opłacone za pośrednictwem bonu wyniosły - według danych dla województwa mazowieckiego - około 377 mln zł" – mówi Grzegorz Dyjak z biura prasowego ZUS.

Bon przyznawany jest na dziecko urodzone do końca 2021 r., na które przysługuje świadczenie wychowawcze lub dodatek wychowawczy „Rodzina 500 plus". Rodzice dzieci urodzonych w ostatnich miesiącach ubiegłego roku (październik – grudzień) także mogą wykorzystać bon turystyczny, mimo że wniosek o 500 plus złożyli po 31 grudnia 2021 r. Ważne, żeby zrobili to w ciągu trzech miesięcy od narodzin. Zgodnie z przepisami rodzice mają trzy miesiące na złożenie wniosku o 500 plus, licząc od dnia urodzenia dziecka. Oznacza to, że opiekunowie, którzy złożyli wniosek na początku 2022 r., na dziecko urodzone w 2021 r., też mogą liczyć na bon.

Na dziecko przysługuje jeden bon w wysokości 500 zł. Dzieci z orzeczoną niepełnosprawnością dostaną dwa bony w wysokości 500 zł, jednak, aby otrzymać drugi, należy złożyć odpowiednie oświadczenie na Platformie Usług Elektronicznych ZUS. Bon turystyczny jest dostępny tylko na Platformie Usług Elektronicznych ZUS. Wystarczy wejść na swój profil, w zakładkę „ogólny", po lewej stronie ekranu jest zakładka „bon turystyczny". Po kliknięciu w nią należy uzupełnić niezbędne dane kontaktowe, czyli adres e-mail i numer telefonu komórkowego. Aktywować bon można w dowolnym momencie, nawet na dzień przed planowanym wyjazdem.

Bon przyznawany jest w formie dokumentu elektronicznego, ma 16- cyfrowy numer. Nie podlega wymianie na gotówkę ani inne środki płatnicze. Można nim płacić kilkakrotnie, aż do wyczerpania kwoty. Bon turystyczny ważny jest do końca września tego roku. Do tego czasu trzeba zrealizować płatność bonem, a sama usługa może się odbyć nawet po tej dacie.

Płatności można dokonywać w podmiotach, które zarejestrowały się na liście Polskiej Organizacji Turystycznej. Ich lista jest dostępna na stronach www.bonturystyczny.gov.pl, www.pot.gov.pl oraz www.polska.travel. Dla wszystkich, którzy mają pytania związane z funkcjonowaniem bonu, Zakład Ubezpieczeń Społecznych uruchomił specjalną infolinię (codziennie w godz. 7.00-20.00) pod numerem 22-11-22-111, a pytania można też zadawać, pisząc na adres: bon@zus.pl.




# GÓRY czy MORZE? Gdzie więcej zapłacimy za jedzenie w restauracjach?

**Tatry, Bieszczady, Sudety oraz wybrzeże Morza Bałtyckiego to według danych pochodzących z aplikacji Yanosik najczęściej wybierane kierunki turystyczne w czasie wakacji. W czasach szalejącej inflacji obranie miejsca na wymarzony odpoczynek często dyktują… ceny. Na wysokość wakacyjnych wydatków znacznie wpływa jedzenie "na mieście". Eksperci z aplikacji PanParagon postanowili sprawdzić, gdzie więcej zapłacimy za posiłki w punktach gastronomicznych: w górach czy nad morzem**

2022 rok upływa nam pod znakiem najwyższej od lat inflacji. Ceny nie rozpieszczają w niemal każdej dziedzinie życia. Drożyzna uderza w portfele Polaków także w czasie letniego odpoczynku. Na finalny koszt wyjazdu wakacyjnego wpływają nie tylko koszty związane z noclegami i transportem, ale także jedzeniem "na mieście".

*– Główną funkcją aplikacji PanParagon jest przechowywanie paragonów. Dzięki temu do naszego systemu trafiają anonimowe informacje o cenach różnego rodzaju produktów i usług. W pełni sezonu wakacyjnego postanowiliśmy sprawdzić koszty jedzenia „na mieście" w najpopularniejszych miejscowościach turystycznych w górach oraz nad morzem. Spośród paragonów pochodzących z lokali gastronomicznych wytypowaliśmy przekąski oraz dania, które są uniwersalne dla obu regionów. W ten sposób otrzymaliśmy podstawę do wiarygodnych porównań* – komentuje **Antonina Grzelak** z aplikacji PanParagon. Gdzie jest zatem drożej: w górach czy nad morzem?

## Smaki lata

Lody, frytki, kebab, pizza, kotlet schabowy i pierogi to jedne z najczęściej wybieranych posiłków w czasie wakacji, niezależnie od tego czy znajdujemy się nad morzem czy w górach. To właśnie te produkty zostały ujęte w niniejszym badaniu. Smaki regionalne tj. góralski oscypek czy typowy dla polskiego wybrzeża dorsz celowo zostały wyeliminowane z badania, by uniknąć przekłamań w porównaniu cen. Jak zatem przestawia się rozkład cenowy w restauracjach i punktach gastronomicznych z podziałem na polskie góry oraz morze?

## Nadmorska drożyzna?

Jak się okazuje za frytki, pizze i pierogi więcej zapłacimy nad Morzem Batyckim. Cenowa szala na niekorzyść gór przesuwa się natomiast w przypadku lodów, kebaba oraz schabowego – za nie rachunek w południowej części naszego kraju będzie wyższy niż nadmorskich kurortach. Co ciekawe, największą różnicę cenową między tymi dwoma regionami widać w przypadku pizzy. W miejscowościach nadbałtyckich zapłacimy za nią średnio 36,63 zł, natomiast w kurortach górskich średnia cena wynosi 31,50 zł. Najmniejsze różnice cenowe zostały odnotowane w przypadku lodów.

*– W ogólnym rozrachunku jedzenie w lokalach gastronomicznych drożej wyniesie nas podczas wakacji nad Morzem Bałtyckim. Sumując wszystkie analizowane w badaniu pozycje w przypadku miejscowości nadmorskich przyjdzie nam zapłacić 125, 22 zł. Za takie same dania i przekąski w górach zapłacimy niemal 122 zł. Różnica to zaledwie kilka złotych* – komentuje Antonina Grzelak z aplikacji PanParagon. *– Niezależnie od tego w jakim regionie spędzamy urlop w finalnej kalkulacji główną zawsze rolę odgrywa... zdrowy rozsądek* – dodaje.

Różnice cenowe za poszczególne produkty zostały ujęte w grafice powższej.

ZAPROSZENIE

eprasa.pl 8314b3fc5f

LAS ODKRYWCÓW

Z TYM KUPONEM OTRZYMASZ
15% RABATU NA BILET.
OKAŻ WYCIĘTY KUPON W KASIE PARKU.

Jarmark Mazowiecki 1/2022

NOWY RODZINNY PARK TEMATYCZNY

TYLKO 80 MIN OD WARSZAWY

Nauka i zabawa w naturze

Pełnia sensorycznych przygód

Polana zabaw wodnych

Atrakcyjna strefa gastronomiczna

lasodkrywcow.pl | Ułęż 215E, 08-504 Ułęż


eprasa.pl 8314b3fc5f

NASZE WILKOWYJE

# Zgoda narodowa

*Myćko postanowił zarobić. I zarobił. A wszystko dlatego, że poszedł do kina. I że babka mu umarła. To znaczy konkretnie jego żonie. Mówił na teściową babka, bo mu pić nie dawała i porządna była. Wszystko u niej wysprzątane, poukładane i wyczyszczone na połysk. Ale obsesję na punkcie wieku miała, więc Myćko by ją wnerwić zamiast mamo, babko do niej mówił. Nie lubiła go, oj nie lubiła. Emeryturę miała porządną, bo za PRL-u na państwowym robiła, jako kierowniczka poczty. Mieszkała sama i nienawidziła zięcia, za to co sobie i jej córce robi. Myćko mówi, że z tej nienawiści zmarła. Może tak być, bo nienawiść potężne uczucie, jest jak ostrze co harata gdzie popadnie i co popadnie.*

*Okazało się, że testament spisała taki, że wszystko przypada córce, pod warunkiem, że od Myćki odejdzie, a on nigdy nie przestąpi progu. A jeśli nie, to wszystko na rzecz parafii idzie, niech se Ksiądz Biskup decyduje, gdzie większe dobro zrobić można od rozwodu córki. Myćko się z testamentu śmiał, bo przecież jego kobita jego jest i nigdy nie odejdzie, ale odeszła. Podobno nawet z radością, a na pewno z ulgą. Do porządnej chałupy szła, gdzie nikt nie bije, nikt nie chleje, nikt nie wyzywa, gdzie czysto, ciepło i – swoje.*

*Myćko najpirw siłą chciał do domu sprowadzać, ale okazuje się, że Posterunkowy nakaz sądowy miał i to się dla Myćki ciąganiem po sądach skończyło. A sądy w mieście, więc Myćko do miasta pojechał. Po rozprawie napić się chciał, ale że padało, na ulicy słabo w obcym mieście pić, więc do kina poszedł. I że tak powiem sztuka filmowa go odmieniła. Film się nazywał „Gierek" i Myćko najpirw myślał, że to komedia była. Rechotał głośno, ale jakaś grupka emerytów sykała na niego z oburzeniem, więc zrozumiał, że to na serio. I olśnienia dostał.*

*Jak wrócił, mówi: agroturystykę będę robił. A pieniądze na remont skąd? – pytamy. A od Wargacza. Dziwne to było, zwłaszcza że żadnego remontu nie było ino picie i dewastacja. Myćko to później wytłumaczył: powiedziałem Wargaczowi, że za każdą flaszkę może jedną rzecz zniszczyć. Jak już zupełna ruina była, zrobili krzywy napis na desce: „Jak za Gierka" i ogłoszenie do mediów dali, że nowy trynd w agroturystyce robiom: turystyka antropologiczna. Sami tego wszystkiego nie wymyślili, Solejukową podeszli, jak Solejukowa się zapaliła, to im wszystko napisała – myślała, że to artykuł z tego jakiś będzie, ale ni. Na meniu te jej mądrości dali. „Pierogi dialektyką szarpane"; „Zupa jak plan pięcioletni, dobra tylko pierwszego dnia"; „Kisiel z grudami ideologiczny"; „Herbata słodka jak propaganda sukcesu".*

*Pokoje brudne, krzesła połamane, łóżka niewygodne, ale za to hasła piękne. Solejukówna je wymalowała wg wzorów znalezionych w starym składziku Urzędu Gminy. "Socjalizm lokomotywą postępu - chwała jej maszynistom". „PZPR zawsze z Partią". „Rozmnażajmy się, ale bez przyjemności" – te ostatnie to rzekomo przeciw seksualnemu rozpasaniu młodzieży było jeszcze z lat 50-tych. Do tego obrazki diabłów polskich wypożyczone z dworku od Lucy. A zdjęcia tego do soszial mediów poupychali razem z gołymi cyckami. Te ostatnie były super, bo Wioletki z czasów jak się jeszcze po wsi puszczała, z osobistych zbiorów Myćki, bo Wioletka lubiała jak jej zdjęcia w trakcie seksu robić. Czyje widać nie było, bo sam biust, bez twarzy, ale kto miał wiedzieć, to wiedział. Wioletka zwłaszcza wiedziała i za nie używanie ich dalej Myćko wynegocjował dostawy meniu z restauracji, ale po nocy, żeby turysty nie wiedziały, że nie gotują na miejscu.*

*Wszyscy się z tego biznesplanu hahali, ale do czasu. Bojówki jakieś przyjechały Gierka bronić i Myćko zrobił się sławny. Twierdzi, że wszystko przewidział, jak ten film zobaczył. Gierek, mówi, teraz u miastowych za świętego robi, a nic tak nie budzi emocji jak święty zanurzony w naszej rzeczywistości. Czyja to mądrość była nie wiadomo, ale wiadomo, że Myćko teraz bogaty jest.*

*Na jego podwórku regularne bitwy rekonstrukcyjne urządza między zwolennikami i przeciwnikami PRL-u. Potem filmiki z tego do internetów wrzuca i jeszcze na tym zarabia, bo to się staruszki głównie naparzają, co zdaniem koneserów lepsze jest od fejm emem-a.*

*Zgoda narodowa jest, że to najgorsza miejscówka w Polsce, ale Myćko twierdzi, że zgoda narodowa najważniejsza, niezależnie skąd się bierze, bo to zalążek normalności jest. A że on na tym zalążku jeszcze zarabia, to już nie jego wina, ino geniusza biznesowego, co go zawsze miał, ale póki żonaty był, nie używał, bo nie musiały.*

**Pietrek**

# W dniach 5-7 sierpnia 2022 r. zapraszamy na trzecią edycję wakacyjnego, plenerowego Festiwalu Filmowego imienia Andrzeja Kondratiuka!

***„Ile to było rybów, panie, to az skoda mówić. A tera? Gromią tą rybę na potęgę, ile się da, co tylko wejdzie do sieciów (...), aby więcej, aby ino plan wykonać. (...) Aż serce krwawi, jak oni ciągną całymi tonami, bez opamiętania. I prądem biją, agregatami tłuką! Co tylko się da. To skąd się ta ryba nadązy brać? (...) Truciciel taki jeden z drugim, inzynier, łucony, taki, co poszedł w dyrektory! Panie, głupio myśli w tej fabryce. On se kalkuluje, ze jak on zapłaci te parę milionów złotych odszkodowania z państwowej skarbonki, to je kwita! To może truć dalej! Bo to nie jego, bo to nie z jego kieszeni, tylko z państwowej! A państwo to kto? Państwo to my przecie! (...) Wisła, nasza rzeka, panie, zatruta od góry aż do samego dołu! Tu trzeba, panie, trąbić w trąbę wielką, bić na alarm! Woda zatruta, niebo zatrute, ziemia sponiewierana! Coś ty ucynił, synie Adamowy?! Bez rybów, bez ptactwa, wył będzies w stygnące niebiosa. W zimie desc bedzie padał, a w lato śnieg bedzie sypać, tak? I co? Gdzie będzie człowiek szukał scęścia? Na insej planecie?!".***

**(cytat z filmu „Pełnia", kwestia wypowiadana przez dziadka Fotona, starego rybaka)**

Andrzej Kondratiuk, patron naszego letniego festiwalu filmowego, niezwykle cenił przyrodę i tzw. proste życie, co widać w wielu jego filmach. Wiedział, że człowiek jest częścią natury i – chociażby dla własnego dobra – nie powinien działać na jej niekorzyść. Tymczasem powyższy cytat z filmu „Pełnia", nakręconego we wsi Łacha koło Serocka ponad czterdzieści lat temu, wydaje się wciąż bardzo aktualny. Może nawet bardziej dziś niż wówczas?

W tym roku na widzów Festiwalu Filmowego im. Andrzeja Kondratiuka czekają trzy kultowe polskie filmy oraz trójka wspaniałych gości! Motywem łączącym wybrane przez nas obrazy filmowe jest portret małych społeczności, ich obyczajowość oraz zespolenie z przyrodą i filozoficzne potraktowanie rzeki.

Dzień 1. W piątek, 5 sierpnia 2022 r., o godz. 20.00 w parku Świętojańskim w Wieliszewie porozmawiamy z Grażyną Błęcką-Kolską – aktorką teatralną i filmową, znaną z roli Kasi Solskiej w komedii „Kogel-mogel" oraz z licznych filmów reżysera Jana Jakuba Kolskiego. Po spotkaniu obejrzymy wspólnie poetycki obraz „Jańcio Wodnik" z Franciszkiem Pieczką i Grażyną Błęcką-Kolską jako Weronką, żoną Jańcia, w rolach głównych.

Dzień 2. W sobotę, 6 sierpnia 2022 r. o godz. 20.00 na plaży miejskiej w Serocku spotkamy się z Anną Seniuk – aktorką, od 1998 r. profesor Akademii Teatralnej im. Aleksandra Zelwerowicza w Warszawie, słynną Magdą Karwowską z serialu „Czterdziestolatek" oraz m.in. panią Dulską ze spektaklu Teatru Telewizji w reżyserii Tomasza Zygadły. Po rozmowie wyświetlimy film „Pełnia" (1979, reż. Andrzej Kondratiuk), w którym Anna Seniuk wcieliła się w rolę sklepowej Zosi.

Dzień 3. Ostatniego dnia festiwalu, w niedzielę, 7 sierpnia 2022 r., w godz. 16.00-19.00 zapraszamy na warsztaty ceramiczne na placu przy Gminnym Ośrodku Kultury w Nieporęcie (ul. Dworcowa 9A). Fundacja Artystyczna „Wylepiarnia" nauczy chętnych tworzenia ceramicznych przedmiotów z zastosowaniem dawnej techniki dekoracyjnej sgraffito. O godz. 20.00 natomiast spotkamy się z naszym gościem Markiem Bukowskim – aktorem, reżyserem, scenarzystą i producentem, znanym m.in. z ról w serialach „Na dobre i na złe", „Hotel 52" i „Leśniczówka", który za swój debiut w filmie psychologicznym „Nad rzeką, której nie ma" (1991) otrzymał nominację w kategorii „Najlepsza główna rola męska" na Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych. Po rozmowie obejrzymy wspólnie ten właśnie film, z Markiem Bukowskim w roli zakochanego „Admirała".

Rozmowy z gośćmi festiwalu poprowadzi Magdalena Felis – dziennikarka filmowa, realizatorka i redaktorka programów telewizyjnych i dokumentów z planów filmowych, a także kronik z festiwali filmowych.

**ZAPRASZAMY!**

Festiwal Filmowy imienia Andrzeja Kondratiuka. Deszcz zimą, śnieg latem jest elementem projektu „Co powie ryba? – w dorzeczu trzech rzek" realizowanego w ramach strategii rozwoju lokalnego kierowanego przez społeczność wdrażanej przez LGD Zalew Zegrzyński

eprasa.pl 8314b3fc5f

# Nowe „M” dla żołnierzy w Legionowie

**Odpoczynek w domowym zaciszu to ważny dla każdego człowieka element codziennej rutyny. Tym bardziej istotny jest on dla tych, którzy w ramach swojej służby każdego dnia stoją na straży bezpieczeństwa Polski i naszych granic. Zadbanie o potrzeby mieszkaniowe żołnierzy zawodowej służby wojskowej to jeden z priorytetów Agencji Mienia Wojskowego, która od ponad 25 lat realizuje swoje zadania ustawowe zapewniając wojskowym jak najlepsze warunki lokalowe**

Dowodem tego jest kilkadziesiąt inwestycji mieszkaniowych zrealizowanych w całym kraju. Teraz Agencja wybuduje dla żołnierzy i ich rodzin budynki mieszkalne przy ul. gen. Tadeusza Buka w Legionowie. Nowa inwestycja zakłada postawienie dwóch obiektów wielorodzinnych, w których powstanie łącznie 60 lokali. Zasilą one zasób mieszkaniowy AMW, który jest stale zwiększany w związku z planowanym wzrostem liczebności polskiej armii.

### Nowoczesny bliźniak i jego otoczenie

Na działce o powierzchni blisko 2,2 hektara położonej przy ul. gen. Tadeusza Buka w Legionowie powstaną dwa pięciokondygnacyjne budynki mieszkalne. Każdy z bloków będzie miał 30 mieszkań trzy i czteropokojowych i będzie wyposażony w windy. Wszystkie mieszkania w metrażach 60 - 86 m² będą miały zapewnione komórki lokatorskie, a do wspólnego użytku mieszkańców zostaną wydzielone miejsca do przechowywania m.in. wózków dziecięcych i rowerów oraz pomieszczenia gospodarczo-techniczne w części podziemnej. Wokół obiektów powstaną m.in. drogi wewnętrzne, naziemne stanowiska postojowe, plac zabaw dla dzieci, chodniki oraz elementy małej architektury.

### Konstrukcja, materiały i kolorystyka

Inwestycję zaprojektowano na planie zbliżonym do prostokąta o nieregularnym obrysie. Bryłę budynku podzielono na trzy części i zgodnie z projektem zwieńczono płaskim dachem. Trzy wejścia do obiektu podkreślono szklanymi fasadami, które dodadzą nie tylko lekkości, ale i nowoczesnego charakteru. Projekt budowlany przewiduje też zastosowanie różnych materiałów i faktur – ceglane, elastyczne mineralne płytki klinkierowe z piasku kwarcowego oraz jasny tynk. Klasycznego i eleganckiego stylu budynkowi nada gzyms między trzecim i czwartym piętrem. Wieloplanowość elewacji podkreśli metalowa obróbka blacharska w tym samym odcieniu co ciemnoszare okna na cofniętej fasadzie. Minimalistyczny charakter inwestycji i ponadczasowa architektura tych obiektów sprawi, że dobrze wpiszą się one w legionowski krajobraz.

### Bezpieczna przystań

Inwestycja AMW w Legionowie ma zapewnić komfortowe warunki życia polskim żołnierzom. W funkcjonalnych wnętrzach będą mogli nie tylko zregenerować siły po służbie, ale też cieszyć się wspólnymi chwilami z najbliższymi. Będzie to bez wątpienia spokojna i bezpieczna przystań dla wojskowych rodzin. **red.**

**PODSTAWOWE PARAMETRY BUDYNKU A i B (każdego z osobna):**
- powierzchnia zabudowy - 674,3 m²
- powierzchnia użytkowa mieszkalna na kondygnacji powtarzalnej: 404,30 m²
- powierzchnia użytkowa mieszkalna łączna: 2021,50 m²
- powierzchnia kondygnacji podziemnej: 500,20 m²
- powierzchnia wewnętrzna: 3 441 m²
- powierzchnia całkowita: 2 861,4 m²
- kubatura budynku: ok. 11 954,4 m³
- wysokość budynku - 16,86 m
- wymiary obrysu zewnętrznego - 52,81m x 12,7 m
- liczba kondygnacji: 5 naziemnych i 1 podziemnych

**POWIERZCHNIA UTWARDZONA**
- 3 619 m²
- w tym:
dróg - 1996 m²
stanowisk postojowych - 947 m²
chodników - 484 m²
placu zabaw - 200 m²

**PROJEKTOWANY BILANS TERENU**
- powierzchnia działki - 21 719 m²
- powierzchnia zabudowy - 1 322 m²

OGŁOSZENIE

PKPCARGO Service

Kolej na przyszłość!

