



USYPIAJĄ ZWIERZĘTA - z powodu koronawirusa?

- STR. 3

TYGODNIK LOKALNY



2,80 zł
W TYM 5% VAT

JABŁONNA
LEGIONOWO
NIEPORĘT
SEROCK
WIELISZEW

NR **13** (1558)
24 MARCA 2020

INDEKS 378461
ISSN 1426-6504

tołowo

M A Z O W I E C K I E

C O T Y D Z I E Ń O D 5 M A J A 1 9 9 0 R O K U

Skosztuj historii naszego miasta...



APEL ratowniczej medycznej

-str. 2

POWIAT Życie podczas epidemii

Jak radzimy sobie
z koronawirusem?

-str. 3

PORADNIK

**Prawa i obowiązki
w czasie epidemii**
Życie w koronawirusie:
praca, wynagrodzenia,
szkoły itp.

Fakty i mity na temat
koronawirusa

-str. 4

POWIAT

**Utrudniony dostęp
do urzędów
i instytucji**

Jak samorządy radzą
sobie z epidemią?

-str. 5

Do kogo zwrócić się o pomoc?

Zjednoczenie w czasie
kryzysu

-str. 5

**Radni Sejmiku
przeciwko nowym
liniom kolejowym**

Komisji Strategii
Rozwoju Regionalnego
i Zagospodarowania
Przestrzennego

-str. 6

LEGIONOWO

**Czy Wojewoda
unieważni
uchwałę ws.
osiedla przy
ul. Kościuszki**

Wniosek do Wojewody
Mazowieckiego
o stwierdzenie
nieważności uchwały

-str. 24

MEŃCZYŻNA Z JABŁONNY ZAKAŻONY

CZYTAJ NA STRONIE 3

KORONAWIRUSEM

Historie na czas kwarantanny.
DO POCZYTANIA:
TRZY KARCZMY str. 22-23



KLINIKA GINEKOLOGICZNO - POŁOŻNICZA

- PROWADZENIE CIĄŻY, TAKŻE POWIKLANEJ. DIAGNOSTYKA USG 3D/4D
- SZKOŁA RODZENIA I INDYWIDUALNE PRZYGOTOWANIE DO PORODU
- PORADY LAKTACYJNE W PRZYCHODNI I W DOMU
- LECZENIE NIEPŁODNOŚCI U KOBIET I MĘCZYŻYN
- NIEINWAZYJNE BADANIA PRENATALNE
- GINEKOLOGIA W PEŁNYM ZAKRESIE I ESTETYCZNA
- USG PEŁEN ZAKRES
- ENDOKRYNOLOG I DIETETYK KLINICZNY DLA DOROSŁYCH I DZIECI
- UROLOG
- ORTOPEDIA ZABIEGOWA
- BADANIA LABORATORYJNE W PEŁNYM ZAKRESIE

Legionowo, ul. Sienkiewicza 10 I p. nad HEBE, tel. 22 732 24 86, 518 447 748
www.umedica.pl ultramedicalegionowo

AUTORYZOWANY PUNKT SPRZEDAŻY

Libet
Platinum

KaBa
BRUKARSTWO

KOSTKA BRUKOWA
SPRZEDAŻ I UKŁADANIE

663 555 305 Nuna 199 • Nasielsk ul. Piaskowa 36

PRZYCHODNIA DLA ZWIERZĄT

lek. wet. MIROSLAW KADO
specjalista
chorób psów i kotów

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

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

RAPORT Z CZASU KWARANTANNY

Policjanci, złodzieje i papier...

Oprócz informacji o zdarzeniach niepokojących, a nawet tragicznych, o które najłatwiej w czasie epidemii, docierają do nas również takie, które są wesołe, a wręcz komiczne. Oto niektóre z nich...

Policjanci zwrócili się z apelem do przestępców o zaprzestanie wszelkich działań przestępczych, haniebnych i niegodziwych, za względu na panującą sytuację. Z góry podziękowali też za zrozumienie i współpracę związaną z powstrzymaniem się od popełniania przestępstw i wykroczeń. Jednocześnie poinformowali, że oddzielnym komunikatem powiadomią, kiedy będzie można wrócić do codziennej działalności przestępczej. Co na to złoczyńcy?

Przestępcy, można by sądzić, że apel ten odebrali pozytywnie. Niektórzy z nich zaczęli bowiem nawet pomagać służbom sanitarnym i medycznym w akcji dezynfekcyjnej. Później jednak okazało się, że przy okazji odkażenia domów czyścili je również z kosztowności. A więc, albo źle zrozumieli albo ktoś przez pomyłkę wysłał im ten drugi komunikat, że mogą już wrócić do swoich zadań.

Być może też był ważny powód do zerwania czasowego rozejmu pomiędzy policją i złodziejami. Czytamy gdzieś bowiem, że policja odzyskała skradzioną ciężarówkę z 8 tonami papieru toaletowego. A takich rzeczy nie można darować. A więc wojna... Gdzie indziej znowu pojawiła się informacja, że kierowcy kiedy zobaczyli ciężarówkę z oznaczeniami, iż przewozi papier toaletowy - posłusznie utworzyli dla niej tzw. korytarz życia.

Docierają do nas również informacje, że nie wszyscy obawiają się kwarantanny domowej. Wiele mieszkańców co prawda pisze dramatyczne apele, że jeśli będą musieli jeszcze jeden dzień spędzić w domu, to zwariują albo się pozabiją. Ale podobno część osób wręcz marzy o tym, aby nie iść do pracy i pozostać w domu. Stąd zajęte linie telefoniczne w przychodniach. Część obywateli w obawie przed zakażeniem wirusem, domaga się nawet zwolnień lekarskich.

Słyszeliśmy o takim przypadku, kiedy zdrowy jak ryba przedstawiciel służb mundurowych zgłosił się po zwolnienie lekarskie, argumentując że woli nie chodzić do pracy żeby nie zarazić domowników. Gdy jednak usłyszał pytanie, a co by było, gdyby była wojna, czy wtedy on i jego koledzy: wojskowi, policjanci i strażacy, też pójdą na zwolnienie - wtedy z niewyraźną miną oddalił się bez słowa...

Paweł Szyling

SZCZEGÓLNA ROLA PRASY

Prezes Izby Wydawców Prasy wystosował list dotyczący szczególnej roli prasy w czasie epidemii. Píše w nim, że brak wiedzy o rozwoju choroby skazuje nas na pełne niepokoju oczekiwanie. Dlatego ważna jest pełna, rzetelna i wiarygodna informacja, którą przekazuje czytelnikom prasa. Jej rola jest szczególna, ponieważ tylko prasa dostarcza wiedzy pogłębionej, eksperckiej i opartej na wielu źródłach.

Warto dodać, że w celu dostarczania mieszkańcom informacji, wszelkie służby, urzędy i instytucje, powinny współpracować i przekazywać informacje. Niestety na lokalnym podwórku mamy w tej dziedzinie złe doświadczenia. Istnieją urzędy, które na potwierdzenie najprostszej nawet informacji potrzebują przynajmniej 2 tygodnie. Poza tym, z udzielanych przez nie odpowiedzi, już na odległość widać brak chęci pomocy i jakiegokolwiek współpracy.

List prezesa Izby Wydawców Prasy, o roli prasy w czasie epidemii - czytaj na str. 4 Maciej Lerman



Apel ratowniczej medycznej

Jedna z ratowniczek medycznych zamieściła na swoim profilu na Facebooku wpis, w którym apeluje o przestrzeganie kwarantanny i nie oszukiwanie medyków, lekarzy, pielęgniarek i salowych w przypadku złego stanu zdrowia, a tym samym narażanie ich na zakażenie koronawirusem

Dziś niestety doszła do nas smutna wiadomość. W naszym powiecie, w naszym mieście zamknięto szpital - Nowodworskie Centrum Medyczne. Apeluję do wszystkich! Przestrzegajcie kwarantanny, nie

oszukujcie medyków, lekarzy, pielęgniarek, salowych. To właśnie Ci ludzie stoją na pierwszej linii frontu, jak nas zabraknie nikt nie przyjdzie z pomocą do waszych bliskich przyjaciół rodziny i dzieci.

Dzisiejszy dyżur opuściłam do domu smutna, przeżyłam egoizm niektórych ludzi, którzy kłamią. Dzisiejszy przykład pokazał, że kłamstwo ma krótkie nogi. Moje koleżanki i koledzy oraz lekarze niestety nie stawiają się jutro do pracy - objęła

ich bezwzględna kwarantanna. Nie będę pomagać chorym, wspierać w trudnych chwilach.

Pamiętaj! My też jesteśmy ludźmi, mamy emocje, rodzinny, też chcemy wrócić do domu. Dziękuję za uwagę.

POWIAT. 282 mieszkańców powiatu objętych nadzorem epidemiologicznym, a 110 osób poddanych kwarantannie domowej

1 osoba zakażona koronawirusem, 2 osoby hospitalizowane

Jak poinformował Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Legionowie w komunikacie z 23 marca br., na terenie powiatu legionowskiego 282 mieszkańców jest objętych nadzorem epidemiologicznym, a 110 osób poddanych jest kwarantannie domowej. Potwierdzono 1 przypadek zakażenia koronawirusem, a 2 osoby zostały hospitalizowane

Do chwili zamknięcia numeru, uzyskaliśmy informację o 2 mieszkańcach powiatu, którzy są hospitalizowani z powodu podejrzenia zakażenia COVID-19 oraz o jednej osobie zakażonej (więcej na str. 3). Wczoraj objętych nadzorem było 266 osób oraz 80 osób objętych kwarantanną domową.

Kwarantanna domowa to celowa izolacja osób zdrowych, które miały bliski kontakt z osobami zarażonymi lub podejrzanymi o zarażenie, a także powracających do Polski z zagranicy. Osoby te mają obowiązek pozostać w swoich



domach lub miejscach do tego wyznaczonych. Nie mogą spotykać się z innymi osobami, wychodzić z psem czy do sklepu. Niezbędne rzeczy dostarczają im odpowiednie służby lub wolontariusze.

Nadzór epidemiologiczny odbywa się w porozumieniu ze służbami sanitarnymi po wywiadzie epidemiologicznym. Objęte są nim osoby, które nie miały bezpośredniego kontaktu z osobą zarażoną, ale np. pracowały w tym samym budynku. Prewencyjnie zaleca

się monitorowanie stanu zdrowia takiej osoby poprzez pomiary temperatury 2 razy dziennie, a także ograniczenie spotkań, w miarę możliwości pozostanie w domu i przejście na pracę zdalną. Nadzór epidemiologiczny trwa, podobnie jak kwarantanna, 14 dni.

Zaleca się również stosowanie zasad higieny zgodnie z instrukcją opublikowaną na dedykowanej stronie na platformie gov.pl - <http://www.gov.pl/koronawirus>

Koronawirus w Polsce - aktualna sytuacja epidemiologiczna.

20 127 - liczba wykonanych testów diagnostycznych

1 084 osób hospitalizowanych

48 632 osób objętych kwarantanną

80 348 osób zgłoszonych do kwarantanny po powrocie do kraju

58 826 osób przebywa pod nadzorem epidemiologicznym

ponad 2,5 tys. testów wykonanych w ciągu doby

(Informacje z Ministerstwa Zdrowia, z 23 marca godz. 12:30)

Do zamknięcia numeru, łącznie w Polsce odnotowano 684 potwierdzone przypadki zakażenia koronawirusem. Z powodu koronawirusa w Polsce zmarło 8 osób. Jedna osoba została wyleczona.

Więcej komunikatów o koronawirusie na terenie sąsiednich powiatów - czytaj str. 8.

JABŁONNA. Pacjent hospitalizowany był w nowodworskim szpitalu

Pierwszy przypadek KORONAWIRUSA W POWIECIE

Dyrekcja nowodworskiego szpitala poinformowała, iż jest pierwszy potwierdzony przypadek zakażenia koronawirusem u pacjenta hospitalizowanego na oddziale chorób wewnętrznych Nowodworskiego Centrum Medycznego. Jest to 88-letni mieszkaniec Jabłonna. Personel szpitala został poddany kwarantannie, SOR zamknięty do dezynfekcji, a pacjenci oddziału wewnętrznego przewiezieni do innych szpitali

Mężczyzna z podejrzeniem zapalenia płuc trafił do szpitala w czwartek. Ze Szpitalnego Oddziału Ratunkowego pacjent trafił na Oddział Wewnętrzny. Jak udało nam się ustalić, na początku mężczyzna nie poinformował lekarza o tym, iż miał styczność z osobą, która przebywała w kraju, w którym stwierdzono przypadki zakażenia koronawirusem.



Miał kontakt z osobą potencjalnie zarażoną

Dopiero po przeniesieniu na drugi oddział, pacjent poinformował, że niedawno miał kontakt z osobą, która niedawno wróciła z zagranicy. Jak ustaliliśmy, dopiero w piątek został zrobiony mu test na obecność koronawirusa. Na wynik testu trzeba było czekać aż do niedzieli. Przez cały ten czas pacjent przebywał na oddziale wewnętrznym nowodworskiego

szpitala. W niedzielę wieczorem mężczyzna został przewieziony karetką na oddział zakaźny do szpitala na ul. Wołoską w Warszawie.

Ewakuacja oddziału wewnętrznego i zamknięcie SORu

Jak podaje dr. Łukasz Tomasiak, dyrektor ds. medycznych nowodworskiej placówki: 32 osoby z personelu zostały objęte 14-dniową kwarantanną (w tym 8 lekarzy

i 14 pielęgniarek). W związku z tym z powodu braków kadrowych podjęto decyzję o zamknięciu oddziału internistycznego. Trwa ewakuacja 24 pacjentów, którzy trafią do innych szpitali. Pracownicy sanepidu po 7 dniach przeprowadzą testy, wtedy być może oddział zostanie warunkowo uruchomiony. Szpitalny Oddział Ratunkowy został ponownie uruchomiony poniedziałek wieczorem.

KT

POWIAT. Jak radzimy sobie z koronawirusem?

Życie podczas epidemii



Zamknięte urzędy, kawiarnie, restauracje i kina. Większość ludzi całe dni spędza w domach. Ci którzy muszą wychodzić tylko do pracy i ewentualnie na małe zakupy. Do sklepów klienci wpuszczani są po parę osób, pozostali muszą czekać przed drzwiami. Jak zmieniło się życie mieszkańców powiatu w czasie epidemii koronawirusa? *Patrz na str 14*



LEGIONOWSKI. Weterynarze o skutkach epidemii

Usypiają zwierzęta - z powodu koronawirusa?

W związku z informacjami o masowym oddawaniu psów i innych zwierząt do eutanazji z powodu epidemii koronawirusa Krajowa Izba Lekarsko Weterynaryjna wydała komunikat. Uspokaja w nim, że nie zaobserwowano takiego zjawiska w lecznicach weterynaryjnych. W sieci huczy jednak od podobnych doniesień, okraszonych drastycznymi szczegółami

- „Dzisiaj paru klientów przyszło już ze zwłokami zwierząt do utylizacji (...) - 3 kotami i 2 psami. Jeden przypadek próbowaliśmy zgłosić na policję, gdyż koleś przyszedł z psem z odrąbaną głową (...) a co najgorsze wczoraj przyszedł z nim żywym do naszej kliniki i chciał go ze strachu uspić.” - miał głosić jeden z wpisów. W innym natomiast mogliśmy przeczytać o mężczyźnie, który dzwonił do lecznicy weterynaryjnej, bo chciał zutylizować swoje rybki, ponieważ bał się, że go zaraża koronawirusem.

Dlaczego pozbywają się zwierząt?

Jak ustaliliśmy, od chwili pojawienia się w Polsce informacji o pierwszym przypadku koronawirusa w mediach zaczęło krążyć wiele informacji o przypadkach pozbywania się zwierząt domowych a szczególnie psów. Ich właściciele mieli obawiać się, że koronawirus może się na nich przenieść od zwierzątek. Krążyły także pogłoski o oddawaniu zwierząt z obawy, że nie będzie można kupić dla nich pożywienia, albo że będzie można się zarażać wirusem wychodząc z nimi na spacer. Mnożyły się także plotki o dramatycznej sytuacji w gabinetach weterynaryjnych, gdzie zdesperowani właściciele zwierząt mieli wręcz błagać o uspienie swoich pupili.

Nie ma eutanazji na życzenie

Doniesienia te spowodowały nawet reakcję Krajowej Izby Lekarsko-Weterynaryjnej, która 16 marca br. wydała komunikat w tej sprawie. - „Z całą stanowczością zaprzeczamy tym informacjom. Od rana przeprowadziliśmy rozmowy z kilkudziesięcioma lecznicami dla zwierząt z całej Polski. Wielu właścicieli słyszało o tej plotce, ale nikt nie potwierdził, żeby takie sytuacje miały miejsce” - czytamy w komunikacie. Jednocześnie Izba przypominamy, że polskie prawo nie przewiduje przeprowadzenia eutanazji na życzenie. Zwierzę towarzyszące możemy poddać takiemu zabiegowi w ostateczności, gdy jego stan zdrowia jest bardzo zły, prowadzący do cierpienia przy braku możliwości jego wyleczenia lub po prostu komfortu życia. Prawo zezwala też na eutanazję zwierzęcia bardzo agresywnego zagrażającego ludziom. Ponadto każdy przypadek lekarz weterynarii powinien rozpatrzyć indywidualnie.

Mamy mądrych mieszkańców”

Postanowiliśmy również sprawdzić, co na ten temat mówią weterynarze w Legionowie. - *Przecież to jest fake news* - usłyszeliśmy od pierwszej naszej rozmówczyni, prowadzącej lecznicę weterynaryjną - *U nas na szczęście nikt taki się nie pojawił* - mówili kolejni rozmówcy. W sumie na sześć gabinetów weterynaryjnych, do których zadzwoniliśmy, w żadnym nie spotkano się z żądaniem uspienia pupila z powodu strachu przed koronawirusem. - *Ludzie panikują, bo nic nie wiedzą o tym wirusie, na szczęście w Legionowie mamy mądrych mieszkańców* - powiedziała nam pracowniczka jednej z przychodni.

Weterynarze pracują normalnie

Przy okazji „odkłamywania rzeczywistości” zapytaliśmy jak w okresie wprowadzonego stanu zagrożenia epidemicznego funkcjonują legionowskie przychodnie weterynaryjne. Wszyscy nasi rozmówcy zgodnie stwierdzili, że pracują normalnie z zachowaniem wytycznych Ministerstwa Zdrowia. - *Nie odwołujemy zabiegów* - brzmiały wszystkie wypowiedzi. Ustaliliśmy również, że lecznice działają w takich godzinach jak dotychczas.

QK

Zgodnie z wiedzą Światowej Organizacji Zdrowia i Światowej Organizacji Zdrowia Zwierząt właściciele zwierząt mogą być spokojni - ich pupile nie przenoszą koronawirusa.

Niespodziewana w swoim zasięgu epidemia korona-wirusa COVID-19 zdewastowała i przeorganizowała nasze życie społeczne i państwowe. Zmusiła nas do nowych zachowań, innej organizacji życia i pracy zawodowej. Brak wiedzy o rozwoju choroby skazuje nas na pełne niepokoju oczekiwanie. To nie jest łatwy czas dla Polaków. Tym ważniejsza jest pełna, rzetelna i wiarygodna informacja, którą przekazuje czytelnikom prasa – w wydaniach papierowych a także za pośrednictwem mediów elektronicznych. Jej rola w czasie pandemii jest szczególnie ważna. Tylko prasa dostarcza wiedzy pogłębionej, eksperckiej, opartej na wielu źródłach. Na dodatek, w przeciwieństwie do radia i telewizji, forma przekazu treści jest trwała, można do niej wielokrotnie wracać. Gazety i czasopisma docierają i powinny docierać do każdego zakątka kraju.

Dokładamy wyjątkowych starań, by tak właśnie było. Nie zrezygnowaliśmy z dyżurów dziennikarskich, nie godzimy się na obniżenie jakości naszej pracy, działamy wbrew wszelkim przeciwnościom. By jednak nasza praca była owocna, potrzebujemy współpracy czytelników. Namawiamy do kupowania prasy, do podejmowania prenumeraty, do zapoznawania się z naszą ofertą online. Tam, gdzie nie dociera prasa papierowa, sugerujemy, by korzystać z wydań elektronicznych. Oferują je już niemal wszystkie tytuły. Przetrywamy w służbie dla Czytelnika tylko dzięki Czytelnikowi. To relacja nierozzerwalna, a dziś wyjątkowo Wam i nam potrzebna. Czytajmy prasę i walczmy o jakość informacji.

Prezes Izby Wydawców Prasy
Bogusław Chrabota

Fakty i mity na temat koronawirusa

Czy zwierzęta przenoszą chorobę? Czy alkohol zabija wirusa? Czy maseczki faktycznie nas uratują? Na te i inne pytania odpowiadamy w skrócie.

Czy psy i koty przenoszą koronawirusa?
Falsz: Nie ma dowodów, że zwierzęta przenoszą wirusa. Warto jednak po ich dotykaniu myć dokładnie ręce.

Maseczka pomaga uchronić się przed zakażeniem?
Falsz: Maseczek ochronnych nie powinny nosić osoby zdrowe. Zaleca się je chorym, aby nie rozprzestrzeniać różnego rodzaju wirusów. Przedstawiciele służby zdrowia powinni nosić maseczki i często je zmieniać, nawet co godzinę. Dopiero wtedy przynosi to odpowiedni skutek.

Cynk i witamina D uchronią przed zachorowaniem?
Falsz: Żaden z popularnych suplementów diety nie chroni przed zakażeniem. Podobnie rzecz ma się z witaminą D.

Latem epidemia się skończy, bo wzrośnie temperatura i będzie większe promieniowanie UV?
Raczej nie: Co prawda wirusy są sezonowe, ale nie ma żadnych dowodów na to, że koronawirus zniknie. Sama temperatura nie pomoże, bo patogen żyje w ciele człowieka, a to ma temperaturę około 36 stopni. Możliwe jednak, że za kilka miesięcy intensywność epidemii osłabnie.

Mężczyźni ciężiej przechodzą chorobę?
Prawda: Więcej ciężkich przypadków zanotowano wśród mężczyzn, ale naukowcy nie ustalili jeszcze, dlaczego tak się dzieje.

Wielu pacjentów chorujących na Covid-19 umiera?
Falsz: Na chorobę umiera tylko około 3 procent zarażonych. Są to zazwyczaj osoby starsze, które mają także inne choroby przewlekłe. U 80 procent chorych przebieg choroby jest łagodny.

Paczki z Chin przenoszą wirusa?
Falsz: Wirus nie utrzyma się tak długo na powierzchniach. Umrze, zanim paczki dotrą do Polski, nawet, gdyby się na nich znajdował.

Wirus przenosi się na pieniądzech?
Prawda: Może się utrzymywać na powierzchniach, gdzie są ludzie wydzieliny (np. ślina), dlatego ważne jest mycie rąk. Dotykanie rękami np. banknotów, przycisków rękojmy, a potem dotykanie oczu, ust i nosa sprzyja zakażeniu.