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
- dyżurnego ruchu
- rewidenta taboru
- ustawiacza
- manewrowego
...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

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

eprasa.pl 8314b3fc5f

**Wymyślenie zdrowej i smacznej przekąski dla niejadka to nie „bułka z masłem". Szczególnie latem, kiedy dzieci niechętnie opuszczają place zabaw i podwórka, by doładować swoje niezwykle pojemne akumulatory. Wyzwanie stanowią także rodzinne wycieczki. Jak bowiem zmieścić w plecaku coś pysznego dla każdego? Podpowiadamy**

# Niejadek na wycieczce? Sprawdzone przepisy na zdrowe przekąski do plecaka

### Jakie przekąski sprawdzają się podczas wakacji?

Dzieci nie są najłatwiejszymi w obsłudze smakoszami. Niektóre mają wąską, ograniczoną pulę swoich ulubionych produktów i niechętnie sięgają po nowości. A często wystarczy tylko zaproponować atrakcyjną formę posiłku. Nie warto za to „ukrywać" nielubianych składników, ponieważ tym sposobem pokazujemy dziecku, że są one tak złe, że trzeba je schować. Tymczasem np. warzywa czy owoce można podać w postaci „muffinek". Kto oprze się tym pięknie pachnącym, rozpływającym się w ustach babeczkom? Muffinki na słodko lub na wytrawnie można z powodzeniem zabrać do plecaka na wycieczkę i zjeść w każdej chwili, bez konieczności posługiwania się sztućcami i nieporęcznymi talerzykami. Są również wyjątkowo łatwe i szybkie w przygotowaniu, o czym możecie przekonać się sami, wypróbowując np. przepis na aromatyczne Muffinki na ostro z żółtym serem.

– W wytrawnych muffinkach doskonale sprawdza się wyrazisty ser o pobudzającym zapachu, jakim jest Gouda - podpowiada Ewa Polińska, ekspert MSM Mońki. – Jego śmietankowy smak sprawia, że doskonale pasuje do różnego rodzaju wypieków. Gouda doskonale się topi, dlatego pasuje do różnego rodzaju zapiekanek i innych dań „na ciepło".

### Pomysł na kreatywny lunchbox wycieczkowy

Pudełko z przekąskami może przypominać prawdziwy skarbiec ciekawych smaków i pobudzających apetyt aromatów. Wystarczy odrobina fantazji. Owoce i warzywa pokrojone w kawałki, kosteczki żółtego sera i szynki lub małe kuleczki mozzarelli, soczyste listki szpinaku i garść zdrowych pestek słonecznika lub dyni, to wyjątkowo prosty w przygotowaniu pomysł na lunchbox. Jeżeli dodatkowo uda nam się, za pomocą specjalnych foremek, powykrawać z nich ciekawe kształty (gwiazdki, serduszka lub zwierzątka), lunchbox stanie się obiektem westchnień wszystkich uczestników wycieczki.

Tym, co wyjątkowo sprawdza się jako ekwipunek każdego małego odkrywcy, są paluszki. I nie mamy tu na myśli gotowców, kupowanych w szeleszczących paczkach. – Nasz pomysł na domową wersję popularnej przekąski z pewnością skradnie serca dzieci i dorosłych. – przekonuje ekspertka z MSM Mońki. – Paluchy z serem Gouda MSM Mońki można jeść na ciepło lub na zimno. Stanowią także doskonały dodatek do różnego rodzaju past i sosów, w których można je maczać. Zamiast sera typu Gouda, możemy użyć w przepisie ulubionych serków topionych, a nawet twarogowych.

### Jak zachęcić niejadka do zdrowych przekąsek?

Aby skutecznie zachęcić niejadka do eksperymentowania z nowymi składnikami spożywczymi, musimy użyć sposobu. Wspólne gotowanie może być niesamowicie wciągającą zabawą, której nie mniej ekscytującym finałem jest degustacja. Każdy przepis kulinarny może być jednocześnie inspirującą mapą, a każdy potrzebny składnik - skarbem, który należy zdobyć. Wspólne gotowanie to także genialna forma zacieśniania relacji. Dzielenie się ciekawostkami, rozmowy o ulubionych smakach, czy wspomnienia dań przygotowywanych przez babcie lub prababcie zbliżają do siebie wszystkich, niezależnie od wieku.

– To niesamowite, jak mało współczesne dzieci wiedzą na temat składników spożywanych niemalże codziennie. Dla nich ser żółty, to ser żółty. Z trudem rozpoznają ich poszczególne rodzaje, które przecież tak bardzo różnią się smakiem i zapachem. Wspólne przygotowywanie posiłków i pokazywanie, że niektóre produkty potrafią wydobywać smak innych produktów, stanowią bezcenną lekcję, okazję do wspólnego spędzenia czasu i zacieśniania więzi – zachęca Ewa Polińska.

Ciekawą przygodę stanowi odkrywanie smaków pochodzących z różnych zakątków świata. Papier ryżowy jest niezwykle wdzięcznym produktem kulinarnych eksperymentów. Wszystkim odważnym odkrywcom szczególnie polecamy przepis na sajgonki z serem i warzywami.

### Muffinki na ostro z żółtym serem

**Składniki:**
- 250 g mąki pszennej
- 1,5 łyżeczki proszku do pieczenia
- 150 g sera żółtego Gouda MSM Mońki w bloku
- 75 ml oleju
- 220 ml jogurtu naturalnego
- 2 jajka
- pół łyżeczki soli
- pieprz, papryka ostra lub chilli
- natka pietruszki i zioła prowansalskie

**Dodatkowo:**
30 g sera żółtego Gouda MSM Mońki w bloku, na wierzch muffinek
papryka w proszku do posypania

**Przygotowanie:**
Do miski przesiać mąkę z proszkiem do pieczenia, solą i przyprawami. Następnie dodać jogurt, olej, roztrzepane jajka, starty na tarce ser żółty i ulubione zioła. Całość następnie wymieszać mikserem do momentu uzyskania jednolitej masy. Formę do muffinek wyłożyć papilotkami, napełnić ciastem prawie do pełnej wysokości papilotek. Wierzch posypać startym żółtym serem i papryką. Rozgrzać piekarnik do temperatury 190°C i piec muffinki przez około 20-25 min. Wyjąć, wystudzić na kratce.

### Paluchy z serem Gouda

**Składniki:**
- 4 placki tortilli
- ser gouda w plastrach MSM Mońki
- świeży rozmaryn 3-4 gałązki
- płatki chili do smaku

Składniki na dip:
- papryka świeża czerwona: 2 szt.,
- papryka żółta: 1 szt.,
- papryka konserwowa: 3 duże kawałki,
- pomidor: 1 średnia sztuka,
- czosnek: 4 ząbki,
- keczup pikantny: 2 łyżki,
- olej rzepakowy lub oliwa z oliwek: 3 łyżki,
- papryka słodka mielona: 1 łyżeczka,
- cukier: 2 łyżki,
- sól do smaku

**Wykonanie:**
Blat stołu spryskać wodą i ułożyć na nim placki tortilli. Na każdy placek położyć po trzy plasterki sera Gouda MSM Mońki, posypać posiekanym rozmarynem i delikatnie oprószyć płatkami chili. Tak przygotowane ciasto zrolować i pociąć na mniejsze kawałki. Następnie ułożyć na talerzu, całość owinąć folią spożywczą i odłożyć do lodówki na 20 minut, żeby zmiękły. By zrobić dip wystarczy umyte papryki, pomidora i obrany czosnek wyłożyć na papier do pieczenia, upiec w rozgrzanym do 220°C piekarniku przez około 20 minut. Gdy skórka na papryce częściowo się przypali wyciągnąć, a papryki na parę minut włożyć do foliowego worka. Następnie obrać ze skórki. Z pomidora zdjąć skórkę, przełożyć do wyższego pojemnika, dodać pieczony czosnek, obrane papryki, wszystkie pozostałe i składniki i zmiksować. Wcześniej przygotowane zrolowane z serem tortille wyjąć z lodówki i zgrillować z wszystkich stron na rozgrzanej patelni.

### Sajgonki z serem i warzywami

**Składniki:**
- papier ryżowy
- liście botwinki
- ogórek świeży
- marchewka
- papryka świeża
- dowolne kiełki
- ser Aldamer MSM Mońki
- sos sojowy
- chrzan wasabi

**Wykonanie:**
Papier ryżowy namoczyć w wodzie aż do zmiękniecia. Na każdy nałożyć liść botwinki, pokrojone w cienkie paseczki warzywa, kiełki i plaster sera. Zwinąć jak gołąbki. Podawać z sosem sojowym wymieszanym z niewielką ilością chrzanu wasabi.

**Smacznego!**

KRÓLEWSKIE CHRZCINY W PAŁACU
Eleganckie wnętrza
Wyjątkowa impreza
Wyśmienite menu
PAŁAC W JABŁONNIE
#poczujnaszehistorie
Rezerwacje:
info@palacjablonna.pan.pl
tel.: +48 531 093 982, +48 507 104 572
Pałac w Jabłonnie
ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna

eprasa.pl 8314b3fc5f

# TY TEŻ MOŻESZ BYĆ RODZINĄ ZASTĘPCZĄ

**Zostań zawodowym opiekunem dzieci, które los pozbawił możliwości wychowywania się w domu rodzinnym.**
Wystarczy, że zgłosisz się do Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Legionowie i skorzystasz z kursu przygotowującego do pełnienia roli rodzica zastępczego. Jeśli zakwalifikujesz się, będziesz mógł stworzyć dom dla kilkorga dzieci.

**W zależności od liczby dzieci przebywających pod Twoją opieką oferujemy Ci:**
- wieloletnią umowę cywilną,
- wynagrodzenie i inne świadczenia,
- osobę do pomocy,
- częściowy zwrot kosztów za utrzymanie lokalu,
- szkolenia i grupę wsparcia,
- pomoc psychologiczną i prawną,
- opiekę koordynatora pieczy zastępczej lub pracownika socjalnego.

**Kogo szukamy?**
Par lub singli, którzy:
- posiadają pełnię władzy rodzicielskiej,
- posiadają pełną zdolność do czynności prawnych,
- mają stan zdrowia pozwalający na objęcie dzieci opieką i wychowaniem,
- zapewnią odpowiednie warunki umożliwiające dziecku zaspokajanie jego indywidualnych potrzeb.

**Osoby zainteresowane prosimy o kontakt** z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Legionowie od poniedziałku do piątku, w godz. 8.30-15.00
**pod nr. tel. 22 764 01 40 lub mailem: sekretariat@pcpr.legionowski.pl**
Liczba miejsc ograniczona.

PCPR POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE
POWIAT LEGIONOWSKI


# środa 3 sierpnia

## TVP 1

**05:10 Szpiedzy w Warszawie** - serial
**06:00 Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
**07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
**07:30 Rodzinny ekspres**
**08:00 Wiadomości**
**08:10 Pogoda poranna**
**08:15 Kwadrans polityczny**
**08:35 Ranczo** - serial
**09:40 Komisarz Alex** - serial kryminalny
**10:35 Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
**11:30 Leśniczówka** - serial obyczajowy
**12:00 Wiadomości**
**12:10 Agrobiznes**
**12:35 Agropogoda** - magazyn
**12:40 Rok w ogrodzie Extra**
**12:55 Natura w Jedynce** - Największe cuda natury - Część 2. Wulkany

SERIAL KOSTIUMOWY

**14:00 Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
**15:00 Wiadomości**
**15:10 Kolarstwo**
**17:00 Teleexpress**
**17:15 Jaka to melodia?** - teleturniej muzyczny
**17:55 Wojenne dziewczyny**
**18:50 Jeden z dziesięciu**
**19:20 Tour de Pologne**
**19:30 Wiadomości**
**20:10 Alarm!** - magazyn
**20:30 Leśniczówka** - serial
**21:05 Bolivar** - serial
**22:00 Koncert**
**23:00 Kolarstwo**
**23:15 Ukraińcy** - serial
**00:10 Za cenę sławy** - film
**01:50 Wróć do mnie** - film
**03:55 Wojsko - polskie.pl**
**04:55 Zakończenie**

## TVP 2

**05:00 Na sygnale** - serial fabularyzowany
**05:30 M jak miłość** - serial
**06:25 Pożyteczni.pl**
**06:55 Rodzinka.pl** - serial komediowy
**07:30 Pytanie na śniadanie**
**10:30 Panorama**
**10:40 Pytanie na śniadanie**
**11:05 Szlakiem Tour de Pologne** - reportaż
**11:15 Złotopolscy**
**12:30 Koło fortuny**
**13:15 Zranione ptaki** - serial obyczajowy
**14:05 Va Banque** - teleturniej
**14:35 Na sygnale** - serial
**15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel** - serial
**16:00 Koło fortuny**
**16:35 Familiada** - teleturniej
**17:15 Zakazany owoc**
**18:00 Panorama**
**18:20 Va Banque** - teleturniej
**18:45 Zranione ptaki** - serial

SERIAL OBYCZAJOWY

**19:35 Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
**20:10 Złoto dezerterów** - komedia, reż. Janusz Majewski, wyk. Marek Kondrat, Bogusław Linda, Wiktor Zborowski, Katarzyna Figura, Piotr Gąsowski, Jan Englert, Piotr Machalica, Leonard Pietraszak, Paweł Delag, Artur Żmijewski
**22:25 Lekarka z rajskiej wyspy. Nagły wypadek** - film obyczajowy, prod. Niemcy, 2017, reż. Peter Stauch
**00:05 Medyceusze Wspaniali**
**01:20 Ważniejsza od królów** - film dokumentalny, prod. USA, 2019

## TVN

**06:05 Uwaga** - magazyn
**06:20 Na Wspólnej** - serial
**06:50 Milionerzy**
**07:20 Bunt** - serial, Polska
**07:55 Tajemnice miłości**
**09:00 Ten moment**
**09:35 Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
**10:40 Ukryta prawda** - program obyczajowy
**11:40 Doradca smaku**
**11:50 Ukryta prawda** - program obyczajowy
**12:55 Tajemnice miłości**
**14:00 Ukryta prawda** - program obyczajowy
**16:10 Ten moment**
**16:45 Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
**17:55 Ukryta prawda** - program obyczajowy
**19:00 Fakty** - informacje
**19:55 Uwaga** - magazyn
**20:10 Doradca smaku**

SERIAL OBYCZAJOWY

**20:15 Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
**20:55 Milionerzy**
**21:35 Dwanaście małp** - film S-F, USA, 1995, reż. Terry Gilliam, wyk. Bruce Willis, Madeleine Stowe, Brad Pitt, Christopher Plummer, David Morse
**00:10 Wyścig po życie** - film sensacyjny, USA, Bułgaria, 2013, reż. Courtney Solomon, wyk. Ethan Hawke, Selena Gomez, Jon Voight, Rebecca Budig, Paul Freeman
**02:00 Wewnętrzny wróg** - serial, USA
**03:00 Uwaga** - magazyn
**03:20 Noc magii**
**04:40 Kto was tak urządził**

## POLSAT

**06:00 Nowy dzień z Polsat News**
**08:40 Malanowski i Partnerzy**
**09:40 Sekrety rodziny**
**10:40 Dlaczego ja?**
**11:40 Gliniarze**
**12:50 Wydarzenia**
**13:20 Interwencja**
**13:40 Trudne sprawy**
**14:40 Dlaczego ja?**
**15:50 Wydarzenia**
**16:10 Pogoda**
**16:15 Interwencja**
**16:40 Gliniarze**
**17:40 Sekrety rodziny**
**18:50 Wydarzenia**
**19:25 Gość wydarzeń**
**19:45 Sport**
**19:55 Pogoda**
**Dorwać byłą**
Łowca nagród rusza w pościg za byłą żoną, która weszła w konflikt z prawem. Czy uda mu się wsadzić ją za kratki?

FILM OBYCZAJOWY

**22:20 Króliczek**
Kiedy Shelley, ulubiony króliczek rezydencji Playboya zostaje wyrzucona z najbardziej popularnego domu w mieście, nie trudno zgadnąć jak szybko zagubi się w dziczy Beverly Hills. Wszystko zmienia się z chwilą, gdy 27-latka poznaje świat stowarzyszenia studenckiego Zeta Alpha Zeta.
**00:25 Niepowstrzymany**
**02:35 Świat według Kiepskich**
**04:05 Kabaretowa Ekstraklasa**
**04:40 Disco Gramy** - program rozrywkowy
**05:25 Telezakupy TV Okazje**

## TVP Kultura

**07:00 Teledyski**
**07:45 Informacje kulturalne**
**08:15 Trzeci punkt widzenia** - program publicystyczny
**08:55 Wielkie manewry** - komediodramat, prod. Włochy, Francja, 1955, reż. Rene Clair, wyk. Gerard Philipe, Michele Morgan, Jacques Francois, Yves Robert
**11:00 Polskie drogi** - serial
**12:25 Dziewczyna i gołębie** - film TVP
**13:30 Wędrujące książki. Karaiby** - serial dokumentalny, prod. Niemcy, 2020, reż. Michael Bernstein, Anja Schürenberg
**14:00 Wędrujące książki. Kolumbia** - serial dokumentalny, prod. Niemcy, 2020, reż. Michael Bernstein, Anja Schürenberg
**14:45 Kocie ślady** - film TVP, reż. Paweł Komorowski

FILM OBYCZAJOWY

**16:20 Alicja w miastach** - film obyczajowy
**18:30 Informacje kulturalne**
**18:50 Serialowa nostalgia - Dziewczyna i chłopak - Dochodzenie** - serial
**20:00 W trzy miesiące dookoła świata** - Zama - dramat, prod. Brazylia, Argentyna, Meksyk, Hiszpania, 2017, reż. Lucrecia Martel, wyk. Daniel Gimnez Cacho, Lola Dueas, Matheus Nachtergaele, Juan Minujn, Rafael Spregelburd
**22:05 Więcej niż fikcja**
**23:10 Lekkie obyczaje** - Taka zwykła historia
**01:10 Scena Klasyczna** - Szymon Nehring - koncert

## TV Puls

**06:00 Kobra - oddział specjalny**
**08:00 Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
**11:00 Reporterzy. Z życia wzięte**
**12:00 Lombard. Życie pod zastaw** - serial
**13:00 Rodzinny interes** - serial obyczajowy
**14:00 Reporterzy. Z życia wzięte**
**15:00 Prawdziwe motywy** - serial kryminalny
**16:00 Rodzinny interes** - serial obyczajowy
**17:00 Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
**20:00 xXx** Cage, miłośnik sportów ekstremalnych, zostaje zwerbowany przez amerykański rząd i jako agent udaje się z misją...

FILM SENSACYJNY

**22:40 Igrzyska śmierci: Kosogłos** Katniss Everdeen niechętnie staje się symbolem buntu ludności przeciwko władzy autokratycznego Kapitolu.
**01:10 Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
**02:05 Taki jest świat** - program informacyjny prod. Polska
**02:55 Na jedwabnym szlaku**
**03:20 Z archiwum policji** - serial dokumentalny
**03:55 Na jedwabnym szlaku**
**04:35 Z archiwum policji** - serial dokumentalny
**05:00 Rodzinny interes** - serial obyczajowy

## TVN 7

**05:20 Szpital** - program obyczajowy
**06:20 Papiery na szczęście** - serial, Polska
**07:25 Idealna niania** - program obyczajowy
**08:10 Ukryta prawda** - program obyczajowy
**11:10 Sprzątaczki** - program obyczajowy
**11:55 Szpital** - program obyczajowy
**12:55 SOS Ekipy w akcji**
**13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska**
**14:55 Rozwód. Walka o wszystko**
**15:55 Ukryta prawda** - program obyczajowy
**17:00 SOS Ekipy w akcji**
**18:00 Rozwód. Walka o wszystko**
**19:00 Ukryta prawda**

FILM OBYCZAJOWY

**20:00 Teoria wszystkiego** - film obyczajowy, Japonia, Wielka Brytania, USA, 2014, reż. James Marsh, wyk. Eddie Redmayne, Felicity Jones
**22:40 Powiernik królowej** - film obyczajowy, Wielka Brytania, USA, 2017, reż. Stephen Frears, wyk. Judi Dench, Ali Fazal, Tim Pigott-Smith
**00:55 Vendetta** - film sensacyjny, USA, 2015, reż. Jen Soska, Sylvia Soska, wyk. Dean Cain, Paul Wight, Benjamin Hollingsworth, Michael Eklund
**02:50 Noc magii** - program ezoteryczny

## TV 4

**06:00** Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość
**09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **11:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka - magazyn prod. Polska **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci
**20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Wielka Ucieczka **22:00** Snajper: Kolejne starcie Podczas służby dla sił ONZ w Republice Konga sierżant Brandon Becket otrzymuje rozkaz ewakuowania europejskiego farmera z zagrożonych terenów. Gdy dociera na miejsce jego oddział dostaje się pod ostrzał snajpera i tylko on uchodzi z życiem. **23:55** Mistrz Dowcipu **00:55** Anatomia głupoty

## TV Trwam

**11:25** Jestem mamą **11:40** Prosto o gospodarce **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz - 10 przykazań **13:20** Muzyczne chwile **13:30** Msza święta z Jasnej Góry
**14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Granica **15:15** „Ojcu Świętemu się nie odmawia..." **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Na zdrowie **16:35** Wyszyński - historia
**17:00** Rotmistrz Pilecki - przywrócenie pamięci **17:30** Przyroda i ludzie **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** Brat Franciszek **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Informacje dnia



eprasa.pl 8314b3fc5f

# czwartek 4 sierpnia

## TVP 1

05:10 **Szpiedzy w Warszawie** - serial
06:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
07:30 **Dobre historie** - magazyn
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:40 **Ranczo** - serial obyczajowy
09:45 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:40 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:30 **Leśniczówka** - serial
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **Magazyn Rolniczy**
12:55 **Natura w Jedynce** - Największe cuda natury

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
15:00 **Wiadomości**
15:10 **Kolarstwo**
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?**
17:55 **Wojenne dziewczyny**
18:50 **Jeden z dziesięciu** - teleturniej
19:20 **Tour de Pologne**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:30 **Leśniczówka** - serial obyczajowy
21:05 **Bolivar** - serial
21:55 **Sprawa dla reportera**
22:55 **Magazyn śledczy Anity Gargas** - magazyn
23:30 **Kolarstwo**
23:40 **Magazyn kryminalny 997** - magazyn

## TVP 2

05:00 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
05:30 **M jak miłość** - serial
06:25 **Smaki świata** - magazyn
06:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
07:30 **Pytanie na śniadanie**
10:30 **Panorama**
10:40 **Pytanie na śniadanie**
11:05 **Szlakiem Tour de Pologne** - reportaż
11:15 **Złotopolscy**
12:30 **Koło fortuny**
13:15 **Zranione ptaki** - serial
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial
15:10 **Wydział kryminalny Kitzbühel** - serial
16:00 **Koło fortuny**
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:15 **Zakazany owoc**
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej
18:45 **Zranione ptaki** - serial
19:35 **Barwy szczęścia** - serial

FILM FABULARNY

20:10 **Na ringu z rodziną** - film fabularny
Były wrestler i jego rodzina występują na ringach w całym kraju. Jego dzieci marzą o dołączeniu do WWE.
22:10 **Ocean desperacji** - thriller, prod. USA, 2016, reż. Phil Volken
00:10 **Szybki jak śmierć** - film akcji, prod. USA, 2018, reż. Jodi Scurfield, wyk. John Travolta
02:05 **Złoto dezerterów** - komedia, reż. Janusz Majewski
04:10 **Gomorra** - serial
Jeden z przywódców kamorry trafia do więzienia. Rozpoczyna się walka o przejęcie władzy w mafii.