Alkohol chroni przed wirusem?
Falsz: Picie alkoholu nie chroni przed zakażeniem, a jego spożywanie obniża odporność. Jest za to dobrym środkiem dezynfekującym.

Osoby bez objawów nie zakażają?
Falsz: Zanotowano przypadki, że osoba bez objawów zarażała bliskich.

Zgolenie brody pomaga w uniknięciu zarażenia?
Falsz: Posiadanie brody nie zwiększa ryzyka. Trzeba dbać o ogólną higienę.

oprac. Stanisław Kamiński, „Czas Chojnic”

PORADNIK. Życie w koronawirusie: praca, wynagrodzenia, szkoły itp.

Prawa i obowiązki w czasie epidemii [29 pytań i odpowiedzi]

Jak wygląda kwarantanna? Czy przysługuje za nią wynagrodzenie? Czy uczniowie muszą uczestniczyć w zajęciach przez internet? Czy można im stawiać w tym czasie epidemia? - Życie w czasie epidemii koronawirusa stawia przed nami nowe wyzwania. Pytamy i odpowiadamy

1. Kto może wydać decyzję o kwarantannie?
Wydaje ją państwowy, powiatowy lub graniczny inspektor sanitarny. To decyzja administracyjna. Kwarantannę nakłada się na 14 dni od dnia styczności z osobami chorymi na koronawirusa lub podejrzanymi o zakażenie.

2. Czy kwarantanna jest obowiązkowa?
Tak. Za jej złamanie grozi mandat w wysokości 5000 zł. Za ucieczkę lub oddalenie się z miejsca kwarantanny można nawet trafić do więzienia. Podstawa jest artykuł 161 par 2 kodeksu karnego, który mówi, że kto wiedząc, iż jest dotknięty chorobą zakaźną naraża bezpośrednio inną osobę na zarażenie, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności lub pozbawianiu wolności do roku.

3. Jak przebiega kwarantanna?
Osoby zdrowe, które miały kontakt z zarażonymi, muszą się stawić w miejscu określonym w decyzji. Zwykle jest to własny dom. Nie mogą wychodzić na spacer, do sklepu czy lekarza. Nie wolno im przyjmować gości. Jeśli osoba objęta kwarantanną ma objawy takie jak gorączka, kaszel, problemy z oddychaniem, musi niezwłocznie powiadomić o tym stację epidemiologiczną.

4. Kto może kontrolować przebieg kwarantanny?
Policja i inne służby mogą sprawdzić, czy osoba poddana kwarantannie znajduje się w miejscu, które określono w decyzji sanepidu. Nie można go samowolnie zmieniać. Funkcjonariusze muszą zapowiedzieć kontrole telefonicznie, muszą unikać bezpośredniego kontaktu, mieć środki ochrony osobistej, w tym maseczki i rękawiczki.

5. Czy ktoś pomoże w zakupach osobie skierowanej na kwarantannę?
Jeśli osobie odizolowanej potrzebna jest pomoc w zakupie żywności lub środków medycznych, powinna poinformować o tym Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej lub, przez internet, samopomocowe grupy, który zawiązały się w Radomsku: Widzialna Ręka Radomsko i Koronawirus Pomagamy - Radomsko

6. Czy za okres kwarantanny przysługuje wynagrodzenie?
Decyzja inspektora sanitarnego stanowi podstawę do wypłaty świadczeń z tytułu choroby na ogólnych zasadach. Przez pierwsze 33 dni zasiłek wypłaca pracodawca, potem ZUS. Decyzja może być dostarczona do

pracodawcy bądź do placówki ZUS po okresie kwarantanny lub izolacji.

7. Czy pracodawca może nakazać kwarantannę?
Może nakazać nie przychodzenie do pracy z powodu zagrożenia koronawirusem. Decyzje musi wydać na piśmie, ale pracownik może ją otrzymać po powrocie do firmy. Musi być wcześniej poinformowany, najlepiej mailem. Pracodawca ma wtedy obowiązek udzielić pracownikowi pozwolenia na pracę zdalną.

8. Kiedy można wnioskować do pracodawcy o pracę zdalną?
Jeśli pracownik musi opiekować się dziećmi albo boi się o zdrowie swoje i swojej rodziny. Pracodawca powinien nam wtedy umożliwić pracę zdalną, o ile pozwala na to jej charakter.

9. Czy pracodawca może nakazać pracę zdalną?
Tak. Pozwala na to ustawa o zwalczaniu koronawirusa z 20 marca 2020. Umożliwia pracodawcy kierowanie pracowników na pracę zdalną na określony czas, o ile jest to uzasadnione epidemią koronawirusa. Wystarczy polecenie służbowe.

10. Czy pracownik może odmówić przychodzenia do pracy, jeśli czuje się zagrożony epidemią koronawirusa?
Nie. To może być tylko decyzja sanepidu, innych służb lub pracodawcy. Nie można odmówić pracy z powodu strachu przed epidemią. W przypadku gdy ubezpieczony dobrowolnie powstrzyma się od pracy i nie otrzyma zaświadczenia lekarskiego ani decyzji inspektora sanitarnego, nie przysługuje mu prawo do wynagrodzenia. Ale można na ten czas wnioskować o urlop.

11. Czy jeśli dziecko zostało objęte kwarantanną, a pracownik musi sprawować opiekę, dostanie za ten okres wynagrodzenie?
Tak. Rodzic ma prawo do zasiłku opiekuńczego. Wypłaca go ZUS.

12. Czy rodzicowi przysługuje zasiłek opiekuńczy, jeśli musi opiekować się dzieckiem z powodu zamknięcia żłobka, szkoły, przedszkola?
Tak. Ale tylko jeśli dziecko ma mniej niż 8 lat. Zasiłek można dostać na nie dłużej niż 14 dni. Nie wlicza się go do limitu 60 dni pobierania zasiłku opiekuńczego w roku kalendarzowym. Do wypłaty dodatkowego zasiłku opiekuńczego jest oświadczenie ubezpieczonego.

13. Czy pracownik musi dostarczyć nakaz kwarantanny pracodawcy?
Tak. Musi go dostarczyć do pracodawcy lub oddziału ZUS, ale mogą to zrobić po zakończeniu kwarantanny. Pracodawcę wystarczy poinformować telefonicznie.

14. Czy pracodawca ma obowiązek zgodzić się na urlop, jeśli pracownik chce

go wziąć z powodu strachu przed epidemią?
Nie.

15. Czy pracodawca może zlecić pracownikowi wracającemu z regionu zagrożonego koronawirusem, dodatkowe badania lekarskie?
Nie.

16. Czy pracodawca może zabronić wykorzystanie urlopu, jeśli pracownik chce jechać do kraju objętego epidemią?
Nie ma do tego podstaw prawnych.

17. Czy ZUS wypłaci zasiłek za czas spędzony na kwarantannie osobie prowadzącej jednoosobową działalność gospodarczą?
Tak. Jeśli przedsiębiorca lub samozatrudniony podlega ubezpieczeniu i opłaca składki, ZUS wypłaci zasiłek od pierwszego dnia kwarantanny.

18. Czy pracownik może odmówić pracy, jeśli do firmy wróciła osoba z zagranicy on mam z nią styczność?
Nie.

19. Czy pracownik może odmówić pracy, jeśli pracuje w dużej grupie ludzi?
Nie.

20. Czy pracodawca ma obowiązek dostarczyć pracownikowi środka dezynfekującego, rękawiczki i maseczki?
Nie ma takiego obowiązku prawnego. Ale zgodnie z zasadami, firma ma obowiązek zapewnić pracownikowi bezpieczne i higieniczne warunki pracy. To oznacza, że jeśli pracownik styka się z dużą liczbą osób, powinien być zabezpieczony przez możliwością zarażenia.

21. Czy pracownik może odmówić pracy, jeśli pracodawca nie dostarczy środków dezynfekujących?
Nie.

22. Czy dzieci mają obowiązek uczestniczyć w internetowych zajęciach prowadzonych przez nauczycieli?
To niejasne. Zgodnie z decyzją Ministerstwa Edukacji, od 12 do 25 marca funkcjonowanie jednostek oświatowych zostaje czasowo ograniczone. Przedszkola, szkoły i placówki oświatowe zarówno publiczne, jak i niepubliczne nie prowadzą zajęć dydaktyczno-wychowawczych. A to oznacza, że obowiązek uczestnictwa dzieciom nie można narzucić. Wszystko zależy od współpracy i dobrej woli.

23. Czy nauczyciele mogą zadawać uczniom w tym okresie prace domowe przez internet?
Podobnie jak wyżej: wszystko zależy od współpracy i dobrej woli. Nie można dzieci ukarać za nie uczestnictwo, ale też - przede wszystkim rodzice - powinni do takich zajęć namawiać i egzekwować uczestnictwo.

24. Czy nauczyciele w tym czasie mogą stawiać uczniom stopnie?
Nie. Nie ma zajęć dydaktyczno-wychowawczych, nie ma stopni.

25. Czy jeśli klient miał zaplanowany wyjazd turystyczny i nie doszedł on do skutku z powodu zamknięcia granic, biuro podróży ma obowiązek zwrócić zaliczkę?
Art 47 ust. 4 ustawy o imprezach turystycznych mówi, że można to zrobić przez rozpoczęciem imprezy turystycznej, bez ponoszenia dodatkowych opłat, gdy występują „nieuniknione i nadzwyczajne okoliczności występujących w miejscu docelowym lub jego najbliższym sąsiedztwie, które mają znaczący wpływ na realizację imprezy turystycznej lub przewóz podróżnych do miejsca docelowego”. Turysta może żądać jedynie zwrotu wpłat, nie ma prawa do odszkodowania czy zadośćuczynienia.

Według Ministerstwa Rozwoju, turysta może odstąpić od wyjazdu bez ponoszenia kosztów, gdy w miejscu docelowym odnotowano wiele przypadków zarażenia koronawirusem albo loty się nie odbywają.

26. Czy wezwany musi się stawić w sądzie na rozprawie (jako świadek, strona itp.) jeśli obawia zagrożenia koronawirusem?
Tak. Chyba że sąd odwoła rozprawę. Najlepiej upewnić się telefonicznie przez rozprawą, czy wydano taką decyzję.

27. Czy jeśli nie mieszkam nie może załatwić sprawy urzędowej z powodu ograniczeń związanych z koronawirusem, bieg tej sprawy zostanie wydłużony?
Urzędy są zamknięte, ale urzędnicy pracują, rozpatrują sprawy i wnioski. Jeśli jednak z powodu epidemii mieszkanie ma problem z dotrzymaniem terminów, może wnioskować o wstrzymanie biegu sprawy czy biegu przedawnienia.

28. Czy pracodawca może zmusić pracownika sklepu lub punktu usługowego do obsługi klientów, jeśli pracownik obawia się zagrożenia koronawirusem?
Jeśli pracownik obawia się kontaktu z klientami, ale pracodawca wymaga świadczenia pracy, może tylko wnioskować o urlop.

29. Czy jeśli miejsce pracy zostało zamknięte przez odgórne regulacje (bar, restauracja, sklep, biblioteka, kino) pracownik mam obowiązek przychodzenia do pracy?
Pracownicy, których zakład został zamknięty przez pracodawcę, mają prawo do wynagrodzenia przestojowego. Pracodawca może na czas przestoju powierzyć pracownikowi inną odpowiednią pracę, za której wykonanie przysługuje wynagrodzenie.

Oprac. AA

POWIAT. Jak samorządy radzą sobie z epidemią?