## TVN

06:05 **Uwaga** - magazyn
06:20 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
06:50 **Milionerzy**
07:20 **Bunt** - serial, Polska
07:55 **Tajemnice miłości**
09:00 **Ten moment**
09:35 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarny
10:40 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
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 kulinarny
17:55 **Ukryta prawda**
19:00 **Fakty** - informacje
19:35 **Sport**
19:45 **Pogoda** - informacje
19:55 **Uwaga** - magazyn
20:10 **Doradca smaku**

SERIAL OBYCZAJOWY

20:15 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
20:55 **Milionerzy**
21:35 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
22:45 **Na pewno, być może** - film komedia, USA, Francja, Niemcy, Wielka Brytania, 2008, reż. Adam Brooks, wyk. Ryan Reynolds, Isla Fisher
00:55 **Szybko i wściekle** - film sensacyjny, USA, 2009, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Michelle Rodriguez, John Ortiz, Gal Gadot
03:15 **Uwaga** - magazyn
03:35 **Noc magii**

## POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:40 **Malanowski i Partnerzy**
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:20 **Interwencja**
13:40 **Trudne sprawy**
14:40 **Dlaczego ja?**
15:50 **Wydarzenia**
16:10 **Pogoda**
16:15 **Interwencja**
16:40 **Gliniarze**
17:40 **Sekrety rodziny**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:00 **Dlaczego nie**
Małgosia kończy studia na ASP w Warszawie. Jej marzeniem jest praca w agencji reklamowej. Zdobycie takiej posady nie jest jednak łatwe.

FILM PRZYGODOWY

22:10 **Czarownica**
W pewnym kalifornijskim miasteczku żyje Isabel, naiwna i pełna dobrych intencji czarownica. Urocza kobieta marzy o zwykłej rodzinie, kochającym mężu i domu pełnym dzieci. Pragnie też wyrzec się nadprzyrodzonej mocy. W tej samej miejscowości niejaki Jack, przystojny reżyser i aktor, chce zrealizować film o czarownicy wzorowany na popularnym amerykańskim serialu z lat 60.
00:25 **Dorwać byłą**
02:55 **Księżniczka i żołnierz**
04:40 **Disco Gramy**
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

## TVP Kultura

07:00 **Teledysk**
07:40 **Informacje kulturalne**
08:10 **Księga Przestrzeni**
08:50 **Alicja w miastach**
11:00 **Polskie drogi** - serial
12:40 **Moje życie w Wersalu** - film animowany
13:30 **Happy Olo pogodna ballada o Olku Dobie** - film dokumentalny, reż. Krzysztof Paweł Bogocz, Marcin Macuk
14:45 **Franciszek, kuglarz boży** - dramat
16:25 **Chce się żyć** - film obyczajowy, reż. Maciej Pieprzyca, wyk. Dawid Ogrodnik, Kamil Tkacz, Dorota Kolak, Arkadiusz Jakubik
18:30 **Informacje kulturalne**
18:55 **Serialowa nostalgia** - Dziewczyna i chłopak
20:00 **Teatr Telewizji** - Kobra
21:10 **Tamte lata, tamte dni** - Jerzy Kisielewski

FILM OBYCZAJOWY

21:50 **Kino Mistrzów - Zabicie świętego jelenia**
24:00 **Berlin Live** - Suzanne Vega - koncert, prod. Niemcy, 2016, reż. Hannes Rossacher
01:15 **Nocny dokument - Tęsknota za światłem** - film dokumentalny, prod. Niemcy, Chile, Hiszpania, Francja, 2010, reż. Patricio Guzman
03:05 **W trzy miesiące dookoła świata** - Zama - dramat
05:10 **Teledyski**
05:30 **Afisz kulturalny ekstra**
05:45 **Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl**
05:50 **Zakończenie**

## TV Puls

06:00 **Kobra - oddział specjalny**
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
rowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodu różnych życiowych zawirowań. Są to zarówno osoby starsze, potrzebujące środków do życia, jak i młode, które zastawiają na kilka dni laptop czy telefon.
11:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
12:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy

SERIAL OBYCZAJOWY

13:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
14:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
15:00 **Prawdziwe motywy** - serial kryminalny
16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska
17:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
20:00 **Dorwać Smarta**
22:10 **Weselna gorączka**
00:00 **Spring Breakers: Dzikie wakacje**
02:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
03:00 **Menu na miarę** - program kulinarny
03:40 **Taki jest świat**

## TVN 7

05:20 **Szpital** - program obyczajowy
06:20 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:25 **Idealna niania** - program obyczajowy
08:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:10 **Sprzątaczki** - program obyczajowy
11:55 **Szpital** - program obyczajowy
12:55 **SOS Ekipy w akcji**
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14:55 **Rozwód. Walka o wszystko**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy prod. Polska
17:00 **SOS Ekipy w akcji**
18:00 **Rozwód. Walka o wszystko**
19:00 **Ukryta prawda**

KOMEDIA

20:00 **Akademia policyjna V: Misja w Miami Beach** - film komedia, USA, 1988, reż. Alan Myerson, wyk. Matt McCoy, Janet Jones, George Gaynes, G.W. Bailey, René Auberjonois, Bubba Smith
22:10 **Prawdziwa jazda II** - film komedia, USA, 2016, reż. Tim Story, wyk. Kevin Hart, Ice Cube
00:15 **Kontrabanda** - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, Francja, 2012, reż. Baltasar Kormákur, wyk. Mark Wahlberg, Kate Beckinsale
02:30 **Druga strona medalu** - talk show
03:05 **Noc magii**

## TV 4

08:00 Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **11:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Szybcy i martwi **23:10** Noc oczyszczenia: Anarchia Kontynuacja przebojowego horroru o Ameryce przyszłości, pod rządami Nowych Ojców Założycieli raz do roku obchodzącej „noc oczyszczenia", podczas której morderstwo jest legalne. Tym razem śledzimy losy pięciorga bohaterów usiłujących przetrwać te 12 godzin w pogrążonym w mroku i bezprawiu Los Angeles. **01:25** Anatomia głupoty

## TV Trwam

**09:50** 100 cudownych miejsc **10:00** Informacje dnia **10:15** Rozmowy niedokończone **11:25** Myśląc Ojczyzna **11:35** Przyroda i ludzie **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Ziemia Obiecana **13:10** Muzyczne chwile **13:20** Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela" **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Cierpliwa ufność **15:30** Maryja z Nazaretu w Jej Zwiastowaniu **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Z wędką nad wodę w Polskę i Świat **16:35** Porady Medyczne Bonifratrów **17:00** Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu **19:25** Akademia pro-life **19:30** Przyjaciele i bohaterowie **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel



# piątek 5 sierpnia

## TVP 1

05:10 **Szpiedzy w Warszawie**
06:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
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**
08:35 **Ranczo** - serial obyczajowy
09:35 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:35 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:25 **Okrasa łamie przepisy** - Na jagody - magazyn kulinarny, reż. Tomasz Rostworowski
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **Magazyn Rolniczy**
12:55 **Natura w Jedynce**

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
15:00 **Wiadomości**
15:15 **Alarm!** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka**
16:05 **Przysięga** - serial obyczajowy
17:00 **Teleexpress**
17:20 **Kolarstwo**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:35 **Bolivar** - serial
22:30 **Człowiek ze złotym pistoletem** - film sensacyjny
00:35 **Kolarstwo**
00:50 **Każdego dnia** - dramat
02:35 **Boks** - Gala KnockOut Boxing Night
03:40 **S. W. A. T. - Jednostka specjalna** - serial

## TVP 2

05:05 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
05:30 **M jak miłość** - serial
06:20 **Anna Dymna - spotkajmy się**
06:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
07:30 **Pytanie na śniadanie**
10:35 **Panorama**
10:45 **Pytanie na śniadanie**
11:10 **Szlakiem Tour de Pologne** - reportaż
11:20 **Smaki świata** - magazyn kulinarny
11:50 **Złotopolscy** - telenowela
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
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 obyczajowy
19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
20:10 **Postaw na milion**
21:10 **Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022**
23:25 **Nie ma tego złego** - komedia romantyczna
01:10 **Na ringu z rodziną** - film fabularny
03:10 **Lekarka z rajskiej wyspy. Nagły wypadek** - film obyczajowy
04:55 **Rodzinka.pl** - serial

## TVN

06:20 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
06:50 **Milionerzy**
07:20 **Bunt** - serial, Polska
07:55 **Tajemnice miłości**
09:00 **Ten moment**
09:35 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
10:40 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
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 kulinarny
17:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
19:00 **Fakty**
19:30 **Sport**
19:40 **Pogoda**
19:50 **Uwaga!**

FILM SENSACYJNY

20:00 **Szybcy i wściekli V** - film sensacyjny, USA, 2011, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Tyrese Gibson, Chris 'Ludacris' Bridges
22:50 **Gniew Tytanów** - film przygodowy, USA, Hiszpania, 2012, reż. Jonathan Liebesman, wyk. Sam Worthington, Liam Neeson, Ralph Fiennes, Édgar Ramírez, Rosamund Pike, Bill Nighy
00:55 **Kuba Wojewódzki**
02:00 **Uwaga!** - magazyn prod. Polska
02:20 **Noc magii**
03:45 **Kto was tak urządził**

## POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:40 **Malanowski i Partnerzy**
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:20 **Interwencja**
13:40 **Trudne sprawy**
14:40 **Dlaczego ja?**
15:50 **Wydarzenia**
16:10 **Pogoda**
16:15 **Interwencja**
16:40 **Gliniarze**
17:40 **Sekrety rodziny**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:00 **Disco Hit Festiwal Kobylnica 2022**
23:35 **X-Men: Przeszłość która nadejdzie**
W niedalekiej przyszłości mutanci żyją w ciągłym zagrożeniu.

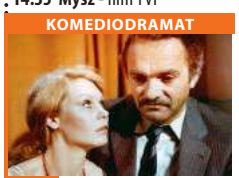
FILM PRZYGODOWY

02:20 **Dlaczego nie**
Małgosia kończy studia na ASP w Warszawie. Jej marzeniem jest praca w agencji reklamowej. Zdobycie takiej posady nie jest jednak łatwe. Aby zarobić na swoje utrzymanie, dziewczyna zaczyna rozwozić pizzę. Jej życie całkowicie się zmienia, gdy poznaje przystojnego Janka. Nie wie, że jest on prezesem firmy reklamowej, w której stara się o pracę. By zdobyć jego serce, musi się zmierzyć z Renatą i Ewą.
04:40 **Disco Gramy**
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

## TVP Kultura

07:00 **Teledysk**
07:40 **Informacje kulturalne** - informator kulturalny
08:10 **Tamte lata, tamte dni** - magazyn
08:55 **Chce się żyć** - film obyczajowy, reż. Maciej Pieprzyca, wyk. Dawid Ogrodnik, Kamil Tkacz, Dorota Kolak, Arkadiusz Jakubik, Anna Nehrebecka, Katarzyna Zawadzka, Mikołaj Roznerski, Anna Karczmarczyk, Janusz Chabior
11:00 **Polskie drogi** - serial
12:50 **Lato pszczół** - film krótkometrażowy, prod. Finlandia, 2021, reż. Ida - Maria Olva, wyk. Irina Pulkka, Jarmo Perälä, Miia Selin
13:30 **Pierre Richard** - komik dyskretny, prod. Francja, 2016, reż. Gregory Monro
14:35 **Mysz** - film TVP

KOMEDIODRAMAT



15:35 **Bo oszalałem dla niej** - komediodramat, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Zdzisław Wardejn, Gabriela Kownacka
17:30 **Scena muzyczna** - Brass Federacja - koncert
18:30 **Informacje kulturalne**
18:50 **Reżyserzy**
20:00 **Komediowe lato - U Pana Boga za miedzą** - komedia
22:05 **Bilet na księżyc** - film dokumentalny
23:25 **Kino Mistrzów** - Zabicie świętego jelenia
01:35 **Noc krótkich filmów** - Czary Mary Mama - dramat
01:55 **Noc krótkich filmów** - O Matko!

## TV Puls

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
11:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
12:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial
13:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
14:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
15:00 **Prawdziwe motywy** - serial kryminalny

SERIAL OBYCZAJOWY

16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska
17:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
20:00 **Sabotaż**
22:05 **Zabójcza przesyłka**
00:05 **Zemsta w Bangkoku**
02:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
02:55 **Menu na miarę** - program kulinarny
03:30 **Z archiwum policji** - serial dokumentalny
04:00 **Taki jest świat** - program informacyjny
04:55 **Menu na miarę** - program kulinarny
05:30 **Dyżur** - serial dokumentalny

## TVN 7

05:20 **Szpital** - program obyczajowy
06:20 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:25 **Idealna niania** - program obyczajowy
08:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:10 **Sprzątaczki** - program obyczajowy
11:55 **Szpital** - program obyczajowy
12:55 **SOS Ekipy w akcji**
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14:55 **Rozwód. Walka o wszystko**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **SOS Ekipy w akcji**
18:00 **Rozwód. Walka o wszystko**
19:00 **Ukryta prawda**

FILM OBYCZAJOWY

20:00 **Ukryte piękno** - film obyczajowy, USA, 2016, reż. David Frankel, wyk. Will Smith, Edward Norton, Kate Winslet, Michael Pena, Helen Mirren, Naomie Harris
22:15 **Król Skorpion** - film przygodowy, USA, Niemcy, Belgia, 2002, reż. Chuck Russell, wyk. The Rock, Steven Brand, Michael Clarke Duncan
00:00 **Wojna Charliego Wilsona** - film obyczajowy, USA, Niemcy, 2007, reż. Mike Nichols, wyk. Tom Hanks, Julia Roberts, Philip Seymour Hoffman, Amy Adams, Ned Beatty
02:15 **Druga strona medalu**

## TV 4

06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. Pomagają mu w tym inni agenci na czele z Jimmym Trivettem (Clarence Gilyard Jr.) oraz pani prokurator Alex Cahill Walker (Sheree J. Wilson). **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **11:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy **20:00** Gwiazdy Kabaretu **21:00** Wielka Ucieczka **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:05** Motel 2: Pierwsze cięcie **01:55** Śmierć na 1000 sposobów **02:25** Disco Polo

## TV Trwam

**12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Ziemia Obiecana **13:15** Hostia stała się Ciałem, wino stało się Krwią **13:30** Msza święta **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Zrozumieć Antycywilizacje **14:55** Słowo życia **15:00** Modlitwa **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** Życie z Pasją **17:25** Święty na każdy dzień **17:30** Geopolityka **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Westerplatte Młodych **19:00** Warto zauważyć.... **19:30** Opowieści Theo **19:45** Modlitwa **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel Jasnogórski



eprasa.pl 8314b3fc5f

# sobota 6 sierpnia

## TVP 1

**04:40 Klan** - telenowela
**06:00 Magazyn Ekspresu Reporterów**
**07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
**07:40 Rok w ogrodzie**
**08:05 Rok w ogrodzie Extra** - magazyn
**08:20 Wojsko - polskie.pl**
**08:45 Pełnosprawni** - magazyn dla niepełnosprawnych
**09:15 Sprawa dla reportera**
**10:10 Fascynujący świat** - Kromdraai. Kolebka ludzkości - film dokumentalny, prod. Francja, 2020, reż. Cedric Robion
**11:15 Rolnik szuka żony** - reality show
**12:15 Shalako** - film fabularny, prod. Wielka Brytania, 1968
**14:10 Z pamięci** - felieton

MAGAZYN KULINARNY

**14:25 Okrasa łamie przepisy** - magazyn kulinarny
**15:00 Komisarz Alex**
**16:00 Lekkoatletyka** - Diamentowa Liga - Memoriał Kamili Skolimowskiej, Chorzów
**17:00 Teleexpress**
**17:20 Pogoda**
**17:30 Jaka to melodia?**
**18:30 Wojenne dziewczyny**
**19:15 Tour de Pologne**
**19:30 Wiadomości**
**20:10 Alarm!** - magazyn
**20:35 Bolivar** - serial
**21:30 Hit na sobotę - Przykładny obywatel** - film
**23:40 Cztery wesela i pogrzeb**
**01:45 Wojna imperiów**

## TVP 2

**05:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
**07:00 Dla niesłyszących** - M jak miłość - serial
**07:55 Pytanie na śniadanie**
**11:40 Rodzinny ekspres** - magazyn
**12:20 Kino familijne - Superpies** - komedia, prod. USA, 1995, reż. Aaron Norris
**14:00 Familiada** - teleturniej
**14:35 Koło fortuny** - teleturniej
**15:15 Szansa na sukces. Opole 2022** - widowisko
**16:20 Na dobre i na złe**
**17:20 Smaki świata**
**17:45 Słowo na niedzielę**
**18:00 Panorama**
**18:15 Va Banque** - teleturniej
**18:40 Postaw na milion**
**19:35 Lajk!**
**20:00 Film fabularny**
**21:45 Hity wszech czasów**

DRAMAT

**22:55 Regulamin zabijania** - dramat sensacyjny, prod. Kanada, Niemcy, USA, 2000, reż. William Friedkin, wyk. Tommy Lee Jones, Samuel L. Jackson, Ben Kingsley, Blair Underwood
**01:10 Ocean desperacji** - thriller, prod. USA, 2016, reż. Phil Volken, wyk. Eion Bailey, Bethany Joy Lenz, Danny Glover
**03:10 Nie ma tego złego** - komedia romantyczna, prod. Belgia, Francja, 2017, reż. Valerie Lemercier
**04:50 Rodzinka.pl** - serial
**05:15 Zakończenie**

## TVN

**06:20 Uwaga!**
**06:35 Ukryta prawda** - program obyczajowy
**07:30 Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
**08:25 Kobieta na krańcu świata** - program
**09:00 Dzień Dobry Wakacje**
**11:30 Na Wspólnj** - serial, Polska
**13:30 MasterChef Junior**
**15:10 Totalne remonty Szelągowskiej**
**16:15 Weekendowa metamorfoza**
**17:20 Kobieta na krańcu świata**
**17:55 Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
**19:00 Fakty**
**19:25 Sport**
**19:35 Pogoda**
**19:45 Uwaga!**

KOMEDIA

**20:00 Podatek od miłości** - film komedia, Polska, 2017, reż. Bartłomiej Ignaciuk, wyk. Aleksandra Domańska, Grzegorz Damięcki, Roma Gąsiorowska, Michal Czernecki, Anna Smołowik, Ewa Gawryluk, Zbigniew Zamachowski, Magdalena Różczka
**22:25 Pitch Perfect II** - film komedia, USA, 2015, reż. Elizabeth Banks, wyk. Anna Kendrick
**00:40 Ucieczka z NowegoJorku** - film S-F, USA, 1981, reż. John Carpenter
**02:45 Uwaga!**
**03:05 Noc magii**
**04:30 Kto was tak urządził**

## POLSAT

**06:00 Nowy dzień z Polsat**
**08:30 Tedi i mapa skarbów**
**10:10 Ewa gotuje**
**10:40 Bogate dzieciaki bez kasy**
**11:40 Bogaty Dom - Biedny Dom**
**12:45 Górale**
**13:45 Drwale i inne opowieści Bieszczadu**
**14:40 Rolnicy. Podlasie**
**15:45 Więzienie**
**17:45 Chłopaki do wzięcia**
**18:50 Wydarzenia**
**19:15 Prezydenci i Premierzy**
**19:45 Sport**
**19:55 Pogoda**
**20:05 Doda czy Dorota? Rabczewska jakiej nie znacie!**
**21:10 Obcy: Przymierze** Statek osadniczy dociera na nieznaną planetę, która wydaje się być prawdziwym rajem dla człowieka.