Utrudniony dostęp do urzędów i instytucji

W związku z nasileniem zachorowań na COVID-19 oraz powtarzającymi się przypadkami nieodpowiedzialnego zachowania osób w przestrzeni publicznej, podjęto decyzję o ograniczeniu bezpośredniej obsługi interesantów wszystkich urzędów gmin na terenie powiatu Legionowskiego

Ograniczenia w urzędach zostały wprowadzone na początku ubiegłego tygodnia i nie wiadomo do kiedy potrwają. Sprawy można załatwiać jedynie elektronicznie.

Legionowo

W Urzędzie Miasta Legionowo sprawy można załatwiać jedynie elektronicznie (e-mailowo: kancelaria@um.legionowo.pl; poprzez platformę ePUAP), listownie lub telefonicznie.

Wyjątek stanowi rejestracja zgonów w Urzędzie Stanu Cywilnego (tel.: 22 766 40 22) oraz złożenie ofert w postępowaniach o udzielenia zamówienia publicznego w biurze obsługi klienta, po wcześniejszym kontakcie telefonicznym (tel.: 505 281 045).

Biuro Paszportowe – w celu umówienia wizyty konieczny wcześniejszy kontakt telefoniczny pod numerem 22 774 33 90. - Zamknięto wszystkie biblioteki na terenie miasta.

- Zamknięto basen „Wodne Piaski” na os. Piaski oraz przy ul. Królowej Jadwigi.

- Wstrzymano działanie Punktu Obsługi Pasażerów w Centrum Komunikacyjnym.

- Muzeum Historyczne jest zamknięte do 29 marca, wszystkie zaplanowane wydarzenia zostały odwołane.

- Powiatowa Instytucja Kultury została zamknięta do 25 marca, wszystkie wydarzenia przeniesiono na inny termin.

- Punkt Informacji Turystycznej jest nieczynny aż do odwołania.

- Zamknięto targowisko miejskie aż do odwołania.

Wieliszew

Urząd Gminy Wieliszew zamknięty jest dla interesantów. Wyjątek stanowią osoby dokonujące rejestracji

aktów zgonu oraz jednostki podległe.

Wszelkie sprawy należy załatwiać drogą korespondencyjną - pocztą tradycyjną, pocztą elektroniczną: gmina@wieliszew.pl oraz telefonicznie (22 690 70 06) lub za pośrednictwem platformy ePUAP.

Od dnia 17 marca wstrzymane zostają do odwołania płatności terminalami płatniczymi w urzędzie. Z uwagi na funkcjonującą na terenie urzędu placówkę Poczty Polskiej istnieje możliwość wrzucania korespondencji kierowanej do urzędu do urny ustawionej w pobliżu placówki pocztowej.

- Zawieszono przyjęcia interesantów przez Wójta i jego zastępcę.

- Zawieszono wszystkie zajęcia prowadzone przez Ośrodek Kultury w Wieliszewie i w Centrum Kultury w Łajskach.

- Wstrzymano zajęcia Zespołu Tańca Ludowego „Promyki”.

- Zamknięto wszystkie biblioteki publiczne na terenie gminy.

- Odwołano WSZYSTKIE imprezy kulturalne i sportowe współorganizowane przez Ośrodek Kultury w Wieliszewie do 25 marca 2020 r.

- Od 16 marca nie jeżdżą autobusy szkolne PKS.

Serock

Urząd Miasta i Gminy w Serocku nie obsługuje interesantów. Klienci proszeni są o kontakt telefoniczny, pocztą elektroniczną lub załatwienie spraw przez ePUAP. W sytuacjach wyjątkowych (wnioski, pisma itp.), dokumenty należy złożyć przy wejściu do urzędu w wyznaczonym do tego miejscu.

Do odwołania nie będą funkcjonowały przyjęcia

interesantów przez Burmistrza Miasta i Gminy w Serocku, Artura Borkowskiego i jego zastępcę. Zawieszono do odwołania także dyżury Przewodniczącego Rady Miejskiej w Serocku Mariusza Rosińskiego.

- Zawieszono zostaje dokonywanie oględzin w ramach zadań będących w kompetencjach Referatu Ochrony Środowiska, Rolnictwa i Leśnictwa. Urząd Gminy zwrócił się do mieszkańców z prośbą, aby w miarę możliwości zaniechać składania wniosków i zgłoszeń na usuwanie drzew i krzewów.

- Odbiór odpadów komunalnych sprzed posesji, w tym także odpadów wielkogabarytowych jest realizowany na bieżąco.

- Od 12 marca zawieszono działalność Centrum Kultury i Czytelnictwa w Serocku wraz z bibliotekami, gminnych placówek oświatowych, Klubu Aktywności Społecznej w Serocku ul. Kościuszki 8A; Klubu Senior + w Szadkach oraz Świetlic Środowiskowych w Jadwisinie, w Wierzbicy i w Woli Kiepińskiej, zawieszono zajęcia sportowe realizowane przez Spółkę „Serockie Inwestycje Samorządowe”, zamknięto ekspozycję Izby Pamięci i Tradycji Rybackich.

- Miejsko – Gminny Zakład Gospodarki Komunalnej w Serocku nie obsługuje interesantów w kontakcie bezpośrednim. Do odwołania nieczynny jest również Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów w Serocku.

- Od 12 marca odwołano odczyty wodomierzy i rozliczenie pobranej wody przez inkasentów. Opłata zostanie naliczona fakturą prognozowaną wysłaną pocztą bądź mailowo. Stan wodomierza można podać przez stronę



internetową: www.wodociagiserock.pl, telefonicznie: 227827358, mailowo: wod.serock@post.pl lub mgzw@serock.pl.

Nieporęt

Urząd Gminy Nieporęt został zamknięty dla interesantów. Wyjątek stanowią osoby dokonujące rejestracji aktów zgonu. Zaleca się załatwianie spraw pilnych telefonicznie (tel. 22 767 04 00) lub pocztą elektroniczną na adres e-mail: urząd@nieporet.pl oraz za pośrednictwem ePUAP. Wykaz bezpośrednich numerów telefonicznych oraz adresów mailowych znajduje się na stronie internetowej urzędu: www.nieporet.pl. Druki wszystkich wniosków są dostępne przy wejściu do Urzędu, tam też wystawiona jest skrzynka podawcza, do której można składać wnioski. Urząd prosi, aby na wnioskach konieczne podać dane kontaktowe: numer telefonu lub adres e-mail.

- 13 marca zawieszono działanie Gminny Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych.

- Od 12 marca do 25 marca zawieszono działanie Gminnego Ośrodka Kultury wraz z filiami oraz biblioteki gminnej wraz z jej filiami.

- Zamknięto Aquapark „Fala” i wszystkie obiekty sportowe zarządzane przez Centrum rekreacji Nieporęt.

- Zamknięto kompleks Nieporę-Pilawa, w tym skatepark, plac zabaw, siłownię, trasy rolkowe oraz miejsca do wodowania jednostek pływających.

- Zamknięto teren Dzikiej Plaży w tym plażę i molo.

- Odwołano WSZYSTKIE imprezy kulturalne i sportowe zaplanowane w kalendarzu gminnym do końca czerwca 2020 r.

- OPS ograniczył kontakt z klientami.

- Dział Ochrony Środowiska i Rolnictwa wstrzymał do odwołania wszelkie oględziny w terenie, w tym dot. zgłoszeń i wniosków na usuwanie drzew i krzewów.

Jabłonna

Wyjazdy w teren związane m.in. z wnioskami/zgłoszeniami na usunięcie drzew

oraz dofinansowanie wymiany źródeł ciepła zostały zawieszono, w związku z powyższym terminy załatwienia spraw ulegną wydłużeniu.

- Świadczenie usług stomatologicznych dla uczniów z Gminy Jabłonna w ramach programu stomatologicznego, realizowane gabinetach Duo-Dental w Dąbrowie Chotomowskiej i Marta-Dent w Jabłonie, zostaje zawieszono do odwołania.

- Od 13 marca do odwołania nie będzie działał Gminny Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych. Od dnia 12 marca do 25 marca nie będą dokonywane odczyty w terenie.

- Gminne Centrum Kultury wszystkie sekcje, zaplanowane wydarzenia, świetlica i basen (w ośrodkach kultury w Jabłonie, Chotomowie, Skierdach) do 29 marca zostały odwołane.

- Gminna Biblioteka Publiczna jest zamknięta dla czytelników od 12 marca do 27 marca 2020 r.

- Kompleks sportowy „Orlik” w Jabłonie został zamknięty od 12 marca do odwołania.

Paulina Nowicka

POWIAT. Zjednoczenie w czasie kryzysu

Do kogo zwrócić się o pomoc?

Osoby, niesamodzielne, starsze oraz te, które będą są poddane kwarantannie na terenie powiatu Legionowskiego i potrzebują dostarczenia do miejsca zamieszkania żywności lub leków mogą zwrócić się z prośbą o pomoc do Ośrodków Pomocy Społecznej lub do osób prywatnych zrzeszających się w grupach „Widzialna ręka”. Niestety jak informuje OPS Legionowo zdarzają się sytuacje wyłudzenia danych osobowych

Mieszkańcy powiatu sami postanowili pomagać potrzebującym. W mediach społecznościowych powstały grupy gdzie mieszkańcy mogą zgłosić się do pomocy lub zgłosić, że takiej pomocy potrzebują. Oprócz robienia zakupów, mieszkańcy oferują pomoc np. w wyprowadzaniu psów czy w nauce online. Takie grupy działają na terenie całego powiatu Legionowskiego: „Widzialna Ręka - Powiat Legionowski”. Grupy działają również tylko na terenie danej

gminy: „Widzialna Ręka Legionowo”, „Widzialna Ręka Gmina Wieliszew”, „Widzialna ręka - gmina Nieporęt”. Na grupach można znaleźć również informacje na temat miejsc, w których można kupić produkty deficytowe.

Legionowo

Osoby starsze, samotne, niepełnosprawne potrzebujące pomocy prosimy o kontakt telefoniczny pod numerem: 022 774-08-66. Z uwagi na fakt, iż dotarła do Ośrodka

informacja o próbach wyłudzenia danych osobowych - uprzejmie informujemy, iż Ośrodek nie zleca nikomu wykonywania telefonów do osób starszych i zbierania ich danych osobowych. W przypadku, otrzymania takiego telefonu prosimy o zapisanie imienia i nazwiska osoby dzwoniącej oraz o skontaktowanie się z Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Legionowie.

Jabłonna

Osoby z terenu gminy Jabłonna w przypadku objęcia kwarantanną mogą uzyskać pomoc pod numerami telefonów 22 506 61 73 i 508 170 013. Ponadto Gmina tworzy listę rezerwową ochotników gotowych nieść pomoc osobom w potrzebie z gminy Jabłonna. Zgłoszenia należy przysyłać na adres wojt@jablonna.pl.

Serock

Osoby niesamodzielne, starsze oraz te, które będą poddane kwarantannie na terenie Miasta i Gminy Serock i będą potrzebowały dostarczenia do miejsca zamieszkania żywności proszone są o nawiązanie kontaktu telefonicznego lub mailowego z Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Serocku tel. 22 782 61 18, 22 782 71 39 e-mail: ops@serock.pl.

Wieliszew

Osoby potrzebujące na terenie Gminy Wieliszew mogą skontaktować się z Ośrodkiem Pomocy Społecznej w gminie: tel. 22 782 25 22 oraz 22 782 26 66, pracownicy socjalni 797 004 908, Kierownik 797 004 897. Chcesz bezinteresownie pomagać osobom potrzebującym? Zadzwoń do Ośrodka Pomocy Społecznej.