FILM PRZYGODOWY

**23:40 Niesamowity Spider-Man 2** Wspaniale jest być Spider-Manem. Dla Petera Parkera nic nie może się równać z uczuciem, jakiego doświadcza, kiedy kołysze się między drapaczami chmur, będąc bohaterem, lub spędzając czas z Gwen Stacy. Lecz bycie Spider-Manem ma swoją cenę: tylko Spider-Man może ochronić Nowojorczyków przed budzącymi grozę złoczyńcami, którzy zagrażają miastu.
**02:45 Świat według Kiepskich**
**04:05 Kabarety**
**04:40 Disco Gramy**

## TVP Kultura

**07:00 Scena muzyczna**
**08:00 Informacje kulturalne** - informator kulturalny
**08:25 Słowobranie** - magazyn
**09:00 Paul Gauguin** - Daleka droga do raju - film dokumentalny
**10:10 Tamte lata, tamte dni** - Maja Komorowska
**10:50 Serialowa nostalgia** - Czterdziestolatek - serial
**13:00 Czytelnia Biblioteki Narodowej** - reportaż
**13:30 Komediowe lato** - U Pana Boga za miedzą - komedia
**15:40 Muzyka Skalnego Podhala**
**16:05 Retro kino - Rudzielec** - dramat, prod. Francja, 1932, reż. Julien Duvivier, wyk. Robert Lynen
**17:50 Co dalej?** - program publicystyczny
**18:25 Legendy Rocka**
**19:30 Informacje kulturalne**

FILM OBYCZAJOWY

**20:00 Bilet do kina - Do zakochania jeden krok** - film obyczajowy, prod. Wielka Brytania, 2017, reż. Richard Locraine, wyk. Imelda Staunton, Timothy Spall, Celia Imrie
**22:00 Dziedziniec Kultury NCK** - Józef Skrzek
**23:40 Mocne Kino** - Salvador - film fabularny
**01:50 Co dalej?** - program publicystyczny
**02:30 Informacje kulturalne** - informator kulturalny
**03:00 Kino nocne** - Hitler kontra Picasso - film
**04:45 Fotograf wojny** - film dokumentalny
**05:55 Zakończenie**

## TV Puls

**06:00 Castle** - serial kryminalny Poszukujący inspiracji pisarz otrzymuje pozwolenie na przyłączenie się do jednego zespołu z wydziału zabójstw nowojorskiej policji.
**07:00 Taki jest świat** - program informacyjny
**08:00 Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodu różnych życiowych zawirowań.
**20:00 Mocne sobotnie kino: Demonstracja siły**

THRILLER

**22:00 22 kule** Emerytowany gangster postanawia zemścić się na przyjacielu po tym, jak zostaje napadnięty i pozostawiony przez jego ludzi z 22 kulami w ciele.
**00:25 Nikita**
**02:40 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę** - program kulinarny
**03:05 Na jedwabnym szlaku**
**03:45 Taki jest świat** - program informacyjny prod. Polska
**04:20 Menu na miarę** - program kulinarny prod. Polska
**05:00 Dyżur** - serial dokumentalny

## TVN 7

**05:05 Szkoła**
**06:05 Wiza na miłość 5**
**07:00 Wyluzuj, Scooby Doo!** - serial animowany, USA
**07:35 Młodzi Tytani: Akcja! Film** - film przygodowy, USA, 2018, reż. Aaron Horvath, Peter Rida Michail, wyk. Greg Cipes, Scott Menville, Khary Payton, Tara Strong, Will Arnett, Nicolas Cage
**09:20 Ukryta prawda** - program obyczajowy
**13:35 Dziewczyna i chłopak, wszystko na opak** - film komedia, USA, 2010, reż. Rob Reiner, wyk. Madeline Carroll, Callan McAuliffe, Rebecca De Mornay, Anthony Edwards, John Mahoney, Penelope Ann Miller
**15:30 Goonies** - film przygodowy

KOMEDIA

**17:55 Akademia policyjna V: Misja w Miami Beach** - film komedia, USA, 1988, reż. Alan Myerson, wyk. Matt McCoy, Janet Jones, George Gaynes, G.W. Bailey
**20:00 Hellboy II: Złota armia** - film przygodowy, USA, Niemcy, 2008, reż. Guillermo Del Toro, wyk. Ron Perlman, Selma Blair, Doug Blair, Seth MacFarlane, Luke Goss
**22:40 Operacja „Deszcz"** - film S-F, Australia, 2020, reż. Luke Sparke, wyk. Temuera Morrison
**01:10 Tajemnice pól śmierci**
**02:15 Druga strona medalu**

## TV 4

**06:00** Galileo - popularno-naukowy **11:00** Dziewczyny z drużyny 3 Britney wraz ze swoją drużyną cheerleaderek startuje w konkursie, w którym nagrodą będzie występ w teledysku Rihanny.
**13:05** Przypadkowy mąż Terapeutka par i autorka popularnego programu radiowego, doktor Emma Lloyd, słynie ze zdroworozsądkowego podejścia do związków, które zaleca budować na bardziej solidnych podstawach niż namiętność czy - uważana przez nią za mit - romantyczna miłość. **15:00** STOP Drogówka
**17:00** Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy prod. Polska **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:00** Snajper: Kolejne starcie **01:55** Śmierć na 1000 sposobów

## TV Trwam

**06:05** Pierre Teilhard de Chardin **07:00** Filmowe życiorysy. Mój dziadek 1 września 1939 - Zygmunt Rypiński **07:50** Kartka z kalendarza - Powstanie Warszawskie **07:55** Poczet Wielkich Polaków **08:00** Informacje dnia **08:15** Westerplatte Młodych
**08:55** Słowo życia **09:00** Głos serca **09:45** Muzyczne chwile **10:00** Informacje dnia **10:15** Retrospekcja **10:20** Cudowna Pani w bukowskim obrazie **10:40** Polski Punkt Widzenia **11:00** Ocalić od zapomnienia
**11:15** 14. Dziękczynienie w Rodzinie **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Święty na każdy dzień **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Informacje dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Głos serca **22:45** Katedra w Chartres - święta geometria **23:50** Muzyczne chwile **00:00** Słowo życia



# niedziela 7 sierpnia

## TVP 1

**04:40 Klan** - telenowela
**05:05 Sprawa dla reportera**
**06:00 Słownik polsko@polski** - talk - show
**06:25 Wojsko - polskie.pl**
**06:55 Słowo na niedzielę**
**07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia**
**08:00 Tydzień**
**08:30 Zakochaj się w Polsce** - magazyn
**09:05 Weterynarze z sercem**
**09:40 Człowiek ze złotym pistoletem** - film
**11:55 Między ziemią a niebem**
**12:00 Anioł Pański**
**12:15 Między ziemią a niebem**
**12:50 Więcej niż solidarni** - cykl reportaży
**13:15 BBC w Jedynce** - Szpiedzy wśród zwierząt
**14:15 Z pamięci** - felieton
**14:25 Przyrodnik na tropie**

SERIAL KRYMINALNY

**14:50 Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
**15:40 Jan Serce** - serial
**17:00 Teleexpress**
**17:20 Pogoda**
**17:30 Jaka to melodia?**
**18:30 Wojenne dziewczyny**
**19:25 Sport**
**19:30 Wiadomości**
**20:05 Pogoda**
**20:15 Bolivar** - serial
**21:15 Zakochana Jedynka - Światło między oceanami** - dramat, prod. Nowa Zelandia, Wielka Brytania, USA, 2016
**23:35 Wojna imperiów**
**01:50 Przykładny obywatel** - film fabularny
**03:55 Film dokumentalny**
**04:50 Z pamięci** - felieton

## TVP 2

**05:20 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
**07:00 Dla niesłyszących** - M jak miłość - serial
**07:55 Pytanie na śniadanie**
**11:35 Polska od kuchni** - Miss Wdzięku - widowisko
**12:05 Kino familijne** - Bella i Sebastian - Film familijny, prod. Francja, 2013, reż. Nicolas Vanier, wyk. Flix Bossuet, Tchky Karyo, Margaux Chtelier
**14:00 Familiada** - teleturniej
**14:35 Koło fortuny** - teleturniej
**15:15 Szansa na sukces. Opole 2022** - widowisko muzyczne
**16:15 Big Music Quiz** - teleturniej muzyczny
**17:05 Lajk!**
**17:25 Rodzinka.pl** - serial komediowy
**18:00 Panorama**
**18:15 Va Banque** - teleturniej

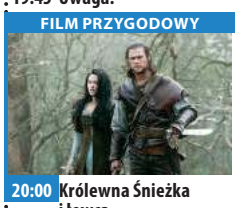
SERIAL FABULARYZOWANY

**18:50 Na sygnale** - serial fabularyzowany
**20:00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022** - Stężyca - Hity wszech czasów
**23:25 Kino bez granic - Nie jesteś sobą** - dramat obyczajowy, prod. USA, 2014, reż. George C. Wolfe, wyk. Emmy Rossum
**01:20 Film fabularny**
**03:10 Moja krew** - dramat, reż. Marcin Wrona, wyk. Eryk Lubos, Luu De Luy, Wojciech Zieliński, Marek Piotrowski, Krzysztof Kolberger
**04:50 Zakończenie**

## TVN

**05:10 Uwaga!**
**05:30 Ukryta prawda** - program obyczajowy
**06:25 Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
**07:25 Nowa Maja w ogrodzie**
**07:55 Akademia ogrodnika**
**08:00 Ślub od pierwszego wejrzenia**
**09:00 Dzień Dobry Wakacje**
**11:31 Weekendowa metamorfoza**
**12:35 Co za tydzień** - magazyn
**13:20 Mask Singer**
**14:50 Niania i wielkie bum** - film rodzinny, USA, Francja, Wielka Brytania, 2010, reż. Susanna White, wyk. Ralph Fiennes
**17:15 Kopciuszek: Roztańczona historia** - film komedia, USA, Kanada
**19:00 Fakty**
**19:45 Uwaga!**

FILM PRZYGODOWY



**20:00 Królewna Śnieżka i łowca** - film przygodowy, USA, 2012, reż. Rupert Sanders, wyk. Kristen Stewart, Chris Hemsworth, Charlize Theron, Sam Clafin, Bob Hoskins, Ian McShane, Ray Winstone, Eddie Marsan
**22:45 Atak na posterunek** - film sensacyjny, USA, Francja, 2005, reż. Jean-François Richet, wyk. Ethan Hawke, Laurence Fishburne, Gabriel Byrne, Maria Bello, Drea de Matteo
**01:00 Kuchenne rewolucje**
**02:00 Uwaga!**
**02:20 Noc magii** - program ezoteryczny prod. Polska

## POLSAT

**06:00 Nowy dzień z Polsat News**
**09:00 Ciągnie świnki do... wilkołaka** Heimlich, Dieter i Chef to trzy małe świnki które mieszkają w jednym domu. Pewnego dnia Duży zły wilk wprowadza się do sąsiedniego domu. Heimlich widzi jak jego nowemu sąsiadowi wypadają przypadkowo noże z torby.
**09:20 Mikołajek** - film przygodowy Mikołajek to chłopiec, który ma wielu przyjaciół oraz mnóstwo energii do zabawy. I jak to zwykle bywa ze świetnymi pomysłami małych chłopców, dorośli nie wiadomo dlaczego uważają je za zupełnie nieodpowiednie.
**11:05 Doktor Dolittle**

FILM PRZYGODOWY

**13:00 Kung Fu Panda 3** Po spotyka swego dawno zaginionego ojca i obaj wyruszają do sekretnej krainy pand, gdzie poznają nowych, przezabawnych bohaterów.
**15:00 Indiana Jones i królestwo kryształowej czaszki**
**17:40 Nasz Nowy Dom** - magazyn
**18:50 Wydarzenia**
**19:25 Gość wydarzeń**
**20:00 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni**
**22:00 Cenny ładunek**
**00:05 Obcy: Przymierze**
**02:40 Świat według Kiepskich**
**04:05 Kabarety**
**04:40 Disco Gramy**

## TVP Kultura

**06:50 Kalina Jędrusik** - program muzyczny
**07:35 Piosenki z programu „Wieczorny gość"** - Kalina Jędrusik
**08:00 Liturgia prawosławna z cerkwi w Sokółce**
**09:05 Z przytupem** - Trojak - widowisko kameralne
**09:35 Animama** - serial
**10:15 Trzeci punkt widzenia** - program publicystyczny
**10:55 Serialowa nostalgia** - Nemocnice na kraji mesta. Szpital na peryferiach
**12:05 Zew krwi** - film fabularny, prod. Norwegia, Włochy, Wielka Brytania, Hiszpania, Francja
**14:05 Bilet do kina** - Do zakochania jeden krok - film
**16:10 Kromer Festival Biecz**
**17:15 Niedziela z... tajemniczą dziewczyną**
**19:30 Informacje kulturalne**

FILM FABULARNY

**20:00 Aleksander Wielki** - film fabularny, prod. USA, 1956, reż. Robert Rossen, wyk. Richard Burton, Frederic March, Claire Bloom
**22:25 Trzeci punkt widzenia** - program publicystyczny
**23:05 Paul Gauguin** - Daleka droga do raju
**00:10 Ostatnia rodzina** - dramat
**02:25 Informacje kulturalne**
**02:50 Mocne Kino** - Salvador - film fabularny
**04:55 Leć, ptaszku, leć. Opowieść o węgierskich domach tańca**
**05:55 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl**

## TV Puls

**07:40 Wielkie wakacje**
**09:30 Gamoń**
**11:45 Ace Ventura: Zew natury** Ekscentryczny detektyw wyrusza na misję do jednej z afrykańskich wiosek. Musi odnaleźć białego nietoperza czczonego przez lokalne plemię.
**13:40 Goście, goście** W wyniku pomyłki czarnoksiężnika dwunastowieczny rycerz Godfryd de Montmirail oraz jego wierny giermek, Jacquouille, zostają przeniesieni do XX wieku.
**15:50 Dorwać Smarta** Para tajnych agentów planuje unieszkodliwić członków zbrodniczej organizacji, by ocalić świat przed rządami terroru.
**18:00 XX Mazurska Noc Kabaretowa**

FILM PRZYGODOWY

**20:00 Niedziela z gwiazdami: Igrzyska śmierci: Kosogłos** Katniss Everdeen niechętnie staje się symbolem buntu ludności przeciwko władzy autokratycznego Kapitolu.
**22:40 xXx** Xander Cage, miłośnik sportów ekstremalnych, zostaje zwerbowany przez amerykański rząd i jako tajny agent udaje się z misją do Pragi.
**01:10 Wojenny biznes**
**03:25 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę** - program kulinarny
**03:55 Napisała: Morderstwo**

## TVN 7

**05:05 Szkoła**
**06:05 Wiza na miłość**
**07:00 Wyluzuj, Scooby Doo!** - serial animowany, USA
**07:30 Ten moment**
**08:00 Babe: Świnka z klasą** - film rodzinny, Australia, USA, 1995, reż. Chris Noonan, wyk. James Cromwell, Magda Szubanski, Zoe Burton, Wade Hayward, Christine Cavanaugh, Miriam Margolyes, Danny Mann, Hugo Weaving
**10:05 Ukryta prawda** - program obyczajowy
**13:15 Dennis rozrabiaka** - film komedia, USA, 1993, reż. Nick Castle, wyk. Walter Matthau, Mason Gamble, Joan Plowright, Christopher Lloyd, Lea Thompson, Paul Winfield
**15:20 Teoria wszystkiego** - film obyczajowy

FILM S-F

**17:55 Wehikuł czasu** - film S-F, USA, 2002, reż. Simon Wells, wyk. Guy Pearce, Mark Addy, Phyllida Law, Sienna Guillory, Orlando Jones, Samantha Mumba
**20:00 Niepamięć** - film S-F, USA, 2013, reż. Joseph Kosinski, wyk. Tom Cruise, Morgan Freeman, Olga Kurylenko
**22:45 Noc oczyszczenia: Czas wyboru** - film sensacyjny, USA, Japonia, 2016, reż. James DeMonaco, wyk. Frank Grillo, Elizabeth Mitchell, Mykelti Williamson
**00:55 Tajemnice pól śmierci** - dokument

## TV 4

**07:00** Liczę, więc jestem **09:00** Galileo **11:00** Dziewczyny z drużyny 4 Na obóz Spirit Thunder przyjeżdżają najlepsze drużyny cheerleaderek z całych Stanów Zjednoczonych. Celem zgrupowania jest wyłonienie zwycięskiego teamu, który będzie reprezentował kraj na międzynarodowych zawodach.
**13:00** Nie można pocałować panny młodej **15:05** Stalingrad Wiosną 1942 r. armia niemiecka posuwa się w głąb Związku Radzieckiego, zmierzając w kierunku Stalingradu. Hitler nie docenia wytrzymałości Armii Czerwonej i jest przekonany, że zdobędzie miasto najpóźniej jesienią.
**18:00** Gwiazdy Kabaretu **20:00** Policjantki i Policjanci **21:40** Podróże z diabłem **23:40** 102 minuty, które zmieniły Amerykę **02:05** Ucho Prezesa

## TV Trwam

**10:35** Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela" **10:40** Samuraj Chrystusa **12:00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem **12:15** Papież Polak do Rodaków **12:35** Słowo życia **12:40** „Jan Paweł II Brat naszego Boga" - Koncert z Kościoła pw. Św. Brata Alberta w Krakowie
**14:40** Lasy bliżej nas **15:00** Wieś - to też Polska **16:00** Informacje dnia **16:10** Koncert życzeń **16:45** Prawda a Historia **17:00** Zostań Żołnierzem RP **17:15** Sekrety mnichów **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** Opowieści z Księgi Cnót **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Każde życie jest cudem **21:00** Apel



eprasa.pl 8314b3fc5f

# poniedziałek 8 sierpnia

## TVP 1

05:10 **Przysięga** - serial
06:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
07:30 **Okiem Wiary** - magazyn
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:40 **Ranczo** - serial obyczajowy
09:45 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:40 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:30 **Leśniczówka** - serial obyczajowy
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **Magazyn Rolniczy**
12:50 **BBC w Jedynce** - Szpiedzy wśród zwierząt II cz. 2. Północ

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
15:00 **Wiadomości**
15:15 **Alarm!** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka**
16:05 **Przysięga** - serial
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?**
17:55 **Wojenne dziewczyny**
18:55 **Jeden z dziesięciu**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:30 **Leśniczówka** - serial
21:05 **Bolivar** - serial
22:05 **Ekstradycja** - serial
23:10 **Świat bez fikcji** - Liban. Wybuch gniewu - film
00:15 **Światło między oceanami** - dramat
02:30 **Mściciel** - film akcji
04:05 **Sfora**

## TVP 2

05:00 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
05:30 **M jak miłość** - serial
06:25 **Pasterz** - serial dokumentalny
06:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
07:30 **Pytanie na śniadanie**
10:35 **Panorama**
10:45 **Pytanie na śniadanie**
11:15 **Złotopolscy** - telenowela
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
16:00 **Koło fortuny** - teleturniej
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:15 **Zakazany owoc**
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej

SERIAL OBYCZAJOWY

18:45 **Zranione ptaki** - serial obyczajowy
19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy prod. Polska
20:10 **Miłość w Indiach**
22:00 **Randka w ciemno** - komedia, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Katarzyna Maciąg, Borys Szyc, Lesław Żurek, Anna Dereszowska, Zbigniew Zamachowski
23:45 **O mnie się nie martw** - serial komediowy prod. Polska
00:45 **American Honey** - film obyczajowy
03:35 **Nie jesteś sobą** - dramat obyczajowy
05:25 **Zakończenie**

## TVN

06:00 **Uwaga!**
06:15 **Nowa Maja w ogrodzie**
06:40 **Akademia ogrodnika**
06:50 **Co za tydzień** - magazyn
07:20 **Bunt** - serial, Polska
07:55 **Tajemnice miłości**
09:00 **Ten moment**
09:35 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
10:40 **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!**
20:10 **Doradca smaku**
20:15 **Na Wspólnej** - serial

PROGRAM ROZRYWKOWY

20:55 **Milionerzy** - program rozrywkowy prod. Polska
21:35 **Od kołyski aż po grób** - film sensacyjny, USA, 2003, reż. Andrzej Bartkowiak, wyk. Jet Li, DMX, Anthony Anderson, Kelly Hu, Tom Arnold, Marc Dacascos
23:40 **Ślub od pierwszego wejrzenia**
00:45 **Co za tydzień** - magazyn
01:30 **Wewnętrzny wróg** - serial, USA
02:30 **Uwaga!**
02:50 **Noc magii**
04:10 **Kto was tak urządził**

## POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:40 **Malanowski i Partnerzy**
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:20 **Interwencja**
13:40 **Trudne sprawy**
14:40 **Dlaczego ja?**
15:50 **Wydarzenia**
16:10 **Pogoda**
16:15 **Interwencja**
16:40 **Gliniarze**
17:40 **Sekrety rodziny**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:00 **MEGA HIT - Niezniszczalni** Barney Ross dowodzi grupą najemników specjalizujących się w misjach, których inni nie mają odwagi podjąć.