Nieporęt

Osoby potrzebujące na terenie Gminy Nieporęt mogą do Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej: tel. 22 490 43 41 lub 44.e-mail: gopsnieporet@wp.pl.

Paulina Nowicka



POWIAT. Walka z koronawirusem W całym powiecie zamknięto place zabaw

W związku z sytuacją epidemiologiczną i koniecznością zapobiegania rozprzestrzeniania się koronawirusa aż do odwołania zakazano korzystania z zabaw na terenie całego powiatu

W celu przeciwdziałania tworzeniu się warunków sprzyjających rozprzestrzenianiu się koronawirusa place zabaw w powiecie będą zamknięte aż do odwołania. W trosce o bezpieczeństwo nas wszystkich prosimy o stosowanie się do powyższej decyzji. Prosi się również o niekorzystanie z siłowni plenerowych. **red.**

LEGIONOWO. Funkcjonowanie SMLW w związku z zagrożeniem epidemicznym

Spółdzielnia zamknięta dla interesantów

Od dnia 16.03.2020r. do dnia 31.03.2020r. biura w budynku Spółdzielni Mieszkaniowej Lokatorsko-Własnościowej (SMLW) oraz Biuro Obsługi Klienta jak również biura w budynkach poszczególnych administracji i dziale technicznym będą niedostępne dla interesantów

Mieszkańcy sprawy ze spółdzielnią mogą załatwiać jedynie drogą mailową lub przez stronę www.legionowodom.pl. Ewentualnie sprawy można załatwiać drogą telefoniczną, ale tylko w godzinach między 8 a 13. Jak informuje SMLW, wyniki rozliczenia mediów za II półrocze 2019 r. zostaną dostarczone do skrzynek pocztowych w terminie późniejszym. Umowy terminowe, które kończą się 31 marca 2020 r., będzie można zawrzeć w późniejszym terminie tj. z chwilą wznowienia pracy Biura Obsługi Klienta. SMLW zdecydowała się na ograniczenie wszystkich zgromadzeń takich jak: zebrania służbowych, spotkań rad osiedli i zebrania z właścicielami wspólnot. Odwołano coroczne spotkanie wielkanocne dla mieszkańców. Wstrzymano również przeglądy gazowe, elektryczne, wentylacyjne i hydrauliczne w blokach i mieszkaniach. Naprawa internetu i kablówki obejmie jedynie zgłoszone awarie lub problemy techniczne występujące poza lokalami abonentów. **Paulina Nowicka**

POWIAT. Inwestują w bezpieczeństwo Budują nowe bezpieczne przejścia

Powiat Legionowski przebuduje dwa przejścia dla pieszych: na ul. Sobieskiego przy skrzyżowaniu z ul. Zwycięstwa w Legionowie oraz na ul. Kordeckiego przy skrzyżowaniu z ul. Lipową w Chotomowie

Powiat legionowski inwestuje w bezpieczeństwo mieszkańców, poprzez budowanie aktywnych przejść dla pieszych. Obecnie rozpoczęto przetargi na przebudowę dwóch kolejnych. Chodzi o z przebudowę przejścia dla pieszych na ul. Sobieskiego przy skrzyżowaniu z ul. Zwycięstwa w Legionowie oraz przejścia dla pieszych na ul. Kordeckiego przy skrzyżowaniu z ul. Lipową w Chotomowie. W pierwszym przypadku zakres prac obejmie przebudowę przejścia w zakresie montażu aktywnego przejścia wraz z doświetleniem, w drugim zaś zaplanowano tzw. wyniesienie przejścia dla pieszych oraz montaż oświetlenia. **red.**

POWIAT. Rozkład kursowania pociągów zbliżony do świątecznego

Zmiany na kolei w związku z zagrożeniem epidemicznym

Ze względu na panującą sytuację związaną z zagrożeniem epidemicznym Kolej Mazowieckie wprowadzają dodatkowe zmiany w rozkładzie jazdy pociągów, a także w funkcjonowaniu Punktu Rzeczy Znajdionych oraz kas biletowych

Od 18 do 25 marca zostaną wprowadzone dodatkowe zmiany w kursowaniu pociągów Kolei Mazowieckich. Rozkład jazdy będzie zbliżony do obowiązującego w soboty, niedziele i święta. Pozostanie jednak większość pociągów przyspieszonych, tak by umożliwić podróż do pracy i powrót do domu. Od 17 marca część kas biletowych KM zostanie zamknięta. Ze względu na wyznaczenie tzw. stref 0 w pociągach prosimy Podróżnych o niekierowanie się na początek i na koniec składów – ze względów bezpieczeństwa zostały one wyłączone z użytku Podróżnych. **red.**

KOŚCIÓŁ. Dekret Biskupa diecezji Warszawsko-Praskiej

Nie trzeba chodzić na MSZĘ ŚWIĘTĄ - biskup udzielił dyspensy

Romuald Kamiński, Biskup Warszawsko-Praski udzielił dyspensy od niedzielnych Mszy Świętych w związku ze stanem zagrożenia epidemicznego wprowadzonego w Polsce

Wprowadzone regulacje prawne mają na celu powstrzymanie rozprzestrzeniania się wirusa poprzez ograniczenie kontaktów między ludźmi. Biskup Warszawsko-Praski w piątek 13 marca wydał w tej sprawie dekret, w którym oprócz dyspensy:

1. Zawiesił wspólnie celebrowane różnych nabożeństw (Gorzkie Żale, Drogi Krzyżowe, Godzinki, Różaniec, Koronka do Miłosierdzia Bożego i inne).

2. Zawiesił spotkania formacyjne, kursy (np. przedmałżeńskie), wszelkie formy rekolekcji (w tym rekolekcje parafialne), pielgrzymki, sakrament bierzmowania udzielany w Bazylice Katedralnej oraz wszelkie inne zgromadzenia o charakterze formacyjnym lub pozaliturgicznym.

3. Ograniczył możliwość uczestnictwa wiernych we Mszach św. (niedzielnych, obrzędowych, w dni powszednie) do osób zamawiających intencję mszalną lub, w wypadku pogrzebu, do najbliższej rodziny. We wszystkich Mszach, wraz z duchowieństwem parafialnym, posługującymi w liturgii i uczestnikami może brać udział maksymalnie 50 osób.

4. Wprowadził nakaz aby adoracja Najświętszego Sakramentu, była prowadzona w taki sposób, aby jednocześnie w kościele nie przebywało więcej niż dopuszczalna przez prawo państwowe liczba osób (maksymalnie 50).

5. Zabronił udziału w Mszach św. w kaplicach prywatnych, półpublicznych i publicznych mieszczących



się w domach zakonnych, wspólnot kościelnych etc. oraz w zakładach opieki, opiekuńczo-leczniczych, szpitalach etc. członkom służby liturgicznej oraz jakichkolwiek innych osób nie będących mieszkańcami, pracownikami lub podopiecznymi placówek. W wypadku gdyby liczba osób uprawnionych do udziału we Mszy św. lub nabożeństwie wynikającym z konstytucji zakonnych była większa niż dopuszczona prawem liczba 50 osób, zarządzam, aby zorganizować taką liczbę celebracji, by zachowane zostały przepisy prawa państwowego.

6. Zachęcił, aby w trakcie adoracji Najświętszego Sakramentu kapłani sprawowali sakrament pokuty

i zobowiązał proboszczów do przestrzegania norm dotyczących liczby zgromadzonych w kościele osób. Jeżeli przemawiają za tym okoliczności funkcjonowania parafii, polecił zorganizowanie odpowiednich służb parafialnych odpowiadających za zachowanie norm prawnych dotyczących liczby wiernych zgromadzonych w kościele. Takim służbom należy zapewnić odpowiednie środki ochronne.

7. Zalecił, aby osoby konsekrowane i duchowni (w kościołach, bez udziału wiernych świeckich) oraz świeccy (we własnych domach), zgodnie z komunikatem Przewodniczącego Konferencji Episkopatu Polski z dnia 13.03.2020 r., każdego dnia, o godzinie 20.30,

odmawiali Różaniec w intencji osób chorych oraz tych, którzy się nimi opiekują, jak również służb medycznych i sanitarnych, a także o pokój serc i łaskę nawrócenia.

8. Wskazał, że Msze św. transmitowane przez środki masowego przekazu oraz inne modlitwy dają możliwość duchowego przeżywania tajemnic wiary, które w tych nadzwyczajnych okolicznościach mogą być nieocenione dla dobra duszy i społeczeństwa. Jednocześnie formy te wymagają zachowania odpowiedniego sposobu uczestnictwa.

Zarządzenie obowiązuje od chwili ogłoszenia aż do odwołania.

Paulina Nowicka

POWIAT. Komisji Strategii Rozwoju Regionalnego i Zagospodarowania Przestrzennego

RADNI SEJMIKU PRZECIWKO nowym liniom kolejowym

Radni Sejmiku Województwa Mazowieckiego obradowali w Legionowie nad lokalizacją nowych linii kolejowych na terenie powiatu legionowskiego w zw. z planami budowy Centralnego Portu Komunikacyjnego (CPK). Podjęto uchwałę, która negatywnie zaopiniowała przedstawione warianty trasy

11 marca w Legionowie radni z Sejmiku Województwa Mazowieckiego odbyli spotkanie w ramach wyjazdowej komisji Strategii Rozwoju Regionalnego i Zagospodarowania Przestrzennego. W spotkaniu uczestniczyli przedstawiciele

gminy Legionowo, Wieliszew, Jabłonna, Serock, Nasielsk oraz Michał Jasiak koordynator ds. projektów kolejowych CPK, Kazimierz Peryt, Ekspert ds. Relacji z Otoczeniem Inwestycji i Dyrektor Mazowieckiego biura planowania regionalnego w Warszawie dr. Elżbieta Kozubek.

Koncepcja wywołuje protesty

Podczas dyskusji Radni sejmiku zgłaszali wiele uwag co do procesu konsultacyjnego przebiegu nowych linii kolejowych. Ich zdaniem koncepcja jest zbyt ogólna i może wywoływać protesty społeczne i konflikty pomiędzy samorządami. Przedstawiciel inwestora, czyli Centralnego Portu

Komunikacyjnego przyznał, że spółka nie analizowała dokładnego przebiegu linii. Aktualna wersja przebiegu torów jest, z perspektywy inwestora, najbardziej optymalna.

Uwagi samorządowców

Jeśli chodzi o finansowanie inwestycji, zdaniem CPK inwestycja miałaby powstać do 2030 r. i być sfinansowana ze środków europejskich w ramach perspektywy unijnej 2021-2027. Podczas spotkania swoją negatywną opinię wyraził m.in. prezydent Legionowa. Smogorzewski wskazał, że budowa nowej linii kolejowej spowoduje zablokowanie planu nowej przeprawy przez tory. Prezydent wyraził swoje obawy związane z brakiem konkretnego harmonogramu dotyczącego wywłaszczeń mieszkańców na terenie

całego powiatu. Swoje negatywne zdanie wyraził również Wójt Wieliszewa, Paweł Kownacki, który stwierdził, iż budowa nowej linii kolejowej przez gminę jest nieopłacalna i powinno poprowadzić się nią w innym miejscu.