FILM OBYCZAJOWY

22:15 **Ciacho** Basia to dziewczyna, która potrafi rzucić na kolana niejednego strongmana. Tymczasem jej bracia są... trochę inni. Dawid - zna się na modzie lepiej od Beckhama, Karolek - marzy by być jak Rambo i walczyć niczym Ninja. Krzyś - to pantoflarz i doskonały kucharz w jednym, który żyje na zwolnionych obrotach.
00:55 **Indiana Jones i królestwo kryształowej czaszki**
03:30 **Świat według Kiepskich** - serial komediowy
04:15 **Kabaretowa Ekstraklasa**

## TVP Kultura

07:00 **Teledyski**
07:55 **Wydarzenie aktualne**
08:25 **Co dalej?** - program publicystyczny
09:05 **Bo oszalałem dla niej** - komediodramat
11:00 **Polskie drogi** - serial
12:40 **Na kredyt** - film
13:30 **Reżyserzy**
14:30 **Drzazgi** - film obyczajowy, reż. Maciej Pieprzyca, wyk. Karolina Piechota, Antoni Pawlicki, Marcin Hycnar, Krzysztof Ogłoza, Michał Pieczatowski
16:30 **Salto** - dramat, reż. Tadeusz Konwicki, wyk. Zbigniew Cybulski, Jerzy Block, Włodzimierz Boruński, Gustaw Holoubek, Marta Lipińska, Andrzej Łapicki
18:30 **Informacje kulturalne**
18:55 **Serialowa nostalgia** - Dziewczyna i chłopak - serial TVP

MELODRAMAT

20:00 **Kultura jest kobietą - Kochanica Francuza** - melodramat
22:10 **Powidoki** - program publicystyczny
22:40 **Kobiety za kamerą** - cykl dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2019, reż. Mark Cousins
23:55 **Aleksander Wielki** - film fabularny
02:20 **Informacje kulturalne**
02:50 **Kino nocne** - McQueen - film dokumentalny
05:00 **Tamte lata, tamte dni** - magazyn
05:35 **Afisz kulturalny ekstra**
05:50 **Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl**
05:53 **Zakończenie**

## TV Puls

06:00 **Kobra - oddział specjalny** Serial o niemieckich policjantach, którzy patrolują autostradę wiodącą ze wschodu na zachód Europy. W swojej pracy spotykają przemytników, handlarzy narkotyków i wiele innych podejrzanych osób.
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
11:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
12:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
13:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
14:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
15:00 **Prawdziwe motywy** - serial kryminalny
16:00 **Rodzinny interes** - serial

SERIAL OBYCZAJOWY

17:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
20:00 **Poniedziałkowy Hit: 16 przecznic**
22:00 **Sabotaż**
00:05 **Brick Mansions. Najlepszy z najlepszych**
02:00 **Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat** - program informacyjny prod. Polska
03:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
04:00 **Menu na miarę** - program kulinarny
05:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska

## TVN 7

05:20 **Szpital** - program obyczajowy
06:20 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:25 **Idealna niania** - program obyczajowy
08:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:10 **Sprzątaczki** - program obyczajowy
11:55 **Szpital** - program obyczajowy
12:55 **SOS Ekipy w akcji**
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14:55 **Rozwód. Walka o wszystko**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **SOS Ekipy w akcji**
18:00 **Rozwód. Walka o wszystko**
19:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
20:00 **Operacja Dunaj** - film

FILM PRZYGODOWY

22:15 **Hellboy II: Złota armia** - film przygodowy, USA, Niemcy, 2008, reż. Guillermo Del Toro, wyk. Ron Perlman, Selma Blair, Doug Blair, Seth MacFarlane, Luke Goss, John Hurt Hellboy musi stawić czoła zbudzonej przez okrutnego księcia armii niepokonanych bestii.
00:45 **Vendetta** - film sensacyjny, prod. USA, 2015, reż. Jen Soska, Sylvia Soska, wyk. Dean Cain, Paul Wight, Benjamin Hollingsworth, Michael Eklund
02:40 **Noc magii**

## TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **11:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Lake Placid: Dziedzictwo **23:00** Wzór Agent FBI Don Eppes pracuje nad szczególnie trudnymi sprawami. Właśnie próbuje rozwikłać kolejną, ale mu się to nie udaje. Z pomocą przychodzi mu jego brat Charlie - genialny matematyk. Wspólnie udaje im się rozwikłać pierwszą sprawę. **00:55** Anatomia głupoty **01:25** Śmierć na 1000 sposobów **02:25** Ucho Prezesa **02:50** SuperLudzie

## TV Trwam

**09:30** Opowieści z Księgi Cnót **10:00** Informacje dnia **10:15** Rozmowy niedokończone **11:20** Stan Bezpieczeństwa Państwa **11:30** Przyroda w Obiektywie **11:45** 100 cudownych miejsc na świecie **11:55** Święty na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz - 10 przykazań **13:20** Muzyczne chwile **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Próba wiary **15:15** Ojciec Klemens Vismara **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Sanktuaria polskie **16:30** Zew natury **16:55** Słowo życia **17:00** Świadkowie **17:25** Święty na każdy dzień **17:30** Poniedziałkowe Spotkanie RRM w par. pw. Nawiedzenia NMP **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel



# wtorek 9 sierpnia

## TVP 1

05:10 **Przysięga** - serial obyczajowy
06:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
07:30 **Kościół z bliska**
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:40 **Ranczo** - serial obyczajowy
09:40 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:40 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:30 **Leśniczówka** - serial obyczajowy
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **Magazyn Rolniczy**
12:55 **Natura w Jedynce** - Największe cuda natury

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
15:00 **Wiadomości**
15:15 **Alarm!** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka**
16:05 **Przysięga** - serial
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?**
17:55 **Wojenne dziewczyny**
18:55 **Jeden z dziesięciu**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:30 **Leśniczówka** - serial
21:05 **Bolivar** - serial
22:00 **Ekstradycja** - serial
23:10 **Ocaleni** - reality show
00:15 **Następcy parszywej dwunastki** - film akcji
01:50 **Święci i żołnierze: credo spadochroniarza** - dramat wojenny

## TVP 2

05:35 **M jak miłość** - serial
06:25 **Kaplica w Stawigudzie** - reportaż
06:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
07:30 **Pytanie na śniadanie**
07:55 **Pytanie na śniadanie**
10:35 **Panorama**
10:45 **Pytanie na śniadanie**
11:15 **Złotopolscy** - telenowela
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
16:00 **Koło fortuny**
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:15 **Zakazany owoc**
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej
18:45 **Zranione ptaki** - serial

SERIAL OBYCZAJOWY

19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
20:10 **Pojedynek na pustyni** - thriller, prod. USA
21:55 **Transcendencja** - film science fiction, prod. USA, 2014, reż. Wally Pfister, wyk. Johnny Depp, Rebecca Hall, Morgan Freeman, Paul Bettany, Cillian Murphy
00:05 **Ludzkie historie - A co jeśli nic?** film dokumentalny, reż. Monika Krupa
01:00 **Miłość w Indiach**
02:50 **Slow News** - film dokumentalny
03:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
04:55 **Zakończenie**

## TVN

06:05 **Uwaga!**
06:20 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
06:50 **Milionerzy**
07:20 **Bunt** - serial, Polska
07:55 **Tajemnice miłości**
09:00 **Ten moment**
09:35 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
10:40 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:40 **Doradca smaku**
11:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12:55 **Tajemnice miłości**
14:00 **Ukryta prawda**
16:10 **Ten moment**
16:45 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
19:00 **Fakty**
19:55 **Uwaga!**
20:10 **Doradca smaku**

SERIAL OBYCZAJOWY

20:15 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
20:55 **Milionerzy**
21:35 **Chiński zodiak** - film przygodowy, Hong Kong, Chiny, 2012, reż. Jackie Chan, wyk. Jackie Chan, Sang-Woo Kwon, Xingtong Yao, Laura Weissbecker, Oliver Platt
23:50 **Kuba Wojewódzki**
00:55 **Zabójcza broń** - serial, USA
01:55 **Uwaga!** - magazyn prod. Polska
02:15 **Noc magii** - program ezoteryczny prod. Polska
03:40 **Kto was tak urządził**

## POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat**
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**
16:40 **Gliniarze**
17:40 **Sekrety rodziny**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:00 **Dzień Niepodległości. Odrodzenie** Przy pomocy pozostawionych przez przybyszy technologii, ludziom udało się stworzyć dla Ziemi potężny system obronny.

FILM AKCJI

22:30 **Zabić Salazara** Elitarni agenci DEA chronią barona narkotykowego. Czekając na wsparcie w hotelu, trafiają w zasadzkę byłych współpracowników przestępcy...
00:55 **Niezniszczalni** Doświadczony przez życie Barney Ross dowodzi grupą najemników specjalizujących się w misjach, których inni nie mają odwagi podjąć.
03:10 **Świat według Kiepskich** - serial komediowy
04:40 **Disco Gramy** - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

## TVP Kultura

07:00 **Teledyski**
07:40 **Informacje kulturalne** - informator kulturalny
08:15 **Powidoki** - program publicystyczny
08:40 **Którędy po sztukę** - magazyn
09:00 **Salto** - dramat, reż. Tadeusz Konwicki, wyk. Zbigniew Cybulski, Jerzy Block, Włodzimierz Boruński, Gustaw Holoubek, Marta Lipińska, Andrzej Łapicki, Zdzisław Maklakiewicz, Wojciech Siemion, Iga Cembrzyńska
11:00 **Polskie drogi** - serial
12:40 **Enter Through The Balcony** - film dokumentalny, prod. Ukraina, 2020, reż. Roman Blazhan
13:30 **Leć, ptaszku, leć. Opowieść o węgierskich domach tańca**, prod. Węgry, 2020, reż. Simon Broughton

FILM OBYCZAJOWY

14:40 **Sztuczki** - film obyczajowy
16:30 **Wichry Kołymy** - dramat
18:30 **Informacje kulturalne**
18:55 **Serialowa nostalgia - Trzy Szalone Zera** - serial, prod. Polska, Niemcy, 1999
20:00 **Lekkie obyczaje - Frances Ha** - film fabularny
21:35 **Co dalej?** - program publicystyczny
22:10 **Portrety** - Moholy
23:50 **Kultura jest kobietą - Kochanica Francuza** - melodramat
02:05 **Informacje kulturalne**
02:35 **Z klasyką przez Polskę** - Turzno

## TV Puls

06:00 **Kobra - oddział specjalny** Serial o niemieckich policjantach, którzy patrolują autostradę wiodącą ze wschodu na zachód Europy. W swojej pracy spotykają przemytników, handlarzy narkotyków i wiele innych podejrzanych osób.
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
11:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
12:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
13:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska
14:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
15:00 **Prawdziwe motywy** - serial

SERIAL OBYCZAJOWY

16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
17:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
20:00 **Bez przyzwolenia**
21:50 **Demonstracja siły**
23:55 **Weselna gorączka**
01:35 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
02:30 **Zobacz to! Blok powtórkowy: Na jedwabnym szlaku**
03:15 **Na jedwabnym zlaku**
04:00 **Menu na miarę** - program kulinarny
05:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy

## TVN 7

05:20 **Szpital** - program obyczajowy
06:20 **Papiery na szczęście** - serial, Polska Żona znanego piłkarza postanawia porzucić luksusowe życie i zacząć wszystko od nowa.
07:25 **Idealna niania** - program obyczajowy
08:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:10 **Sprzątaczki** - program obyczajowy
11:55 **Szpital** - program obyczajowy
12:55 **SOS Ekipy w akcji**
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14:55 **Rozwód. Walka o wszystko**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **SOS Ekipy w akcji**
18:00 **Zagadki losu**
19:00 **Ukryta prawda**

FILM SENSACYJNY

20:00 **Kod Merkury** - film sensacyjny, USA, 1998, reż. Harold Becker, wyk. Bruce Willis Agent FBI podejmuje się ochrony cierpiącego na autyzm dziewięciolatka. Chłopiec złamał tajny kod uważany za niemożliwy do rozszyfrowania i dlatego poszukują go bezwzględni zabójcy.
22:30 **Uwiedziony** - film, USA
00:40 **Noc oczyszczenia: Czas wyboru** - film sensacyjny, USA, Japonia, 2016, reż. James DeMonaco, wyk. Frank Grillo, Elizabeth Mitchell, Mykelti Williamson
02:55 **Noc magii**

## TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:50** Ryzykanci **11:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Podróże z diabłem Transport kokainy przemycanej przez Stany Zdjednoczone z Meksyku do Kanady znika gdzieś po drodze. Przywódca narkotykowego kartelu wysyła swoich dwóch najlepszych ludzi, by zbadali przemytniczy łańcuch i odkryli co się stało. **23:00** Noc oczyszczenia: Anarchia **01:05** Anatomia głupoty **01:45** Śmierć na 1000 sposobów

## TV Trwam

**11:50** Słowo życia **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz **13:20** Muzyczne chwile **13:25** Słowo życia **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc **14:30** Miłość większa niż strach **15:35** Fatima **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje **16:10** Jestem mamą **16:25** Tajemnice Watykanu **16:55** 100 cudownych miejsc **17:05** Święty na każdy dzień **17:10** Prosto o gospodarce **17:30** Zostań Żołnierzem RP **17:45** Muzyczne chwile **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel

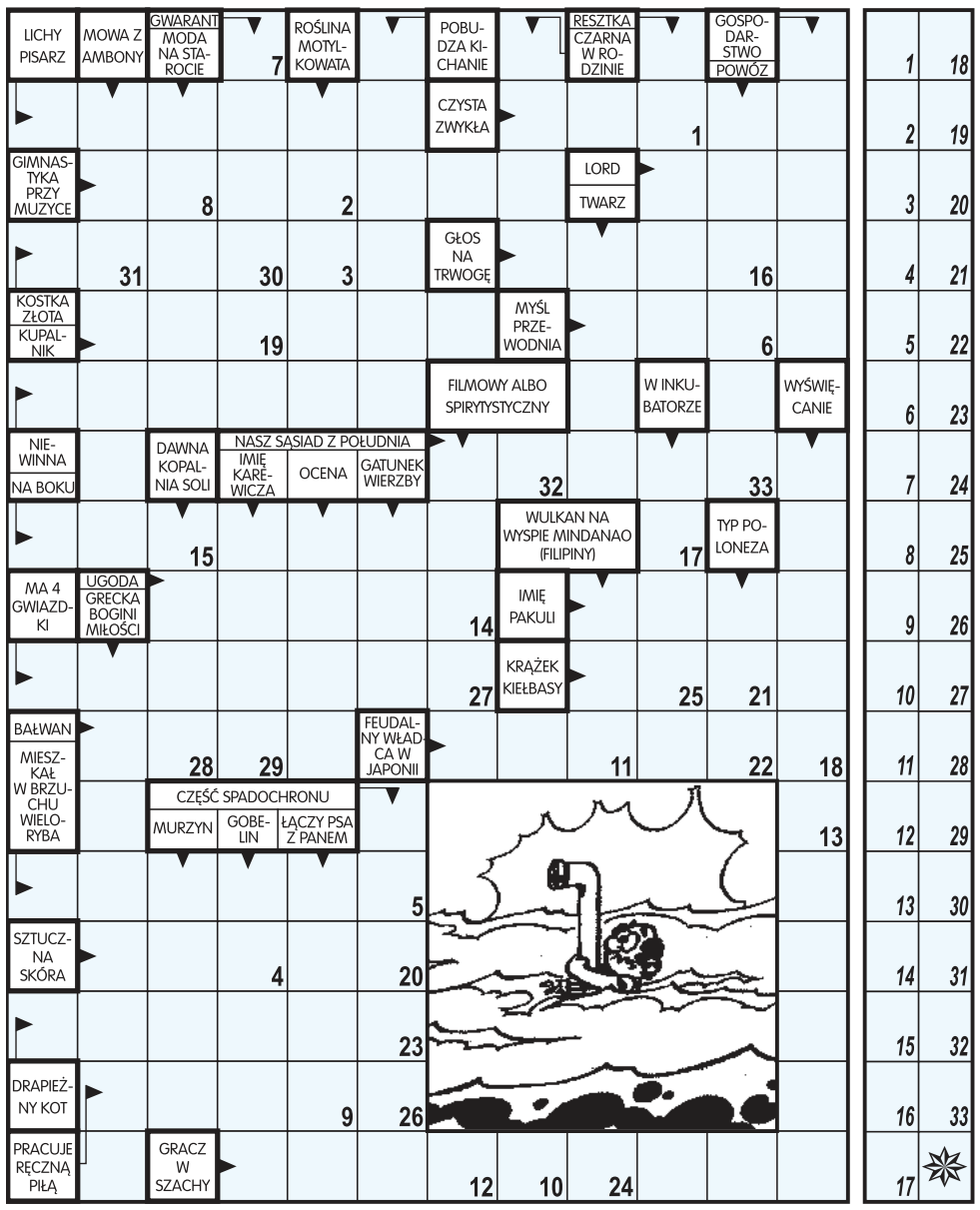


eprasa.pl 8314b3fc5f

# ROZRYWKOWE TO i OWO nr 278

Redaguje: Władysław Firlik

## 1. NA PEŁNYM MORZU



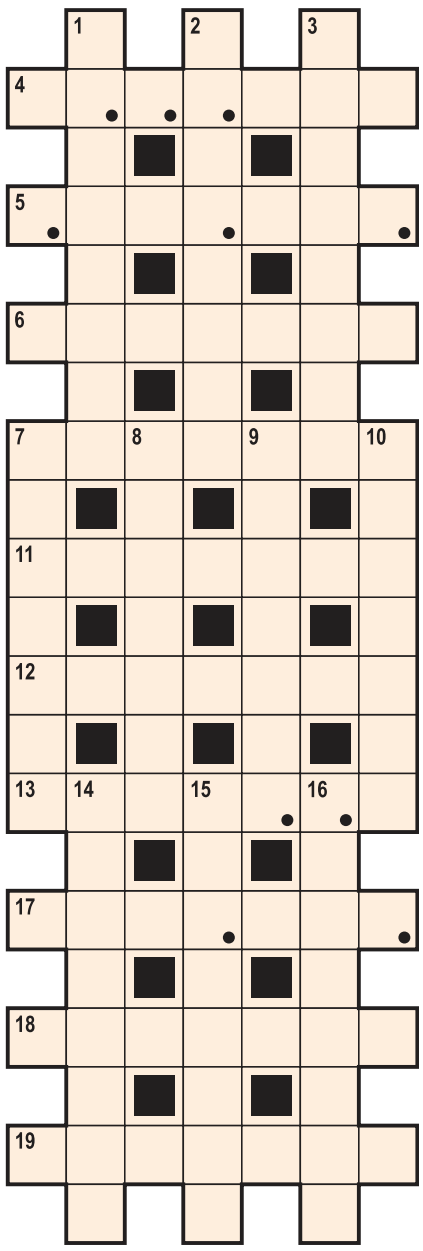

**Litery z pól ponumerowanych od 1 do 33 utworzą myśl rozbitka.**

## 2. KRZYŻÓWKA LIPOGRAMOWA

**W odgadywanych wyrazach nie występuje litera A. Litery z pól zaznaczonych (rzędami) utworzą rozwiązanie.**

**POZIOMO: 4)** prawniczy wybieg, **5)** bohaterstwo, **6)** śledź wędzony, **7)** kawałek papieru, **11)** jedna z muz, **12)** wznoszony za nie toast, **13)** słowackie miasto, gdzie Ludwik Węgierski nadał przywileje polskiej szlachcie, **17)** idiota, **18)** turecki lud osiadły w XI wieku na stepach nad Morzem Czarnym, **19)** np. obiad.

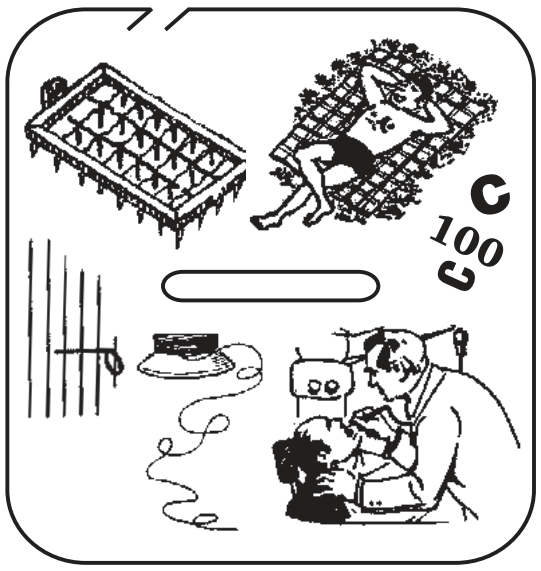
**PIONOWO: 1)** wyselekcjonowanie kandydatów na studia, **2)** „drgająca" choroba oczu, **3)** terapia, **7)** popularna zakąska, **8)** biznes, **9)** kolarze na welodromie, **10)** blanki, **14)** oktagon, **15)** syn Piasta i Rzepichy (wg Galla Anonima) lub roślina z rodziny liliowatych, **16)** między piekłem a niebem.



## 3. ANAGRAM

_ _ _ _ _ _ się dzikom, więc daje drapaka,
gdyż kula zamiast zabić - _ _ _ _ _ _ zwierzaka.

## 4. REBUS KOŁOWY




**Początkowe litery: N. S. C. D.**

## 5. HOMONIM

Azor nawet gdy ma przerwę
w swojej budzie też nie chrapie,
lecz z podziwu godnym nerwem
pchły na swojej _ _ _ _ _ / _ _ _ _ _ .