Negatywna opinia

Radni we wniosku stwierdzili, iż przebiegi tras drogowych i kolejowych są konfliktogenne społecznie, przestępczo i środowiskowo. Radni stwierdzili też, że brakowało konsultacji inwestycji z samorządem terytorialnym oraz że projekty nie zostały poddane analizie eksperckiej, a zaplanowane przebiegi torów nie wykorzystują istniejącej infrastruktury. Podjęto również uchwałę, która negatywnie zaopiniowała przedstawione warianty trasy

Paulina Nowicka

BETON TOWAROWY WSZYSTKICH KLAS



PUŁTUSK

Wytwórnia betonu i asfaltobetonu

Kacice 76, 06-100 Pułtusk

tel. 23 692 86 52, 665 005 125

e-mail: drogiimosty@drogiimosty.com.pl

www.drogiimosty.com.pl

BRIX

NASIELSK

Wytwórnia prefabrykatów betonowych i betonu

Kosewo 134, 05-190 Nasielsk

tel. 515 183 964

e-mail: biuro@brix.net.pl

www.brix.net.pl

PREFABRYKATY BETONOWE

Komunikat Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego z dnia 23.03.2020 r. przedstawiający sytuację epidemiologiczną związaną z koronawirusem SARS-CoV-2 wywołującym zachorowanie na COVID-19 na terenie powiatów (stan danych na godzinę 13.00):

- w powiecie ciechanowskim**
- liczba osób objętych aktualnie nadzorem epidemiologicznym: **76**
 - liczba osób objętych aktualnie kwarantanną domową na podstawie decyzji inspektora sanitarnego: **10**
 - liczba osób aktualnie hospitalizowanych z powodu podejrzenia zakażenia COVID-19: **1**
 - liczba przypadków potwierdzonych laboratoryjnie z wynikiem dodatnim: **0**
- w powiecie legionowskim**
- liczba osób objętych aktualnie nadzorem epidemiologicznym: **228**
 - liczba osób objętych aktualnie kwarantanną domową na podstawie decyzji inspektora sanitarnego: **110**
 - liczba osób aktualnie hospitalizowanych z powodu podejrzenia zakażenia COVID-19: **2**
 - liczba przypadków potwierdzonych laboratoryjnie z wynikiem dodatnim: **1**
- w powiecie nowodworskim**
- liczba osób objętych aktualnie nadzorem epidemiologicznym: **107**
 - liczba osób objętych aktualnie kwarantanną domową na podstawie decyzji inspektora sanitarnego: **76**
 - liczba osób aktualnie hospitalizowanych z powodu podejrzenia zakażenia COVID-19: **1**
 - liczba przypadków potwierdzonych laboratoryjnie z wynikiem dodatnim: **1**
- w powiecie płońskim**
- liczba osób objętych aktualnie nadzorem epidemiologicznym: **382**
 - liczba osób objętych aktualnie kwarantanną domową na podstawie decyzji inspektora sanitarnego: **20**
 - liczba osób aktualnie hospitalizowanych z powodu podejrzenia zakażenia COVID-19: **3**
 - liczba przypadków potwierdzonych laboratoryjnie z wynikiem dodatnim: **0**
- w powiecie pułuskim**
- liczba osób objętych aktualnie nadzorem epidemiologicznym: **85**
 - liczba osób objętych aktualnie kwarantanną domową na podstawie decyzji inspektora sanitarnego: **47**
 - liczba osób aktualnie hospitalizowanych z powodu podejrzenia zakażenia COVID-19: **0**
 - liczba przypadków potwierdzonych laboratoryjnie z wynikiem dodatnim: **0**
- w powiecie wołomińskim**
- liczba osób objętych aktualnie nadzorem epidemiologicznym: **173**
 - liczba osób objętych aktualnie kwarantanną domową na podstawie decyzji inspektora sanitarnego: **178**
 - liczba osób aktualnie hospitalizowanych z powodu podejrzenia zakażenia COVID-19: **2**
 - liczba przypadków potwierdzonych laboratoryjnie z wynikiem dodatnim: **0**

Wszelkie aktualne informacje na temat koronawirusa są aktualizowane i dostępne na stronach Głównego Inspektoratu Sanitarnego i Ministerstwa Zdrowia oraz na oficjalnej stronie rządowej: www.gov.pl/web/zdrowie

Obecny kryzys związany z pandemią koronawirusa może przewartościować globalną gospodarkę i na nowo zdefiniować strategiczne priorytety, wpływając także na model konsumpcji i rynek pracy – ocenia profesor Akademii WSB w Dąbrowie Górniczej Barbara Piontek.

Wyspecjalizowana w dziedzinie zarządzania i doradztwa strategicznego profesor, która jest także analitykiem rynkowym i zastępcą prezesa Katowickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej, oceniła w piątkowej rozmowie z PAP, że spowodowane pandemią załamanie gospodarczego łańcucha dostaw, w przyszłości może skłonić rządy i korporacje do budowy „nowego ładu gospodarczego”, który lepiej zabezpieczy strategiczne interesy państw.

Przez dłuższy czas po kryzysie świat nie będzie taki sam jak przedtem, ponieważ zostało zachwiane bezpieczeństwo strategiczne w wielkiej – w związku z globalizacją gospodarki – skali. Można spodziewać się, że kierunkiem działania państw po kryzysie będzie wyznaczanie nowych priorytetów i pól strategicznych, które zabezpieczą łańcuchy dostaw w przypadku kolejnego zachwiania, a także zagwarantują bezpieczeństwo strategiczne – powiedziała prof. Piontek.

Jednym z kierunków budowania „nowego gospodarczego ładu” może być – szczególnie w krajach, które obecnie odstają w tym zakresie od światowej czołówki – wzmocnienie automatyzacji i robotyzacji gospodarki, co stopniowo zbuduje także nowy ład w strukturze zatrudnienia.

Ten kierunek może przynieść gospodarce korzyści, jednak wśród kluczowych pytań jest to, jaki będzie sposób dystrybucji tych korzyści w społeczeństwie. Może to prowadzić np. do zmniejszenia wymiaru czasu pracy, w tym liczby dni roboczych w tygodniu, upowszechnienia pracy zdalnej. Ale wymaga to również takiego mechanizmu opodatkowania, który wprowadzi te korzyści w system zabezpieczeń



Kryzys związany z koronawirusem może przewartościować gospodarkę

społecznych w celu wsparcia obszarów, których nie możemy i nie chcemy automatyzować” – wyjaśniła profesor.

Jej zdaniem, dzisiejszy kryzys może też prowadzić do szerszych wniosków dotyczących modelu konsumpcji, w odniesieniu do stanu środowiska naturalnego. Obecne ograniczenie produkcji i konsumpcji zauważalnie poprawia bowiem stan środowiska, poprzez zmniejszenie emisji zanieczyszczeń.

Warto uwzględnić ten element w budowaniu „zielonego ładu”, starając się zarówno ograniczać konsumpcję, jak i uczynić ją wysokojakościową. Powstaje pytanie, czy po kryzysie globalna konsumpcja powróci na dawne tory – będzie na dużą skalę, tania i marna jakościowo, czy w poszukiwaniu nowych rozwiązań jakościowych zmieni się model konsumpcji, wchodząc na znacznie wyższy poziom, gwarantując też bezpieczeństwo środowiskowe – mówiła prof. Piontek.

To z kolei – jak tłumaczyła – będzie miało wpływ na kształtowanie podaży i popytu – niewiadomą jest obecnie poziom i struktura popytu, który w efekcie kryzysu może zmienić swój charakter. W konsekwencji cała gospodarka może zmienić się jakościowo – oceniła wiceprezes KSSE.

Nie ma obecnie pewności – zdaniem ekspertki – w jakim kierunku pójdzie sytuacja na rynku pracy. Zaostrzenie rygorów i dłuższe zamknięcie granic może np. wpłynąć na poziom zatrudnienia w Polsce obywateli Ukrainy, którzy są dziś ważnym uzupełnieniem krajowego rynku pracy. Wiele zależy od tego, jak długo potrwa globalny kryzys spowodowany pandemią koronawirusa.

Wiceszefowa Katowickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej przyznała, że również działający w strefie inwestorzy mogą w efekcie kryzysu przewartościować swoje biznesy, czego symptomy widać np. w branży motoryzacyjnej, będącej filarem KSSE. Czasowe zawieszenie produkcji w większości europejskich fabryk produkujących samochody wymusza podobne decyzje u ich dostawców, z których część działa w katowickiej strefie.

Jeżeli nastąpi poważne zahamowanie produkcji, niewątpliwie może się zdarzyć, że pewne punkty naszych dużych inwestorów zagranicznych będą wygaszane. Ale musimy też pamiętać, że to nie są decyzje wewnętrzne, krajowe, ale korporacyjne, podejmowane w macierzystych krajach inwestorów – powiedziała wiceprezes.

Należy też – jak wskazała – brać pod uwagę ryzyko, że

chcąc ratować swoje gospodarki, już po kryzysie, zagraniczni inwestorzy będą koncentrować produkcję w swoich krajach i w planach inwestycyjnych nie będą uwzględniali Polski, skupiając się na pobudzaniu rozwoju u siebie. *Jesteśmy uzależnieni od decyzji podejmowanych w krajach macierzystych inwestorów, niezależnie od tego, jak dobrze im się prowadzi biznes w Polsce* – powiedziała prof. Barbara Piontek.

Powodem do zmartwienia – jak oceniła – może być także przyszła sytuacja działających w strefie małych i średnich firm. *Może nastąpić mniejsza skłonność do ryzyka, co potęguje potrzebę stworzenia dla nich swoistej poduszki bezpieczeństwa* – podkreśliła wiceprezes, wskazując w tym kontekście m.in. na działania wspierające firmy i pracowników, ogłoszone w ostatnich dniach przez rząd.

Następstwa pandemii koronawirusa dotkną wszystkich. Zarówno przedsiębiorstwa, jak i instytucje, będą musiały przewartościować swoje priorytety – postawić sobie nowe, poprawnie zdefiniowane cele i odpowiedzieć sobie na pytanie, jak działać, by zabezpieczyć strategiczne bezpieczeństwo, a jednocześnie służyć rozwojowi, wzrostowi i ludziom – podsumowała prof. Barbara Piontek.

Marek Błoński
PAP - Nauka w Polsce

Zasady kwarantanny w związku z koronawirusem



NA KOGO JEST NAKŁADANA?

Na osoby zdrowe, które miały styczność z osobami zakażonymi lub podejrzanymi o zakażenie koronawirusem.



PRZEZ KOGO JEST NAKŁADANA?

Przez państwowego powiatowego lub granicznego inspektora sanitarnego jako decyzja administracyjna.



NA JAKI CZAS JEST NAKŁADANA?

Na 14 dni licząc od dnia styczności z osobami zakażonymi lub podejrzanymi o zakażenie koronawirusem.



CZEGO NIE ROBIĆ PODCZAS KWARANTANNY?

- Nie opuszczaj miejsca kwarantanny.
- Nie spotykaj się z innymi osobami, a jeśli to niemożliwe – zachowaj bezpieczny odstęp wynoszący 1-1,5 m.



CO ROBIĆ PODCZAS KWARANTANNY?

- Udzielaj Państwowej Inspekcji Sanitarnej informacji na temat stanu zdrowia.
- W razie pogorszenia się stanu zdrowia, natychmiast poinformuj przez telefon Państwową Inspekcję Sanitarną i zgłoś się do oddziału zakaźnego.
- Zachowaj zasady higieny: często myj ręce, unikaj dotykania oczu i ust, myj lub dezynfekuj dotykane powierzchnie, podczas kaszlu i kichania zakrywaj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką.

Za nieprzestrzeganie kwarantanny grozi mandat karny w wysokości 5000 zł.



Koronawirus

- informacje dla seniorów



Ogranicz przebywanie w miejscach publicznych.



Często myj ręce wodą i mydłem.



Unikaj dotykania oczu, nosa i ust.



Regularnie myj lub dezynfekuj dotykane powierzchnie.



Regularnie dezynfekuj telefon i nie używaj go podczas posiłków.



Zachowaj odległość od rozmówcy wynoszącą 1-1,5 m.



Stosuj zasady ochrony podczas kichania i kaszlu.



Odżywiaj się zdrowo i nawadniaj organizm.



Korzystaj ze sprawdzonych źródeł wiedzy o koronawirusie.



Informacje dla osób, które podejrzewają, że mogą być zakażone koronawirusem



OBJAWY ZAKAŻENIA KORONAWIRUSEM:

- gorączka
- duszność
- kaszel
- bóle mięśni



Nie idź do przychodni, szpitala, sanepidu, apteki ani na SOR.



Skontaktuj się telefonicznie ze stacją sanitarno-epidemiologiczną.



Możesz zostać zobowiązany do pozostania w kwarantannie domowej.



Twe dane mogą być przetwarzane przez odpowiednie służby.



Możesz zostać poddany badaniom na obecność koronawirusa.



Lekarze i pielęgniarki udzielą Ci dalszych wskazówek.



Praca w czasach zarazy

Jak wyznaczyć granice pracy zdalnej i jak zorganizować sobie przestrzeń w domu, by być wydajnym i unikać konfliktów? Na podstawie badań telepracowników i ich partnerów socjolodzy i etnografowie opracowali pakiet rekomendacji dotyczących telepracy.

Dobre pół Polski nagle rozpoczęło telepracę. „Ty też dziś pracujesz z domu?” - głosi popularny ostatnio mem - zdjęcie, z którego uśmiecha się młody mężczyzna, siedzący obok kręcącej się w pokoju betoniarki. W sieci nie brakuje linków do nowych narzędzi do teletransmisji, dzięki czemu w tle pojawia się biblioteczka, pusta ściana lub sztucznie wykreowany kosmos (zamiast góry prania, swawolących dzieci czy porzucanych zabawek).

Nawet kilka dni zamknięcia w domu uświadamia, do jakich problemów i ograniczeń w życiu rodzinnym może prowadzić przeniesienie pracy do domu. Potwierdzają to wnioski naukowców z Krakowa, Warszawy i Gdańska, autorów projektu badawczego „A więc siedzisz w domu? Etnograficzne studium odpłatnej pracy domowej wykonywanej na zasadach telepracy”.

Dr hab. Jacek Gądecki z Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie, dr hab. Marcin Jewdokimow z Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie oraz dr Magdalena Zadkowska z Uniwersytetu Gdańskiego przeprowadzili etnologiczne wśród Polaków, którzy z domu pracowali przynajmniej rok. Badanie sfinansowano ze środków NCN (SONATA). W efekcie powstała książka, dostępna za darmo w internecie.

Zawarte w niej rekomendacje podsumowano poniżej.

KIEDY PRACA I NIE-PRACA

Badania pokazują, że brak uzgodnionego podziału czasu między zadania i między domowników prowadzi do poważnych napięć, konfliktów i nie jest produktywny.

„Nie zakładaj, że pracujesz przy okazji; pracuj w wyznaczonym czasie, który znają też inni współdomownicy - radzą naukowcy. - Jeśli w domu pracuje więcej niż jedna

osoba i trzeba jeszcze dzielić czas na opiekę nad dziećmi, uzgodnijcie razem podział czasu: kto kiedy zajmuje się dziećmi, a kto pracuje.”

GDZIE PRACOWAĆ W DOMU

Miejsce pracy musi być wyraźnie wydzielone. Może to być pokój lub jego część, do którego dostęp w czasie pracy będzie ograniczony. Przestrzeń wypełniają nie tylko przedmioty, ale też dźwięki i zapachy, które mogą utrudniać koncentrację - zaznaczają.

Praktyka pokazuje, że warto znaleźć miejsce do pracy, nawet jeśli składa się ono wyłącznie ze stołu i krzesła. Idealem jest osobny pokój - gabinet, który uwalnia telepracownika od trosk domowych i pozwala za sobą zamknąć drzwi. „Kiedy jednak miejsce pracy w domu wygląda jak strefa wojny - to znaczy oprócz obiektów związanych bezpośrednio z pracą (stosów dokumentów) w miejscu pracy znajdują się brudne naczynia, czy kubki po kawie, to trudno o efektywną pracę” - stwierdzają autorzy badania.

Wielu z badanych telepracowników zaczynało od pracy w sypialni. Zdaniem naukowców takie rozwiązanie wyłącznie pozornie uwalnia od zakłóceń, bo pozwala na zamknięcie drzwi. Sypialnia ma być miejscem ucieczki od świata. Nie powinna zostać „skażona” pracą.

OGRANICZONA PRZESTRZEŃ (WIRTUALNA)

Naukowcy ostrzegają przed pokusą ciągłej obecności w mediach społecznościowych czy sprawdzania wiadomości. Radzą postawić sobie wyraźne granice także w rzeczywistości wirtualnej: w czasie pracy nie korzystać z mediów społecznościowych i nie czytać prywatnych wiadomości tekstowych.

KONTRAKT RODZINNY

Decyzje o podziale czasu i przestrzeni trzeba podjąć wspólnie z partnerem i dziećmi lub innymi członkami rodziny lub współlokatorami. Dla łatwiejszego przestrzegania ustaleń, można je spisać i umieścić w domu w widocznym miejscu. W przypadku niejasności zawsze będzie można się do tego „kontraktu” odnieść.

Wyznaczanie granic wymaga jednocześnie uprzejmości i stanowczości, nie tylko wobec najbliższych, ale np. także znajomych czy nawet sąsiadów.

I CO JA ROBIE TU

„Wytłumacz osobom, które z Tobą mieszkają, na czym polega Twoja praca, kiedy się odbywa i gdzie oraz co z niej wynika i ile przynosi budżetowi domowemu. Dzięki temu wszyscy będą wiedzieć, że nie siedzisz



w domu, ale pracujesz” - mówią autorzy badania.

Badacze pytali również o rolę, jaką w pracy odgrywa strój. Poradniki dla telepracowników wskazują jasno, by przystępując do pracy - zmieniać ubrania. „Nie spotkaliśmy jednak wśród badanych pracowników gotowych na zostawianie w piżamie przez cały dzień, czy - przeciwnie - uznających, że konieczne jest przywdzianie oficjalnego stroju do pracy” - podsumowują naukowcy.

TELEFONY, TELEFONY

Praca w domu to nie „siedzenie w domu” - podkreślają naukowcy. Ich zdaniem powinniśmy poinformować znajomych i rodzinę, że nie mogą nas odwiedzać w czasie pracy. Warto też ustalić zasady telefonowania czy spotkań on-line nie związanych z pracą.

ŁĄCZENIE RÓL

„Praca w domu to łączenie różnych ról w jednym czasie: ojca, matki, partnera, partnerki, pracownika, kolegi, przyjaciółki” - wyliczają socjologowie. Rola społeczną definiują jako zbiór praw i obowiązków przysługujących danej jednostce. Podają przykład „bycia ojcem”, który oznacza konieczność zajmowania się tak dziećmi - jak i wyłączenie wody, gdy gotuje się ona w kuchni. Z kolei, bycie pracownikiem oznacza konieczność wykonywania obowiązków zawodowych. Błędem jest myślenie, że pracując w domu, swobodnie będziemy

terminów, czy harmonogramami prac: dni robocze matek telepracownic są krótsze, prace często przerywane, a kobiety odpowiedzialne za więcej obowiązków domowych niż do tej pory.

WYZNACZ PRACODAWCY GRANICE

O pracy w domu często mówi się, że jest elastyczna, a więc: łatwa, bezproblemowa, przyjemna. Polskie badania pokazują, że praca na odległość wymaga od osoby pracującej w domu przystosowania się, zmiany domowych nawyków. Jest to szczególnie trudne dla rodziców.

„Pamiętaj, że elastyczność jest pomocna, ale zbyt duża elastyczność, zwłaszcza dla pewnych typów ludzi, może okazać się szkodliwa. Wszystko polega na wyznaczeniu i negocjowaniu granic” - tłumaczą socjologowie.

„Praktyka pracy zdalnej świadczącej z własnego domu zmienia tradycyjne pojęcie 'domu', potocznie traktowanego jako przestrzeń stricte prywatną” - zauważają naukowcy.

Zaznaczają, że wywiady z telepracownikami i ich partnerami prowadzili w latach 2014-2016, kiedy zatrudnienie na zasadach telepracy występowało zaledwie w 4,5 proc. gospodarstw domowych w Polsce. Obecnie - w stanie zagrożenia epidemiologicznego - do domów wysłano dziesiątki tysięcy pracowników.

„Najprawdopodobniej dzieje się to w warunkach eksperymentalnych - niewiele firm może pochwalić się gotowymi procedurami czy instrukcjami wykonywania pracy zdalnie. Nawet jeżeli procedury np. BHP, czy ochrony danych istnieją, nie spodziewamy się, że wraz z nimi pracownicy i pracowniczki mogą liczyć na wsparcie psychologiczne, doradcze (w zakresie nagłego łączenia życia zawodowego z rodzinnym) czy organizacyjno-architektoniczne związane tak z urządzeniem przestrzeni pracy, jak i z wyznaczeniem jej granic” - piszą autorzy analiz.

Badacze podkreślają, że pracując w domu można zaoszczędzić czas przeznaczony na dojazdy do pracy, który w Polsce wynosi średnio 8 godzin w skali tygodnia. Mimo tego konsekwencje podejmowania telepracy i jej wpływ na relacje rodzinne pozostają niejednoznaczne.

Praca w domu nie jest bowiem prosta i wymaga poważnej pracy organizacyjnej. Jest to wyzwanie technologiczne i społeczne dla pracowników, szefów czy całych zespołów - ale też poważna próba dla życia rodzinnego - podkreślają autorzy badania.

PAP - Nauka w Polsce, Karolina Duszczuk

OBJĘTY NADZOREM EPIDEMIOLOGICZNYM

- Przebywa w swoim mieszkaniu **przez 14 dni**
- Był w tej samej przestrzeni co zakażony koronawirusem, ale **nie miał z nim bezpośredniego kontaktu**
- Musi **ograniczyć wyjścia** do minimum
- Dwa razy dziennie mierzy sobie **temperaturę ciała**
- Telefonicznie informuje** pracowników inspekcji sanitarnej o swoim stanie zdrowia

OBJĘTY KWARANTANNĄ

- Przebywa w swoim mieszkaniu **przez 14 dni**
- Miał kontakt z **zakażonym** lub po 15 marca **wrócił z zagranicy**
- Nie wolno** mu wychodzić, nawet z psem na spacer, do sklepu, do lekarza
- Nikt** nie może go odwiedzać
- Jeśli poczuje się gorzej **bezwzględnie, telefonicznie** powiadamia stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłasza się do oddziału zakaźnego

HOSPITALIZOWANY

- Przebywa w **szpitalu**
- Obserwowany jest w kierunku **choroby zakaźnej**
- Niekoniecznie** jest nosicielem koronawirusa albo chorym na COVID-19
- Po wykonaniu testu wiadomo, **czy jest zakażony koronawirusem**

Miód jest lekarstwem na długowieczność, co potwierdza wiele sławnych, historycznych postaci



JADWIGA WOŁYNIK
j.wolynik@tio.com.pl

Hipokrates, „jeden z ojców medycyny”, który wg współczesnej wiedzy dożył 111 lat, podobno bardzo lubił miód i w jego zalety wierzył. Twierdził, że: „miodowy napój gubi i uspakaja kaszel”.

Pitagoras, którego zna dziś nawet każdy uczeń, uważał, że siły i zdrowie zawdzięcza pszczołom i miodom. Grecki mędrzec mógł pochwalić się też sędziwym wiekiem.