## 6. DWADZIEŚCIA SZCZEGÓŁÓW

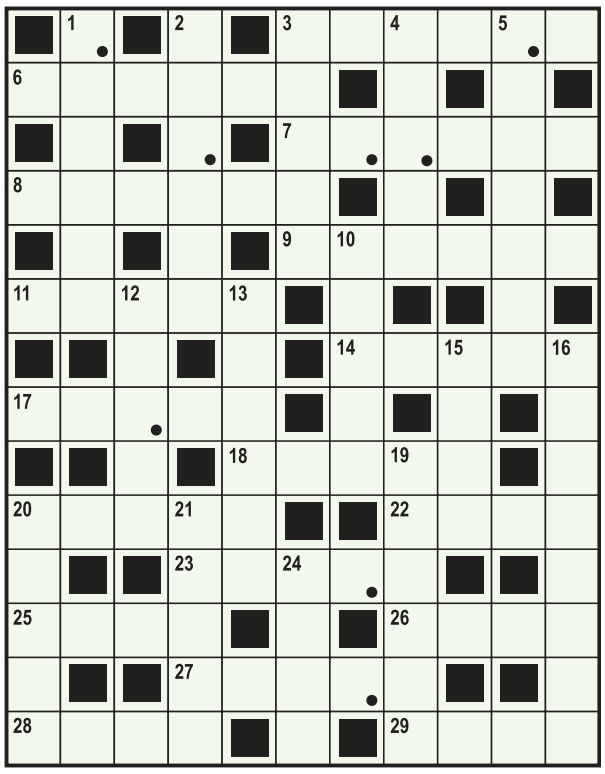
**Rysunek dolny różni się od górnego aż dwudziestoma szczegółami. Znajdź ich co najmniej 15.**

## 7. KRZYŻÓWKA

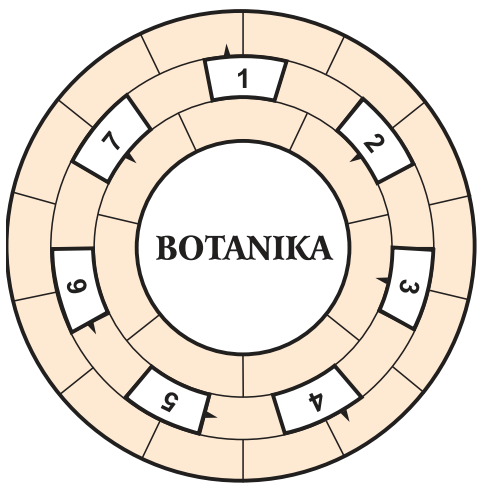
**Litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.**

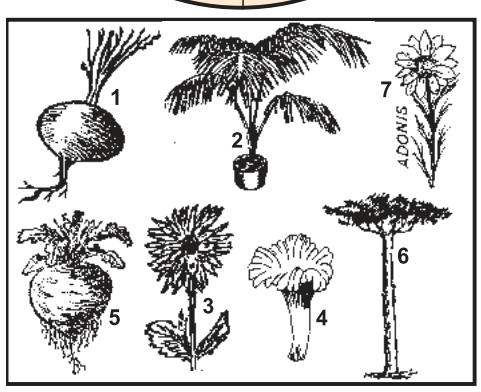
**POZIOMO: 3)** Izaak, fizyk, **6)** sypialnia, niewielkie pomieszczenie bez okien, **7)** wytrzebiony knur, **8)** amory, **9)** stopnie, **11)** informacja na szyldzie, **14)** do wymazania, **17)** pięść, **18)** Winnetou, **20)** rzecz ze sklepu, **22)** Strawiński, **23)** brazylijski taniec, **25)** rozporządzenie cara, **26)** żniwo, **27)** wrzask, **28)** za Uralem, **29)** z neutronami.

**PIONOWO: 1)** przy pasie, **2)** kędziorki, **3)** bywa inflacyjny, **4)** po wydechu, **5)** z rabatkami, **10)** klocek w murze, **12)** uchwyt koszyka, **13)** chudy koń, **15)** rozum, **16)** Kopernik, **19)** plamka na sukience, **20)** miraż, **21)** pierożki do barszczu, **24)** Erato.



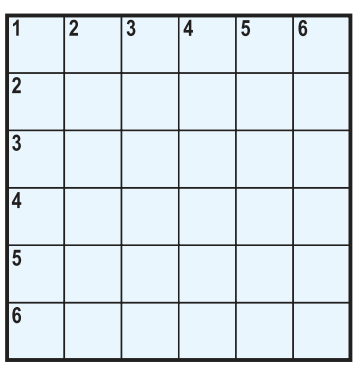
## 8. WIRÓWKA OBRAZKOWA




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

**ZA TYDZIEŃ: SAMOTNICY WŚRÓD PAR**



## 9. MAGIA

**1)** nicpoń, **2)** pierwiastek (przypomina kontynent), **3)** chłopcy z nieba, **4)** roślina podobna do bluszczu, **5)** sól kwasu cynowego, **6)** do pomiaru kątów.

## 10. HOMONIM

_ / _ _ / _ _ _ _ niewiele,
zero, mówiąc ściślej,
dlatego _ _ _ _ _ _ _
wam raczej o Wiśle.

## 11. KALAMBUR

Furia, pies Ali
- stoi na hali.

## 12. ZAGADKA

Z tego żyje,
że skraca szyje.

**ROZRYWKOWE TO i OWO**
**KUPON - 278**

eprasa.pl 8314b3fc5f

DMK NIERUCHOMOŚCI
Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie?
ZGŁOŚ SIĘ DO NAS
Zapewniamy kompleksową obsługę
Pomagamy w uzyskaniu kredytu
784 611 270, 605 325 056

ISBUD
Zatrudnimy:
• INŻYNIERÓW
• KIEROWNIKÓW BUDOWY
tel. 23 692 09 75

PGE
ZGŁASZANIE AWARII I USZKODZEŃ ORAZ BIEŻĄCE INFORMACJE O AWARIACH I PRACACH PLANOWYCH
TEL. 991

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

**POWIAT LEGIONOWSKI**

| Data | gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic | Numery i nazwy stacji | Wyłączenia w godzinach |
|---|---|---|---|
| 4.08.2022 | Legionowo<br>ul. kard. Stefana Wyszyńskiego<br>ul. Kamienna<br>ul. Kolejowa 62, 62A, 64, 64A, 68, 68A, 72, 74, 74A, 76, 78, 78A, 80, 82<br>ul. Gabriela Narutowicza 15, 15A, 17, 17A, 19, 19A, 21, 23, 25, 35, 30B, 30C, 32, 33, 34, 34A, 36, 36A, 38, 38A, 40, 40A, 44, 44A, 46, 48, 48A<br>ul. Stefana Gawryszewskiego 1, 3, 3A, 4, 5, 5A, 8<br>ul. Wronia 1A-F, 2, 2A, 4, 4A<br>ul. Krucza od nr 1 do 31<br>ul. Targowa 50, 50A, 51, 51A, 51B, 52, 53, 53A, 53B, 54, 54A, 55, 55A, 56, 57, 58, 58A, 59B, 60, 61, 61A, 62, 62A, 64, 65, 66, 66A-F, 68 | 04-0301 (LEGIONOWO CMENTARZ) | 09:00-13:00 |
| 5.08.2022 | Chotomów<br>ul. Ogrodowa działki letniskowe, 13, 13A-Z, 15, 15A-Z, 17, 17A-Z<br>ul. Spacerowa<br>ul. Wypoczynkowa 1, 1A, 1B, 3, 3A, 4, 5, 6, 6A, 6B, 7, 8, 10<br>ul. Szumiący Las<br>ul. Baśniowa | 04-1031 (CHOTOMÓW WYPOCZYNKOWA1), 04-0907 (OLSZEWNICA OŚ.MIESZK.), 04-0957 (CHOTOMÓW WYPOCZYNKOWA) | 09:00-13:00 |
| 9.08.2022 | Jabłonna<br>ul. Leśna 19j, 19k, 19L, 19P, 21G, 29i, 21j, 21k, 21L | 04-0617 (JABŁONNA TBS MAZOWSZE) | 09:00-13:00 |
| 10.08.2022 | Chotomów<br>ul. Partyzantów 1A-C, 4A, 4D, 4B, 4R, 110, 108A, 110K 112A-N, 114, 116<br>ul. Gwiaździsta<br>ul. Jasna 7, 7A-Z, 12A, 15<br>ul. Szafirowa<br>ul. Rycerska | 04-1665 (CHOTOMÓW JASNA), 04-1098 (CHOTOMÓW GWIAŹDISTA-PARTYZANTÓW) | 09:00-13:00 |

**POWIAT NOWODWORSKI**

| Data | gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic | Numery i nazwy stacji | Wyłączenia w godzinach |
|---|---|---|---|
| 3.08.2022 | Stanisławów<br>15, 15A, 16, 16B, 17, 18, 19, 19B, 20, 21, 21A, 22, 23, 24, 25, 25A, 26, 26A, 27, 28, 28A, 29, 30, 30A, 31, 32, 33, 34, 34A, 35, 35A, 36, 37, 37A | 04-0950 (STANISŁAWÓW II K/LEONCINA) | 09:30-13:30 |

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

# PRACA

## dam pracę

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

**Magazynier. Atrakcyjne wynagrodzenie 664473560**
LEG 52614

**Młodego mężczyznę do przyuczenia 664 473 560**
LEG 52616

- **Ogrodnika 3 razy w tygodniu, Stanisławów Pierwszy 602242294**
LEG 52598
- **Poszukiwany Kucharz / Kucharka do Sali Weselnej 509593786**
PS_INNA 52609
- Zatrudnię pomocników brukarzy oraz doświadczonych brukarzy. Dobrze widziane prawo jazy kat. B. Proszę o kontakt telefoniczny. 518938622 zebrowski25@vp.pl
PUL 52554
- Produkcja chusteczek nawilżających. 2-3 zmiany. Również dla osób z niepełnosprawnością. Radzymin. 734 108 163
LEG 52621
- Stanisławów Pierwszy. Jedna zmiana. Montaż wiązek kablowych. Również osoby z niepełnosprawnością. 734 108 163
LEG 52622

## szukam pracy

- Szukam pracy jako pomoc w sklepie, okolice Nieporętu 698543034
LEG 52613

# AUTO-MOTO

## sprzedam

- Kia Ceed 2018 r. 1,6 CRDI, 136KM, automat, 70 tys. km, nawigacja, kamera cofania, I właściciel, serwisowany, gwarancja fabryczna, bezwypadkowy 601394754
PUL 52608
- **Kupię KażdeAutoOsobowe Busy SkuteryMotory Najlepsze CenyNaRynku MożliwośćZwrotuOc MaszCośDzwoń Natychmiastowy Odbiori Błyskawiczna Wycena Kupuję Calei rozbitę BezOclPrzeglądui Do Drobnych Naprawl ZadbaneAuta Zaświadczenia DoKascji 502964469**
LEG 52584

# ZDROWIE

## przychodnie

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

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

# SPORT i URODA

# TURYSTYKA

# USŁUGI

## remont i budowa

- Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757
LEG 52381
- Remonty mieszkań. Tanio i solidnie. Tadeusz. 508-074-201
NDM 52286

## ogrodnicze

- Wycinka drzew metodą alpinistyczną, sekcyjna wycinka drzew, przycinanie, prześwietlanie koron drzew, usuwanie martwych drzew, gałęzi, konarów, usługi rębakiem, zrębkowanie 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

## finanse i prawo

- **BIURO RACHUNKOWE Anna Święcka 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
Wiesława Nawrot

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

## inne

- **Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582**
LEG 52403
- Elektryk - złota rączka 515010373
LEG 52617

**Wynajem i usługi podnośnikiem koszowym. Tel. 602 86 57 86, www.robert.media.pl**
LEG 52596

# BIZNES

# NIERUCHOMOŚCI

## sprzedam mieszkanie

- L-wo Osiedle Młodych 63,5m2, 3p. z czterech, do remontu, piwnica oraz garaż wolnostojący, tel. 504078484
LEG 52612

## sprzedam działkę

- Olszewnica Stara około 1000m2, prąd, gaz, wodociąg, 300zł/m2 do negocjacji 501833362
LEG 52594

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

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

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

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

**WYCIĄG Z OGŁOSZENIA**
**o I 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 $m^2$, mieszczącego się 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. Nieruchomość zbywana 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 do pierwszego przetargu wynosi: **167 600,00 zł**.

Wadium wynosi **16 760,00 zł**.

Przetarg odbędzie się w dniu **07.09.2022 r. o godzinie 10:00** w sali konferencyjnej Urzędu Gminy w Winnicy, ul. Pułtuska 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. Pułtuska 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

eprasa.pl 8314b3fc5f

■ Sprzedam działkę w Nowym Modlinie o powierzchni 10750m2, 5 km od lotniska Warszawa-Modlin z własnym ujęciem wody i miejskim, blisko gaz nitka, kanalizacja miejska, światłowód, na działce transformator przydział 250 kw, z budynkiem 300 m do remontu na 3 stanowiska warsztatu samochodowego, stanowisko na myjnię, plus 100 m garaże w szeregu, 3 wjazdy, nieruchomość idealna na dochodowy parking lotniskowy i nie tylko, możliwość również zabudowy domków jednorodzinnych itp. tel. 508 431 840
NDM 52611

## inne

■ Kwatery pracownicze, dla grup, Modlin Stary blisko PKP, 800 zł/osobę, tel.: 502481063
NDM 52610

DMK NIERUCHOMOŚCI

■ 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

■ Czarna to roczna sunia (28 kg) znaleziona na terenie gminy Wieliszew. Pełna pozytywnej energii psina, lgnie do człowieka, domagając się pieszczot i uwagi. Czarna jak Noc, czeka. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52620

■ Skrzatka to miesięczna kicia znaleziona w dniu 27.07.2022 Markach przy ul. Pieniążka. Jest w trakcie leczenia kociego kataru, musi być jeszcze dokarmiana i dogrzewana. Życzymy Skrzatce zdrowia i odnalezienia opiekuna. Szczegółowe informacje: 666-345-888
NDM 52618

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

■ Żuczek to niewielki, starszy rudzielec (13 kg) znaleziony na terenie Gminy Wieliszew. Potrzebuje czasu na aklimatyzację. Dał się już poznać jako wesoły Jegomość, zgodny z innymi psami. Kto zgubił Żuczka? Może w trawie? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52619

# UROCZYSTOŚCI

## organizacja imprez

RESTAURACJA LEGIONOWSKA

■ **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 duże drewniane rzeźby, kapliczki 601913597
LEG 52606

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

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

PRZYCHODNIA DLA ZWIERZĄT
lek. wet. MIROSŁAW 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,
ULTRADŹWIĘKOWE USUWANIE KAMIENIA
WYDAWANIE PASZPORTÓW, CHIPY

JARMARK

## KUPON NA DROBNE ZA 1 GROSIK

WYPEŁNIJ DRUKOWANYMI LITERAMI WPISUJĄC W KRATKĘ JEDNĄ LITERĘ ROBIĄC ODSTĘP MIĘDZY WYRAZAMI

☐ SZUKAM PRACY

☐ ODDAM ZA DARMO

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

**Zlecający**
*(Tylko do wiadomości redakcji)*

imię
nazwisko
ulica
numer domu
kod, miejscowość
podpis

KUPON JEDNORAZOWY

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

AUTO NAPRAWA
• MECHANIKA • GEOMETRIA • CZĘŚCI
• WYWAŻANIE KÓŁ • KLIMATYZACJA
Adam Szczypkowski
05-110 JABŁONNA ul. WYGONOWA 1
pn. – pt.: 8.00 - 17.00
☎605 94 91 91
022 782 49 10

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

BETON TOWAROWY
SPRZEDAŻ
601 779 779
beton towarowy wszystkich klas
beton mrozoodporny
beton wodoszczelny
DROGI I MOSTY KACZMARCZYK
Wytwórnia betonu i asfaltobetonu
Kacice 76, 06-100 Pułtusk
drogiimosty@drogiimosty.com.pl
drogiimosty.com.pl

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

WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU BUDOWLANEGO I ELEKTRONARZĘDZI
RUSZTOWANIA
ZAGĘSZCZARKI
MŁOTY WYBURZENIOWE
CYKLINIARKI i INNE
05-120 Legionowo, ul. Bolesława Chrobrego 49c
tel. (022) 784 50 88

PREFABRYKATY BETONOWE
BUDOWNICTWO PREFABRYKOWANE
elementy ścienne i stropowe,
budownictwo jednorodzinne, wielorodzinne,
obiekty użyteczności publicznej i biurowe,
szybki czas realizacji inwestycji,
wysoka jakość i trwałość elementów
Szeroki wybór prefabrykatów betonowych w tym:
bloczki betonowe
elementy ogrodzeniowe
kostka brukowa
BRIX
Producent prefabrykatów betonowych
Kosewo 134, 05-190 Nasielsk
tel. 22 333 50 10
brix.net.pl

eprasa.pl 8314b3fc5f

# Można powiedzieć, że to już nie jest COVID-19, a COVID-22

**Można powiedzieć, że to już nie jest COVID-19. To jest COVID-22 - choroba o łagodniejszym przebiegu - powiedział PAP prof. Robert Flisiak, prezes Polskiego towarzystwa Epidemiologów i Lekarzy Chorób Zakaźnych. Dodał, że ma nadzieję, iż wkrótce będzie można szczepić4. dawką osoby po 60. r.ż.**

Zapytany o wzrost liczby zakażeń koronawirusem, prof. Flisiak podkreślił, że „podawana liczba wykrytych zakażeń nie jest jednoznaczna z liczbą zachorowań na COVID-19".

„Część zakażeń przebiega przecież bezobjawowo. A nawet te przebiegające objawowo, ale łagodnie, nie stanowią zagrożenia zdrowia i życia oraz nie obciążają systemu opieki zdrowotnej" - ocenił.

„Trzeba pamiętać, że wariant omikron, a zwłaszcza te subwarianty, które obecnie dominują - BA.4 i BA.5, charakteryzują się niską patogennością i niską chorobowością. Objawy nie są tak ciężkie jak te, które były powodowane przez wariant delta. W zasadzie można powiedzieć, że wywoływana przez te warianty choroba to już nie jest COVID-19. To jest COVID-22 - choroba o łagodniejszym przebiegu" - powiedział.

Zdaniem prof. Flisiaka tym, co może niepokoić przy obecnej dynamice wzrostu zakażeń, jest ryzyko rozprzestrzeniania się epidemii. Jak zastrzegł, powinniśmy obserwować przebieg epidemii i pozostawać w gotowości.

„Na tę chwilę nie ma istotnego wzrostu hospitalizacji z powodu COVID-19, a to oznacza, że nie ma zachorowań o ciężkim przebiegu. Choć oczywiście należy się ich spodziewać w najbliższych tygodniach, zwłaszcza wśród osób po 60. roku życia. Z tego powodu niepokoi mnie wyczerpanie zapasów leków przeciwwirusowych, które w tej grupie wiekowej zmniejszają ryzyko śmierci o połowę" - wyjaśnił.

Prof. Flisiak stwierdził, że bardzo trudno jest przewidzieć, jak będzie przebiegać kolejna fala epidemii. „Pamiętajmy, że bardzo duża część społeczeństwa uodporniła się na wariant BA.1 poprzez przechorowanie COVID-19 w pierwszej połowie 2022 r. Ponadto osoby, które przeszły pełny cykl szczepień i przyjęły dawkę przypominającą, są w dużej mierze zabezpieczone przed ciężkim przebiegiem choroby zagrażającym życiu i zdrowiu" - wyjaśnił.

Przypomniał, że Europejska Agencja Medyczna zaleca szczepienie czwartą dawką szczepionki przeciw COVID-19 osobom powyżej 60. roku życia. „Osoby z tej grupy wiekowej są bardziej zagrożone ciężkim przebiegiem choroby i zgonem, co - jak wykazaliśmy w badaniu SARSTer - dotyczy także wariantu omikron" - podkreślił.

Dodał, że osobom, które są zaszczepione, ale nie przyjęły dawki przypominającej, zaleca jak najszybsze jej przyjęcie. „Z kolei osoby, które przyjęły już pierwszą dawkę przypominającą i ukończyły 80 lat, powinny jak najszybciej przyjąć drugą dawkę przypominającą, bo to umożliwiają aktualne polskie regulacje" - wyjaśnił prof. Flisiak.

„Nie powinniśmy czekać, aż pojawi się nowa szczepionka, bo również ta, którą dysponujemy obecnie, daje zabezpieczenie przed ciężkim przebiegiem choroby, pod warunkiem, że utrzymujemy odpowiedni poziom przeciwciał poprzez przyjmowanie dawek przypominających" - stwierdził prezes Polskiego Towarzystwa Epidemiologów i Lekarzy Chorób Zakaźnych.

Prof. Flisiak podkreślił, że czekanie na nową szczepionkę zaleca jedynie osobom, które przyjęły już trzy dawki i dodatkowo przechorowały COVID-19 w 2022 r. „Te osoby mogą spokojnie poczekać na nową szczepionkę, która zapewne będzie dostępna dopiero jesienią. Wszystkie pozostałe osoby powinny jak najszybciej przyjąć kolejną dawkę" - ocenił.

Dodał, że osoby powyżej 60 r. ż. i z obniżoną odpornością powinny też nosić maseczki w pomieszczeniach zamkniętych, zwłaszcza w miejscach, gdzie znajduje się dużo ludzi.

„Skuteczność maseczek w zmniejszaniu ryzyka zakażenia jest oczywista i poparta badaniami, więc nie powinna już wzbudzać wątpliwości" - zaznaczył.(PAP)

**Nauka w Polsce**
**Iwona Żurek**

# Polski Nałogometr ostrzega przed powrotem do nałogu – np. 2 dni wcześniej

**Opracowane przez polskich naukowców bezpłatne oprogramowanie - Nałogometr - pomaga osobie walczącej z uzależnieniem wytrwać w abstynencji i zrozumieć, co powoduje poczucie "głodu" nałogowego. Algorytm może z wyprzedzeniem informować użytkownika o zwiększonym ryzyku powrotu do niepożądanych substancji czy zachowań**

Właśnie ruszył kolejny etap Ogólnopolskiego Badania Nałogów. Do końca sierpnia psychologowie chcą zebrać nowe dane, dzięki którym dopracują moduł spersonalizowanej pomocy online w Nałogometrze - poinformowali przedstawiciele naukowców w przesłanym komunikacie.

Nałogometr jest rozwijany od 2018 roku w ramach Ogólnopolskiego Badania Nałogów, prowadzonego przez dr. hab. Mateusza Golę i Macieja Skorko z Instytutu Psychologii PAN. Udział 10 tysięcy uczestników pozwolił naukowcom opracować algorytm określający wzorce zachowań, które sprzyjają ponownemu sięganiu po używki. Bezpłatna aplikacja pomagać ma osobom uzależnionym od substancji takich jak alkohol, papierosy, narkotyki i dopalacze, a także od nałogowych zachowań takich, jak niekontrolowane objadanie się, granie w gry komputerowe, korzystanie z pornografii czy hazard.

Algorytm stworzony przez naukowców określa, jakie czynniki sprzyjają u danej osoby uczuciu głodu nałogowego. Bo czasem taki głód jest stymulowany przez lęk, smutek albo prokrastynację, czyli odkładanie obowiązków.

Aplikacja kilka razy dziennie zadaje użytkownikowi pytania. To ma go motywować, by w danym momencie zastanowił się, co się z nim dzieje, jaki jest jego poziom stresu, nastrój i jak to jest związane z chęcią sięgnięcia po używki lub po nałogowe zachowania. „Po pierwsze człowiek zyskuje świadomość, kiedy i jakie czynniki popychają go do zachowań, oznaczających powrót do nałogu" – wyjaśnia dr hab. Mateusz Gola, współtwórca Nałogometru, związany zarówno z PAN, jak i z Uniwersytetem Kalifornijskim, gdzie zajmuje się badaniem neuronalnych mechanizmów uzależnień.

„Dzięki Nałogometrowi osoba zmagająca się z nałogiem może zorientować się, że głód nałogowy wraca np. o konkretnej porze dnia i w specyficznych okolicznościach. Algorytm zaszyty w aplikacji mobilnej podpowiada, jak przeciwdziałać wpadce, wskaże potrzebne zmiany, np. dotyczące snu lub bodźców stresowych, a także zasugeruje doraźne działania, które pozwolą przetrwać trudny moment, kiedy ten nadejdzie" – mówi Gola.

"Nawet do 70 proc. osób, które odbyły terapię uzależnienia w ciągu 2 lat wraca do swoich wcześniejszych zachowań – mówi dr med. Bohdan Woronowicz z Centrum Konsultacyjnego AKMED. – Osoby uzależnione przyznają, że główną przyczyną tego jest odczuwanie silnego, wewnętrznego przymusu sięgnięcia po daną substancję, np. alkohol lub trudność w powstrzymaniu się od kompulsywnego zachowania np. od jedzenia. W Polsce ponad 25 proc. osób regularnie pali papierosy, a ok 20 proc. pije alkohol ryzykownie lub szkodliwie, w tym ok. 2 proc. to osoby uzależnione" – uzupełnia psychiatra, a jednocześnie specjalista i superwizor terapii uzależnień.

To właśnie we współpracy z Monarem, twórcy Nałogometru wyposażyli program aplikacji w medytacje, terapie poznawczo-behawioralne oraz ćwiczenia wellbeingowe i typu mindfullness.

"Metody wsparcia są dopasowane do konkretnych kryzysów i uwzględniają udokumentowane naukowo mechanizmy. Rola tzw. cyfrowych terapii to obniżenie w ciągu kilkudziesięciu minut stresu, pobudzenia i złości, które sprzyjają zachowaniom nałogowym" – przekonuje Maciej Skorko, współtwórca narzędzia z Instytutu Psychologii PAN.

Każdy, kto zainstaluje w telefonie oprogramowanie, nie tylko zyska szansę, aby dowiedzieć się o sobie więcej, ale pomoże w badaniu naukowym, które służy pokonywaniu uzależnień na poziomie społecznym. Aplikacja jest bezpłatna. Jej twórcy zapewniają, że nie zawiera reklam i nie zbiera danych osobowych o użytkownikach.

**PAP - Nauka w Polsce**

CENTRUM MEDYCZNE
GABINTER
ul. Krasińskiego 64, 05-120 Legionowo
GODZINY OTWARCIA:
Poniedziałek - Piątek 9-20
Sobota 10-15
Gabinter.pl
-10% zniżki na POBRANIA KRWI do końca września 2022r.
LEKARZE SPECJALIŚCI
• Interna i Medycyna Pracy
• Ortopedia i Traumatologia
• Ortopedia Dziecięca (badania preluksacyjne)
• Kardiologia
• Chirurgia
• Chirurgia Plastyczna
• Neurochirurgia
• Radiologia
• Rehabilitacja
• Pobrania Krwi
• Szczepienia na COVID-19 (4 dawka już dla osób 60 plus)
REJESTRACJA
tel: 22 774 09 66 tel: 737 144 444

eprasa.pl 8314b3fc5f

**18 lipca została zawarta umowa na dofinansowanie z budżetu Województwa Mazowieckiego III etapu zagospodarowania brzegu Jeziora w miejscowości Zegrze. Przyznana kwota 300 tys. zł zostanie przeznaczona na wykonanie pomostu pływającego i slipu, które umożliwią korzystanie ze sprzętu wodnego, a także pomostu stałego – kaskadowego, który będzie miejscem do odpoczywania tuż nad taflą wody.**

# Nowy wizerunek Zegrza

### Zagospodarowujemy nabrzeże

Warto wspomnieć, że w ostatnim czasie zakończył się I etap działań inwestycyjnych w tej przestrzeni – budowa ścieżki pieszo-rowerowej biegnącej wzdłuż brzegu jeziora, wraz z elementami infrastruktury rekreacyjnej. Ten ponad 400-metrowy odcinek został w całości wykonany ze środków pozyskanych przez Lokalną Grupę Działania „Zalew Zegrzyński" .W tej chwili przez Miasto i Gminę Serock realizowany jest II etap zadania, polegający na zagospodarowaniu terenu po dawnej przepompowni przy ul. Pułku Radio, w ramach którego powstanie przestrzeń do wypoczynku na trawie oraz leżakach i hamakach umieszczonych w bliskim sąsiedztwie wody. Stworzymy tu też możliwość uruchomienia punktu handlowo-gastronomicznego, który został zaplanowany na dachu dawnego budynku magazynowego zaadaptowanego na wypożyczalnię sprzętu wodnego. Również na dachu powstanie taras, który będzie punktem widokowym na Jezioro Zegrzyńskie. Realizacja tej części zadania zostanie w ogromnej większości sfinansowana ze środków pochodzących z Programu Inwestycji Strategicznych Polski Ład.

### Pozyskujemy wsparcie

Wszystkie trzy etapy zagospodarowywania brzegu jeziora w Zegrzu stanowią estetyczną i funkcjonalną całość. Etapowość realizacji była podyktowana jedynie wynikami analiz możliwości pozyskiwania środków zewnętrznych na realizację przedsięwzięcia, a co za tym idzie – optymalizacją wydatków. Inwestycja w tej przestrzeni stanowi z kolei jeden z etapów realizacji planu połączenia szlakiem rowerowym Zegrza z Jadwisinem i dalej z Serockiem i Wierzbicą. Konsekwentnie pracujemy nad jego zmaterializowaniem, niestety brak niezbędnych tytułów prawnych do części nieruchomości, na których ścieżka mogłaby być realizowana, mocno utrudnia to zadanie. Wierzymy jednak, że malownicze nabrzeże Jeziora Zegrzyńskiego, które dziś zyskuje nową oprawę, już teraz będzie ciekawą propozycją na spędzanie tutaj wolnego czasu.

STRONA PRZYGOTOWANA PRZEZ REFERAT KOMUNIKACJI SPOŁECZNEJ UMIG SEROCK

# Pobierz aplikację mobilną Serock!

**Miasto i Gmina Serock zaprasza zarówno mieszkańców jak i turystów do zainstalowania aplikacji mobilnej „Serock". Przy jej pomocy można nie tylko zwiedzić Serock i okolice, poznać ich atrakcje, ale także szybko odnaleźć niezbędne informacje praktyczne.**

Aplikacja zawiera propozycję tras pieszych. Każda z nich zaznaczona została na mapie offline, a dzięki technologii GPS widać dokładną pozycję podczas wycieczki. Na trasach zaznaczone są ciekawe obiekty i miejsca, które warto odwiedzić. Cenną propozycją jest także moduł audioprzewodnika, który pozwoli wysłuchać treści o najważniejszych obiektach na trasach. Aplikacja zawiera także informacje na temat aktualnych wydarzeń kulturalnych i sportowych, a także wszelkie gminne komunikaty. Aplikacja dostępna jest bezpłatnie na platformach GooglePlay i AppStore.

eprasa.pl 8314b3fc5f

## PRZED NAMI

### DESZCZ ZIMĄ, ŚNIEG LATEM - FESTIWAL IM. ANDRZEJA KONDRATIUKA

W dniach 5-7 sierpnia br. Powiatowa Instytucja Kultury zaprasza na III Edycję Festiwalu Filmowego im. Andrzeja Kondratiuka.

W programie festiwalu przygotowano pokazy filmów:

5 sierpnia 2022 r., godz. 20.00 w parku Świętojański w Wieliszewie: seans: „Jańcio Wodnik", gość: Grażyna Błęcka-Kolska.

6 sierpnia 2022 r. godz. 20.00 plaża miejska w Serocku: seans: „Pełnia", gość: Anna Seniuk.

7 sierpnia 2022 r. godz. 20.00 plac przy GOK w Nieporęcie: seans: „Nad rzeką, której nie ma", gość: Marek Bukowski (+ warsztaty ceramiczne w godz. 16.00-19.00). Wstęp wolny.

### POTAŃCÓWKA W PARKU ZDROWIA

W sobotę (6 sierpnia) o godz. 19.00 w Parku Zdrowia w Legionowie (ul. Chrobrego) odbędzie się kolejna potańcówka dla wszystkich pokoleń. Wstęp wolny.

### POWSTANIE `44 W LEGIONOWIE

W niedzielę (7 sierpnia) o godz. 15.00 odbędzie się spotkanie z cyklu Muzealne Spacery Historyczne. Tym razem Dr Adam Kaczyński zaprasza na spotkanie pt. Powstanie `44 - w Legionowie: walki powstańcze w rejonie Chotomów/Legionowo. Zbiórka: Stacja PKP Legionowo-Przystanek. Udział w wydarzeniu jest bezpłatny.

### CERAMICZNE WARSZTATY FAMILIJNE

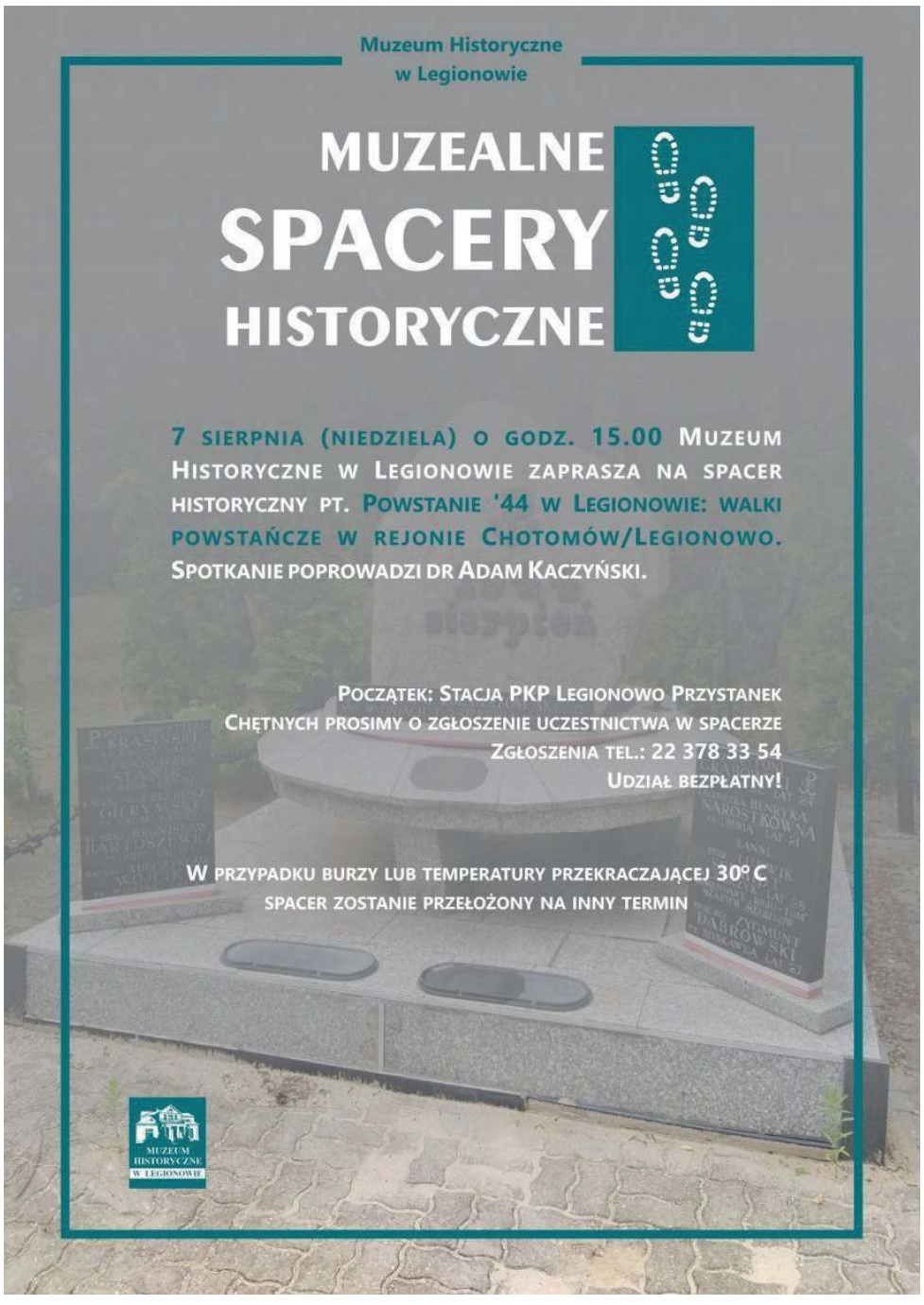
W niedzielę (7 sierpnia) o godz. 16.00 na placu przy Gminnym Ośrodku Kultury w Nieporęcie odbędą się Ceramiczne Warsztaty Familijne zorganizowane przez Powiatową Instytucje Kultury. Więcej informacji na stronie www.pik.legionowski.pl.

### FONTANNA MUZYKI

W niedzielę (7 sierpnia) o godz. 18.00 na Rynku w Serocku w ramach cyklu Fontanna Muzyki odbędzie się koncert Kwartetu Puzonowego pt: „Ta ostatnia niedziela". Wstęp wolny.

**red**

ZAPROSZENIE




FESTIWAL MUZYKI ORGANOWEJ W LEGIONOWIE

# Krakowskie Trio Stroikowe i Waldemar Gawiejnowicz

**Już w najbliższą niedzielę (7 sierpnia) o godz. 17.00 w Kościele Świętego Ducha (ul. Ks. Schabowskiego 2( w Legionowie odbędzie się koncert Krakowskiego Trio Stroikowego oraz Waldemara Gawiejnowicza - organisty**

**Krakowskie Trio Stroikowe** powstało w 1998 roku, tworzą go oboista Marek Mleczko, klarnecista Roman Widaszek oraz fagocista Paweł Solecki. Członkami zespołu są laureaci krajowych i międzynarodowych konkursów muzycznych, absolwenci Akademii Muzycznych w Krakowie i Katowicach, którzy spotkali się w krakowskiej orkiestrze kameralnej Capella Cracoviensis współtworząc przez wiele lat charakterystyczną grupę dętą. Muzycy mają w swym dorobku wiele koncertów kameralnych z różnorodnym reper-tuarem, od muzyki barokowej do współczesnej, występowali w wielu ważnychośrodkach muzycznych Europy - Paryż, Wiedeń, Lizbona, oraz niemalże nawszystkich prestiżowych festiwalach muzycznych w Polsce, spotykając się z entuz-jazmem publiczności i uznaniem krytyków.W 2005 roku, współpracując z PWM i DUX-em, zespół nagrał płytę z utworamipolskich kompozytorów XX wieku (Szałowski, Tansman, Lutosławski, Spisak,Palester, Krauze), a rok później na zaproszenie Polskiego Towarzystwa Bachow-skiego, zarejestrował we własnym opracowaniu Sonatę Es-dur BWV 525 JanaSebastiana Bacha. Muzycy Krakowskiego Tria Stroikowego współpracują równieżz polskimi kompozytorami. Współpraca ta owocuje nowymi kompozycjami, któresą dedykowane zespołowi (Krzesimir Dębski, Krzysztof Herdzin, Paweł Łuka-szewski). Członkowie Krakowskiego Tria Stroikowego są pedagogami AkademiiMuzycznych w Krakowie i Katowicach.

**Waldemar Gawiejnowicz -** absolwent Akademii Muzycznej im. Ignacego Jana Paderewskiego w Poznaniuw klasie organów prof. Sławomira Kamińskiego oraz absolwent Wydziału ChemiiUniwersytetu im. Adama Mickiewicza. Brał udział w mistrzowskich kursachinterpretacji (Polska, Niemcy, Szwecja). Jest doktorem habilitowanym w dziedzinieszt-uki w dyscyplinie sztuki muzyczne. Prowadzi zajęcia na Wydziale Kompozycji-,Dyrygentury, Wokalistyki, Teorii Muzyki i Edukacji Artystycznej macierzystejakademii, obecnie na stanowisku adiunkta. Występował jako solista i kameralistana terenie Polski i poza jej granicami. Ma na swoim koncie nagrania płytowe.W latach 1996-2020 współorganizował i prowadził łącznie ponad 250 koncertówz udziałem kilkuset artystów z Polski, Austrii, Belgii, Czech, Francji, Holandii,Meksyku, Niemiec, Łotwy, Szwajcarii, Szwecji, Ukrainy, Wielkiej Brytanii i USA.Występował z referatami podczas międzynarodowych konferencji naukowych orazwykładami i prelekcjami w ramach seminariów i warsztatów organizowanychprzez uczelnie muzyczne. Pracuje nad redakcją nowej edycji utworów organowychFeliksa Nowowiejskiego. Konsultował dokumentacje do renowacji organów i pro-jekty dyspozycji nowych instrumentów. Otrzymał wyróżnienia za popularyzacjęmuzyki organowej: Nagroda Kulturalna Drezdenka za rok 2005, Medal Srebrny zadługoletnią Służbę (2013), Odznakę Honorową Zasłużony dla Kultury Polskiej(2018). Jest autorem książki „Surzyński – Gieburowski – Nowowiejski". Wybraneaspekty życia i działalności, wydanej w Poznaniu (2020), która została dwukrotnienominowana w kategoriach: najlepszej publikacji związanej ze stolicą Wielko-polski (Biblioteka Raczyńskich, Konkurs im. Józefa Łukaszewicza) oraz najlepszejpublikacji o Wielkopolsce (Konkurs o Nagrodę Poznańskiego Towarzystwa-Przyjaciół Nauk). **MOK L-wo**

eprasa.pl 8314b3fc5f

# XVII Legionowski Festiwal Muzyki Kameralnej i Organowej

2022

**Kościół Świętego Ducha, Legionowo**
**ul. ks. J. Schabowskiego 2**

**31 lipca**
godz. 16.30
Rodzinne Trio Wiolonczelowe
Katarzyna Olszewska – organy

**7 sierpnia**
godz. 17.00
Krakowskie Trio Stroikowe
Waldemar Gawiejnowicz – organy

**14 sierpnia**
godz. 17.00
AerOphonic
Paweł A. Nowak - akordeon, Maciej Zakrzewski - organy

**21 sierpnia**
godz. 16.30
Jan Bokszczanin – organy
recital organowy

**28 sierpnia**
godz. 16.30
Kwartet smyczkowy **Prima Vista**
Adam Sadowski – organy

**4 września**
godz. 19.00
Aleksandra Podwojska – sopran
Patryk Podwojski – organy

**Dyrektor artystyczny: prof. dr hab. Jan Bokszczanin**

organizatorzy

Miasto Legionowo
MOK Legionowo
Św. Jan Kanty Legionowo
pma PRO MUSICAE ARTIS

patronat honorowy

Romuald Kamiński
Biskup Warszawsko-Praski

patronat medialny

Mazowieckie to i owo
Tygodnik idziemy
Miejscowa na weekend
TV

eprasa.pl 8314b3fc5f

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

**POWIAT LEGIONOWSKI.** Historia regionu

# Jezioro Zegrzyńskie ma 59 lat

**W tym roku mija 59. rocznica powstania Jeziora Zegrzyńskiego. Symboliczne przecięcie wstęgi i otwarcie zbiornika nastąpiło 22 lipca 1963 roku. Dzień ten przyjęto jako oficjalną datę powstania Jeziora**

Zbiornik ma powierzchnię 30,3 km², objętość 90 mln m³ wody i średnią głębokość 2,86 m. Jest źródłem wody dla Warszawy, tu bowiem znajduje się ujęcie Wodociągu Północnego. Na stopniu wodnym piętrzącym wodę w Jeziorze Zegrzyńskim powstała Elektrownia Wodna Dębe - ekonomiczne źródło czystej energii elektrycznej. Stopień wodny oraz Jezioro Zegrzyńskie wykorzystywane są do produkcji energii elektrycznej, poboru wody przez Wodociąg Północny, rekreacji i sportów wodnych oraz żeglugi (droga wodna II klasy). Stopień Wodny Dębe wraz z Kanałem Żerańskim i śluzą Żerań tworzą tzw. warszawski węzeł wodny.

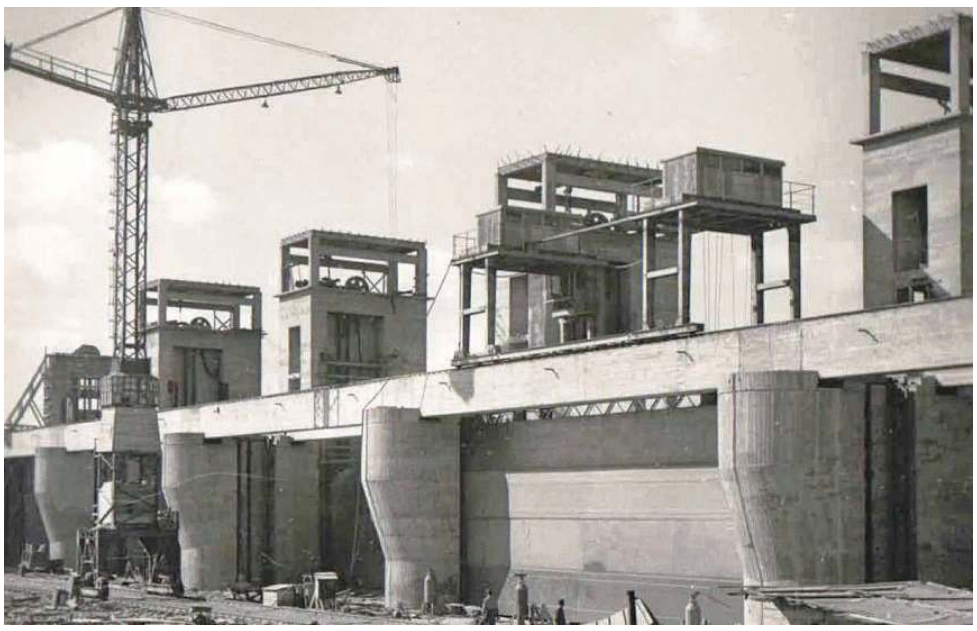
Powstanie Jeziora Zegrzyńskiego było możliwe dzięki wybudowaniu stopnia wodnego w miejscowości Dębe. Pomysł na realizację tego przedsięwzięcia powstał w 1951 roku, wtedy też określono przybliżoną lokalizację zbiornika. Siedem lat później tereny te odwiedził Józef Cyrankiewicz, ówczesny premier. Prawdopodobnie wtedy podjęto ostateczną decyzję o budowie zapory, której głównym zadaniem miało być zapobieganie powodziom w dorzeczu dolnej Narwi.

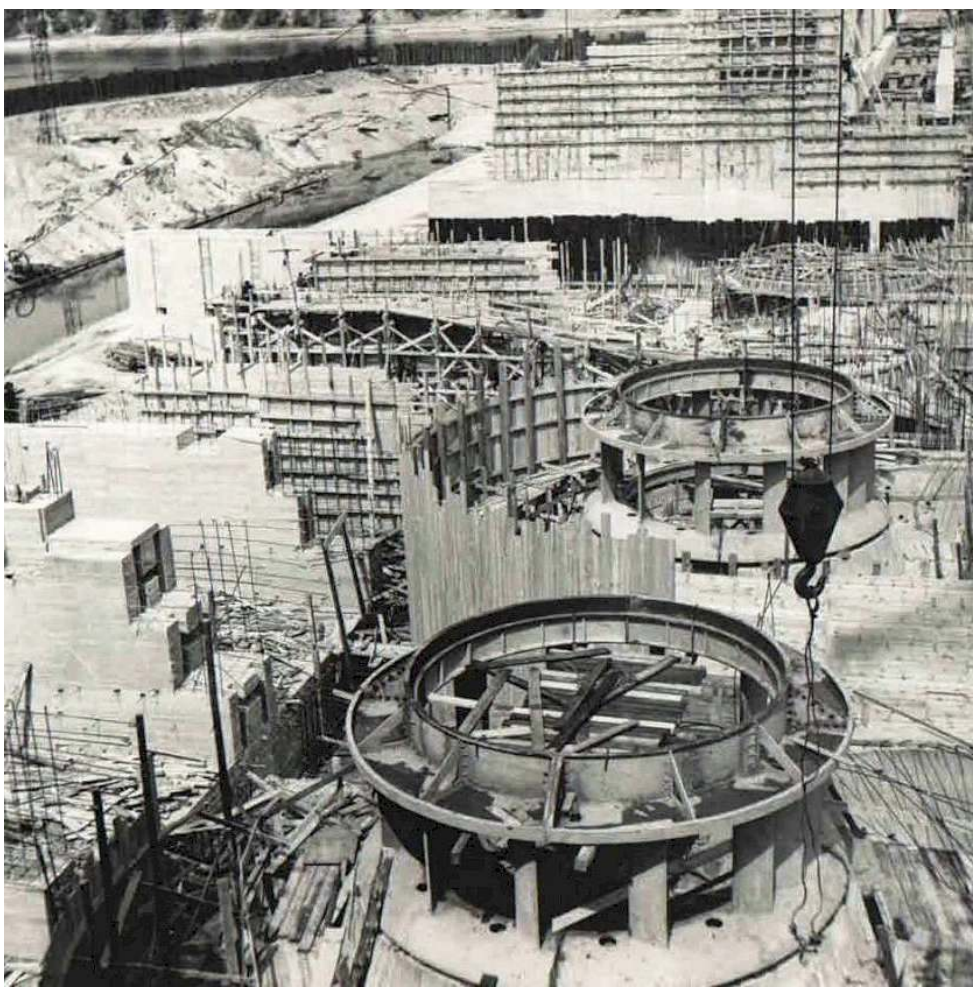
Budowę rozpoczęto w 1958 roku, a zakończono w 1963 roku. Wcześniej w miejscu, gdzie obecnie znajduje się tzw. patelnia Jeziora, mieszkali ludzie. Niestety był to obszar częstego wylewania wód Narwi i Bugu. Według przekazów mieściły się tu także trzy obozy, w których osadzeni byli więźniowie krótkoterminowi. To właśnie oni pracowali podczas oczyszczania terenu, który przeznaczono na dno obecnego Jeziora Zegrzyńskiego.

Inwestycja została zrealizowana w dwóch etapach. Pierwszy z nich obejmował wybudowanie jazu i przepławki dla ryb oraz wszystkich budynków mieszczących się poza korytem rzeki, na jej lewym brzegu. Drugi etap, polegający na wykonaniu zapory, wymagał przegrodzenia Narwi i skierowania jej wód na jaz. Poza zaporą główną powstały również zapory boczne, jedenaście przepompowni do odwadniania terenów i wały ziemne na lewym brzegu rzeki.

Przecięcie wstęgi nastąpiło przy okazji obchodów urodzin PRL-u – 22 lipca 1963 roku. Dzień ten przyjęto jako oficjalną datę powstania Jeziora Zegrzyńskiego w rejonie Dębe – Zegrze – Nieporęt – Serock i dalej w stronę Pułtuska.

Fot. **Archiwum „Hydroprojektu”**





eprasa.pl 8314b3fc5f

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

# 78. rocznica wybuchu Powstania Warszawskiego

**W poniedziałek (1 sierpnia) punktualnie o godz. 17.00 w Legionowie przy pomniku Polski Walczącej na Rondzie Armii Krajowej odbyły się centralne uroczystości związane z obchodami 78. rocznicy wybuchu Powstania Warszawskiego**

W trakcie uroczystości upamiętniono pamięć Powstańców, odczytano Apel Poległych i złożono kwiaty pod pomnikiem Polski Walczącej.

**red.**

## Nie po to się żyje, by walczyć...

**W rocznicę wybuchu Powstania Warszawskiego, które w Legionowie i okolicy trwało 3 dni, w wielu miejscach pamięci oddawano hołd walczącym i poległym. Najmłodszymi żołnierzami, którzy polegli w Legionowie 2 sierpnia 1944 r., byli: Sławomir Klejment, Zbigniew Zakrzewski i Zenon Kałamaja. Na ich grobie czytamy: „Nie po to się żyje, by walczyć, lecz walczy się po to, by żyć. A jeśli ci życia nie starczy, to śmierci spójrz w oczy i idź".**

Ci trzej szesnastolatkowie-żołnierze Armii Krajowej zostali zabici przez niemieckiego okupanta. Należeli do drużyny Szarych Szeregów VII Obwodu Armii Krajowej Obroża. Sławek nosił pseudonim Huragan, Zbigniew – Arab, a Zenek – Zienko. Pełnili rolę łączników i sanitariuszy. Kule dosięgły ich w pobliżu skrzyżowania ul. Jagiellońskiej i Warszawskiej, nieopodal schronu. - Gdy od strony Jabłonny nadjeżdżała kolumna kilku niemieckich czołgów, ktoś z okopów wystrzelił w ich stronę. Maszyny natychmiast zwolniły, skręciły i jechały w kierunku okopów. Polscy żołnierze i łącznicy zaczęli uciekać w stronę bunkra. W międzyczasie wystrzelony pocisk armatni zawalił wejście do schronu. Niestety kula z niemieckich karabinów maszynowych trafiła Zenka w czoło, seria wystrzałów niemal przecięła Sławka w pół, a Zbyszek został ciężko ranny w głowę i zmarł po 2 dniach – mówił Wojciech Jeute z Zespołu Ochrony Pamięci Armii Krajowej (ZOPAK).

Centralne uroczystości w Legionowie rozpoczęły się o godz. 17.00, przy Pomniku Polski Walczącej. Wcześniej przedstawiciele samorządu lokalnego, żołnierze, członkowie Koła nr 1 ŚZŻAK w Legionowie oraz ZOPAK-u, a także mieszkańcy i goście składali kwiaty i zapalali znicze m.in. w: Kwaterze Wojennej na cmentarzu, na granicy Chotomowa i Legionowa oraz w miejscu, gdzie zginęli harcerze: Arab, Zienko i Huragan.

**Olga Gajda**

# Ultradeszczowy 8. Ultramaraton Powstańca

**8. Ultramaraton Powstańca odbył się 31 sierpnia na terenie Gminy Wieliszew. Ponad 600 biegaczy nie przestraszyło się deszczowej nocy i w niedzielny poranek stawiło się na starcie biegu**

Po przywitaniu zawodników przez Wójta Pawła Kownackiego – w strugach deszczu odśpiewano Hymn Polski, a żołnierze wciągnęli flagę na maszt.

Zawodnicy z flagami symbolicznie przebiegli honorowe 500 metrów. W tym momencie nikt nie walczy o tempo, na tym odcinku każdy w zadumie myśli o tych 63 kilometrach, które są przed nimi do pokonania, by uczcić Pamięć Powstańców Warszawskich.

Wymagająca trasa z wielkimi kałużami, błotem i śliskimi odcinkami na łąkach krubińskich, górski podbieg na fortach w Janówku Pierwszym, czy wbieg na wieżę kościoła na pewno zapiszą się w pamięci biegaczy.

### Zwycięzcy

Najszybciej z czasem 4h 39 min. trasę pokonał zawodnik mieszkający w Braniewie, reprezentujący drużynę Wieliszew Heron Team - Damian Krzysztofiak. Drugi był mieszkaniec Łajsk Paweł Witkowski z Wieliszew Heron Team, a „pudło" zamknął Damian Falandysz z Pruszkowa.

Wśród kobiet wygrała młodziutka, bo zaledwie 23 letnia Nina Wieczorek z Oleśnicy. Pobiła ona damski rekord trasy z czasem 5h i 12 min. Nina dzień wcześniej z dużym dystansem podchodziła do rywalizacji z mistrzynią ultra Patrycją Bereznowską, która w niedzielę zajęła drugie miejsce. Jako trzecia do mety dotarła Liwia Słupecka.

### Gorąca deszczowa atmosfera

Dla atmosfery, dla trasy, dla idei i dla mieszkańców – tak po krótce można odpowiedzieć na pytanie dlaczego kilkuset zawodników z całej Polski przyjeżdża do Wieliszewa. Jak co roku, społeczność wieliszewska – mimo padającego deszczu wspierała uczestników, kibicując, organizując punkty z wodą i jedzeniem. Tym razem obyło się bez chłodzenia wodą z węży ogrodowych, bo tej było aż nadto z każdej strony.

### Honorowy Gość

Zawodnicy w tym roku mieli okazję poznać, posłuchać, a niektórzy nawet dostać medal z rąk Powstańca Warszawskiego Janusza Walędzika pseudonim „Czarny", który zaszczycił sportowe wydarzenie swoja obecnością. Pan Janusz niezwykle ciekawie opowiadał o Powstaniu Warszawskim, pozował do zdjęć z uczestnikami, rozmawiał zarówno ze starszymi, jak i młodszymi, a tuż przed dekoracją zaśpiewał kilka powstańczych piosenek.

### Partnerzy i sponsorzy biegu

Organizatorem 8. Ultramaratonu Powstańca jest Stowarzyszenie Młodzi dla Rozwoju EMKA, współorganizatorem Gmina Wieliszew oraz Powiat Legionowski. Ultramaraton został „Dofinansowany przez „Polską Fundację Narodową" i jest ona również Oficjalnym Partnerem Wydarzenia. Strażacy z OSP oznakowali trasę, pilnowali jej, dzięki nim biegacze nie mogli się zgubić, a Młodzieżowa Drużyna Pożarnicza dbała, by każdy na mecie dostał medal i wodę. Partnerami biegu byli m.in: żołnierze z 32. Wieliszewskiego Dywizjonu Rakietowego Obrony Powietrznej w Olszewnicy Starej. A także Stowarzyszenie Miłośników Fortu XVII B, POLONUS oraz ProReh.

**UG Wieliszew**

eprasa.pl 8314b3fc5f

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

**PIŁKA NOŻNA.** Start sezonu 2022/2023

# Na początek Pilica Białobrzegi

**W najbliższą sobotę (godz. 17), wyjazdowym spotkaniem z Pilicą Białobrzegi trzecioligowi piłkarze KS Legionovia Legionowo zainaugurują sezon 2022/2023. Jaki on będzie dla podopiecznych trenera Michała Pirosa, drużyny wicelidera poprzednich rozgrywek?**

**Jak zaprezentują się w nowym sezonie podopieczni trenera Michała Pirosa?** Fot. fotoMiD

Jak powszechnie wiadomo piłka jest okrągła, a bramki są dwie, ale… Optymistów wierzących, że legionowscy futboliści są w stanie poprawić pokaźny dorobek punktowy z ostatniego sezonu (przypomnijmy: 80 zdobytych punktów, na które złożyły się 24 zwycięstwa, 8 remisów i tylko 4 porażki) – niewielu. Wśród legionowskich kibiców piłki kopanej przeważają raczej opinie, że wypuszczona na finiszu ostatniego sezonu szansa na drugoligowy awans, może się długo nie powtórzyć. Cóż, nie ma co krakać. Pożyjemy, zobaczymy…

W przerwie letniej trzon zespołu niewiele się zmienił. Odeszli m.in. Michał Bajdur i Piotr Bujak, pozyskano czterech nowych piłkarzy (Kamil Kumoch, Marcin Bawolik, Michał Suchanek, Szymon Wiejak), do zespołu po rocznej grze w grodziskiej Pogoni powrócił Daniel Choroś. Wygląda więc na to, że liczbowo Legionovia więcej piłkarzy zyskała niż straciła, ale, czy ilość przejdzie w jakość?

Wyniki spotkań sparingowych, rozegranych w czasie letnich przygotowań, delikatnie mówiąc – nie rzucają na kolana. Wręcz odwrotnie. Same porażki i tylko jeden remis 2-2 z czwartoligowym warszawskim Hutnikiem. Prezes legionowskiego klubu Dariusz Ziąbski, stara się nie robić z wyników tych kontrolnych spotkań tragedii. – To tylko sparingi, droga do dobrego przygotowania do sezonu. Czy ktoś rozsądnie myślący oczekiwał zwycięstw z czołowymi zespołami ukraińskiej ekstraklasy, z Ługańska, Połtawy i Żytomierza? Mieliśmy w tych spotkaniach, także tych z czołowymi zespołami III ligi z grupy 1, a więc LKS Łagów i Avią Świdnik, zarówno złe ale i dobre okresy w swej grze. Szwankowała z pewnością skuteczność i to wydaje się największa bolączka zespołu. Proszę też pamiętać, że Dariusz Zjawiński jest w okresie rehabilitacji , dopiero w ostatnim sparingu przeciwko Avii Świdnik, tylko przez pół godziny zagrał, wracający do zespołu po kontuzji Patryk Koziara. Na samym finiszu przygotowań, na skutek kontuzji trener nie mógł korzystać z usług nowego piłkarza w zespole, Michała Suchanka. Wybraliśmy na sparingpartnerów mocne drużyny, wyniki spotkań kontrolnych są takie a nie inne, ale nie świadczą o sile i potencjale naszej drużyny. Historia wyników sparingowych wielu zespołów, nijak ma się do tych o ligowe punkty. Sam tego jako były piłkarz doświadczyłem – podkreślił prezes.

**Czy będą musieli „stawać na głowie", aby zdobyć gola?** Fot. fotoMiD

**Czy Kamil Kumoch będzi e legionowskim odkrycie sezonu 2022/2023?** Fot. fotoMiD

W wspomnianym ostatnim sparingu rozegranym w Rembertowie przeciwko Avii Świdnik Legionovia przegrała 0-1 (0-0), tracąc gola po rzucie rożnym, na kwadrans przed końcem spotkania. Nasi mieli zdaniem prezesa wcześniej trzy niezłe sytuacje na zdobycie bramki, ale zawiodła wspomniana wcześniej skuteczność, a w zasadzie jej brak. Dodajmy może jeszcze, że w zespole rywali zagrał jej nowy nabytek, 37-letni obrońca z ekstraklasową przeszłością (ostatnio Górnik Łęczna) - Tomasz Midzierski.

Jak może wyglądać wyjściowy skład Legionovii na inauguracyjne spotkanie z Pilicą w Białobrzegach? O próbę jego wytypowania poprosiliśmy D. Ziąbskiego.: - Nie chcę wchodzić w kompetencje trenera Michała Pirosa, ale wiele wskazuje na to, że nasz skład na pierwszy pojedynek o ligowe punkty sezonu 2022/2023 może wyglądać następująco: Krzywański – Kaczorowski, Gibas, Waszkiewicz, Barański, Sonnenberg, Rymek, Kumoch, Papazjan, Mroczek, Wiejak (ewentualnie Balicki).. Są oczywiście jeszcze gotowi do gry: Choroś, Wojdyga, Zaklika…Zobaczymy. Oby był to skład zwycięski – dodaje prezes klubu. Przypomnijmy, że w ubiegłym sezonie Legionovia wygrała z Pilicą w Białobrzegach 2-1, trzy punkty zainkasowała z tym rywalem również w legionowskim spotkaniu (3-1).

A oto pary pierwszej, sobotniej kolejki w III lidze (grupa 1):

Pilica Białobrzegi – Legionovia, Ursus Warszawa- Błonianka Błonie, Świt Nowy Dwór Mazowiecki – Lechia Tomaszów Mazowiecki, Broń Radom – Sokół Ostróda, Mławianka Mlawa - Pelikan Łowicz, Legia II Warszawa - Pogoń Grodzisk Mazowiecki, Warta Sieradz – Jagiellonia II Białystok, Olimpia Zambrów – Unia Skierniewice, Concordia Elbląg – ŁKS II Łódź.

**(jb)**

**PIŁKA RĘCZNA.** Rozkład jazdy na sezon 2022/2023

# Zaczynają przygotowania

**W poniedziałek przygotowania do sezonu 2022/2023 w Lidze Centralnej (bezpośredniego zaplecza PGNiG Superligi) rozpoczęli piłkarze ręczni KPR Legionowo. Sezon rusza 17/18 września 2022, a pierwsza runda zakończy się 28/29 stycznia 2023 roku**

Czego można spodziewać po legionowskim zespole, przypomnijmy – wiceliderze ostatnich rozgrywek, który „ładowanie akumulatorów" rozpoczyna pod kierunkiem już nie trenerskiego duetu, a samodzielnego szkoleniowca Michała Prątnickiego?

Jakiekolwiek stawianie prognoz w tym momencie to „wróżenie z fusów". Czternastka drużyn rywalizujących po raz drugi w Lidze Centralnej ma swoje plany i marzenia, w kadrach zespołów nastąpiły większe i kosmetyczne zmiany, a poprzedni sezon pokazał, że rywalizacja jest wyrównana, a niespodziewanych rezultów w niej nie brakowało. Czy któraś z drużyn zdoła się w tym sezonie wcielić w rolę dominatora rozgrywek, jakim była Ostrovia Ostrów Wielkopolski (dziś już superligowca), czy też najbliższy sezon będzie trzymał w napięciu do samego końca? To póki co pytanie retoryczne. Więcej na temat szans i roli poszczególnych drużyn będzie można powiedzieć po kilku kolejkach, a już snuć konkretniejsze prognozy po pierwszej rundzie Ligi Centralnej sezonu 2022/2023.

Przesdstawiamy zestaw pierwszej kolejki Ligi Centralnej i „rozkład jazdy" KPR Legionową na pierwszą rundę sezonu 2022/2023.:

**1.kolejka (17/18 września br.)**
Grot Blachy Pruszyński Anilana Łódź – KPR Legionowo
Stal Mielec – Olimpia Madex Piekary Śląskie
Orlen Upstream Przemyśl – Nielba Wągrowiec
Stal Gorzów – Śląsk Wrocław
AZS AWF Biała Podlaska – Zagłębie Sosnowiec
Padwa Zamość – MKS Wieluń
Autoinwest Żukowo – Warmia Energa Olsztyn

**2.kolejka (24/25 września)**
KPR Legionowo – Orlen Upstream Przemyśl

**3.kolejka (1/2 października)**
Stal Gorzów Wielkopolski – KPR Legionowo

**4.kolejka (8 października)**
KPR Legionowo – AZS AWF Biała Podlaska

**5. kolejka (22/23 października)**
Padwa Zamość – KPR Legionowo

**6.kolejka (29/30 października)**
KPR Legionowo – Autoinwest Legionowo

**7. kolejka (5 listopada)**
Warmia Energa Olsztyn – KPR Legionowo

**8. kolejka (19/20 listopada)**
KPR Legionowo – MKS Wieluń

**9. kolejka (26/27 listopada)**
Zagłębie Sosnowiec – KPR Legionowo

**10. kolejka (3/4 grudnia)**
KPR Legionowo – Śląsk Wrocław

**11. kolejka (10 grudnia)**
Nielba Wągrowiec – KPR Legionowo

**12. kolejka (17/18 grudnia)**
Olimpia Piekary Śląskie – KPR Legionowo

**13. kolejka (28/29 stycznia 2023 r)**
KPR Legionowo – Stal Mielec

**(jb)**

**Takich zawodników, z podziałem na pozycje będzie miał do dyspozycji, trener Michał Prątnicki, podczas przygotowań do sezonu 2022/2023. Jest wśród nich trójka nowych zawodników: rozgrywający Irańczyk – Ali Mehdizadech, prawoskrzydłowy – Michał Klapka oraz nowy-stary obrotowy Wiktor Jędrzejewski** Fot. fb kprlegionowo

eprasa.pl 8314b3fc5f