W bardzo starej i znakomitej księdze hinduskiej AJUR-WEDA, czyli Księdze życia, można znaleźć zalecenie leczenia gruźlicy płuc miodem i mlekiem.

Słynny perski uczony, lekarz i filozof, Abu Alu al-Husayn ibin Abd Allah inn Sina zwany Awicenną uważał, że znakomitą leką na w/w chorobę jest świeży miód prosto z pasieki, utarty z płatkami róży.

W ludowej medycynie w tym celu stosowano miód z mlekiem kozim i sadłem gęsim. Uważano też, że wywar z chrzanu z miodem, pity w ciągu 5-7 tygodni, stawia chorego na nogi. Leczenie trzeba przerwać, jeśli pojawi się biegunka lub nocne poty.

Zalecano też picie naparu z ziela podbiału z miodem, lub kwiatu lipowego z miodem.

Także kurze żółtka, utarte ze świeżym miodem, zmniejszają kaszel, oczyszczają płuca, polepszają samopoczucie i rozgrzewają wewnętrznie. A to już wiedza od mojej babci.

Dzisiejsze badania ambulatoryjne potwierdzają, znane od wieków w medycynie ludowej, wysoko bakterio-bójcze działanie miodu.



NATURALNA APTEKA. Kilka słów o właściwościach miodu

Miód i zdrowia w bród!

Miód jest wysoko kaloryczny, lekkostrawny, dodaje energii i wzmacnia cały organizm, łagodzi skutki stresu, regeneruje siły psychiczne. Zalecana dzienna dawka to 50 do 100 gram miodu dziennie. Każdy miód ma inne właściwości i jest polecany przy innych schorzeniach. Na początek zalety miodu gryczanego.

MIÓD GRYCZANY jest wskazany szczególnie dla osób starszych, ze zdiagnozowaną miażdżycą i znajdujących się w grupie wysokiego ryzyka. Cukry proste zawarte w nim są łatwo wchłaniane do krwiobiegu i potrafią w krótkim czasie odżywić mięsień sercowy. Duża ilość rutyny pomaga w przyswojeniu witaminy C, zapobiega jej rozpadowi i przyspiesza gojenie ran. Dzięki rutynie, miód ten może być stosowany jako



środek wspomagający w leczeniu urazów wewnętrznych. Cukry proste z miodu odtruwają wątrobę, cholina chroni wątrobę i nerki. Ten gatunek miodu zawiera łatwo przyswajalne białko, magnez i żelazo, chroni przed niedoborem żelaza, powoduje wzrost hemoglobiny we krwi,

wspomaga procesy odnowy organizmu, usuwa zeń ołów i pierwiastki promieniotwórcze z krwi, działa też bakteriobójczo. Zawiera witaminy z grupy B (zwłaszcza B1, B2 i B3 – ta ostatnia zwana jest również witaminą PP) oraz takie pierwiastki jak: miedź, magnez, fosfor, bor, jod, kobalt, nikiel.

Ten rodzaj miodu działa odtruwająco na wątrobę, reguluje ciśnienie krwi i poziom cholesterolu, leczy choroby serca i układu krążenia, wzmacnia odporność, reguluje pracę układu nerwowego i łagodzi napięcia psychiczne, spowalnia procesy starzenia, leczy anemię i miażdżycę, pomaga leczyć stany zapalne nerek, przyspiesza leczenie ran, wpływa korzystnie na wzrok, regeneruje organizm po długiej chorobie i złamaniach kończyn, pomaga leczyć przeziębienie, DZIAŁA NICZYM NATURALNY ANTYBIOTYK.

Miód gryczany można jeść bezpośrednio łyżeczką, smarować nim pieczywo,

dodawać do zup mlecznych albo rozpuszczać w ciepłych napojach (wodzie, herbacie, mleku, naparze ziołowym). Należy jednak pamiętać, że napój przed dodaniem miodu powinien być przestudzony, ponieważ w wysokiej temperaturze miód traci lecznicze właściwości.

Herbata z miodem

Bierzemy łyżkę stołową kwiatów lipy i tyleż owoców maliny. Zalewamy dwiema szklankami przegotowanej wody i podgrzewamy 5 minut w emaliowanym lub szklanym garneczku. Odstawiamy naczynie, czekamy by się zaparzyło i przecedzamy. W ciepłym jeszcze wywarze rozpuszczamy dwie stołowe łyżki miodu. Herbatę pijemy ciepłą, po pół szklanki, 3-4 razy dziennie jako środek obniżający gorączkę i przeciwzapalny przy przeziębieniu i grypie. O tej porze roku można użyć suszonych kwiatów lipy i mrożonych malin.

Lecznicza mieszanka ziołowa z miodem

Korzeń prawoślazu - 40

g, liście podbiału - 40g, lebidki - 20 g, zalewamy wrzątkiem, odczekujemy 15-20 minut, tak aby zioła nie miały więcej jak 38 stopni temperatury i do ciepłego wywaru dodajemy miód według smaku. Herbatę pijemy ciepłą po ćwiartce szklanki 3-4 razy dziennie przy chorobie oskrzeli i płuc. Wywar, przed dodaniem miodu, należy rozpuścić gotującą się wodą w proporcji na jedną część wywaru - dziesięć części wody (1:10).

Nalewka lecznicza z owoców dzikiej róży i miodu, na wzmocnienie układu odpornościowego

Do słoja wkładamy: 200 g suchych zmielonych owoców dzikiej róży, 2 łyżki zmielonych migdałów, 2 łyżki rodzynek, 3 łyżki pokrojonych suszonych moreli, 3 łyżki pokrojonych suszonych śliwek, 3 łyżki zmielonych orzechów włoskich, łyżka startego imbiru, pół łyżeczki zmielonego cynamonu. Ingredience zalewamy litrem 45% alkoholu. Zakręcamy szczelnie. Odstawiamy na 21 dni do ciemnego pomieszczenia. Po tym czasie przecedzamy i dodajemy 6 łyżek stołowych miodu. Odstawiamy na 7 dni. Przyjmujemy po 1 łyżce stołowej 2-3 razy dziennie na godzinę przed posiłkiem. Spożywamy całą naleweczkę.

Pszczoły obdarowują nas szczodrze i bezinteresownie, wszystkim czym mogą. Ale czy my się im odpowiednio odwdzięczamy, dbamy o nie? Ponoć „tylko szlachetni potrafią być wdzięczni”. Bądźmy więc szlachetni, chrońmy i szanujmy pszczoły.

J.W.



Zbik studio

projekty wnętrz

wizualizacje

tel. 501 277 300

www.facebook.com/zbikstudio

www.imagesROOM.pl

PIERWSZE SPOTKANIE GRATIS



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

środa

25 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej 05:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 06:15 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019 07:10 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Korona królów - telenowela historyczna TVP 09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP 10:20 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 12:00 Wiadomości 12:15 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Rok w ogrodzie Extra - magazyn 12:50 Natura w Jedyńce - Peru SERIAL OBYCZAJOWY 14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:25 Jaka to melodia? 18:00 Klan - telenowela TVP 18:30 Korona królów 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Wielki Test o Klimacie 22:30 Trzech kumpli - film 00:15 Ktoś chce mnie zabić - thriller 01:45 Wojsko - polskie.pl 02:10 Warto rozmawiać	05:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 06:05 Pozyteczni.pl 06:35 Familiada - teleturniej 07:05 Przepis dnia 07:15 Pytanie na śniadanie 11:35 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 12:30 Koło fortuny 13:05 Va Banque - teleturniej 13:35 Na sygnale - serial fabularyzowany TVP 14:10 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial TVP 15:00 Koło Fortuny 15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:10 Wieżenie miłości 18:00 Panorama 18:20 Pogoda 18:30 Va Banque - teleturniej 18:55 Rodzinka.pl - serial SERIAL OBYCZAJOWY 19:25 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. TVP 20:00 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 20:45 Kulisy seriali Na dobre i na złe i Na sygnale - felieton 20:55 Na dobre i na złe - serial TVP 21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany TVP 22:40 Kino relaks - Podróż na sto stop - komedia 00:50 Geniusz: Picasso - serial, prod. USA, 2018 01:50 W zalewie reklamy - film dokumentalny 03:15 Oficerowie - serial kryminalny TVP 04:05 Zakończenie dnia	04:50 Uwaga! - magazyn 05:15 Mango - telezakupy 06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:50 Doradca smaku - magazyn 08:00 Dzień Dobry TVN 11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy 12:15 Ukryta prawda 13:15 Szpital - program obyczajowy 14:15 Detektywi 15:25 Milionerzy 16:00 Szpital 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 Ukryta prawda 19:00 Fakty 19:49 Raport smogowy 19:50 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku SERIAL OBYCZAJOWY 20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:30 Ameryka Express - program rozrywkowy 23:00 Kobieta sukcesu - film komedia, Polska, 2018, reż. Robert Wichrowski, wyk. Agnieszka Więdłocha, Mikołaj Roznerski, Bartosz Gelner, Julia Wieniawa, Paulina Gałązka, Małgorzata Foremniak, Tomasz Karolak 01:10 Mentalista - serial, USA 02:10 Uwaga! - magazyn 02:35 Noc magii - program ezoteryczny	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Małanowski i Partnerzy 10:00 Sekrety rodziny 11:00 Dlaczego ja? 12:00 Gliniarze 13:00 Trudne sprawy 14:00 Pierwsza miłość Marysia opuszcza rodzinną wieś i przenosi się do Wrocławia, by studiować medycynę. W nowym miejscu kobieta poznaje Pawła, który zdobywa jej serce. 14:45 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport, Pogoda 19:30 Świat według Kiepskich MAGAZYN 20:05 Nasz Nowy Dom - magazyn 21:10 Zawsze warto 22:10 Żona na niby Danny Maccabee spotyka dziewczynę swoich marzeń. By zakumfować powiedziane jej lekkomyślnie kłamstwo, mężczyzna zmusza swoją lojalną asystentkę Katherine do udawania jego wkrótce-byłej-zony. Kiedy pojawiają się kolejne kłamstwa, zatuszować je pomagają włączone do gry dzieci Katherine i wkrótce wszyscy trafiają na Hawaje. 00:45 Nasz Nowy Dom - magazyn 02:45 Tajemnice losu	07:00 Afisz kulturalny 07:20 Teledyski 08:00 Informacje kulturalne 08:25 Studio Kultura 08:35 Niestety - film animowany 08:55 Prawie jak matka - film obyczajowy 11:00 Blisko, coraz bliżej - serial TVP 12:25 Dokąd człowieku - film fabularny, prod. Polska, 1984 13:40 Ikony muzyki 14:30 Studio Kultura 14:45 Koło pióra - magazyn 15:25 Ciemnego pokoju nie trzeba się bać - film 16:15 Łódź ratunkowa - dramat, prod. USA 18:00 Wielkie chwile w dziejach muzyki 19:05 Teledyski 19:20 Janek Simon - film 19:45 Którędy po sztukę 20:00 Informacje kulturalne FILM OBYCZAJOWY 20:30 Na wschód od Hollywood - Gdy budzą się demony - film prod. Hiszpania, USA, 2011, reż. Roland Joffe 22:35 Ziemia, planeta ludzi - Człowiek delfin - film 23:45 Koncert Marka Napiórkowskiego 00:55 Lekkie obyczaje - Dzikie namiętność 02:55 Informacje kulturalne - informator kulturalny 03:30 Kino nocne - Miasto umarłych - film fabularny, prod. Wielka Brytania, 1960, reż. John Llewellyn Moxey 04:55 Teledysk 05:30 Afisz kulturalny 05:45 Zakończenie dnia	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 08:00 Reportery. Z życia wzięte 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Kobra - oddział specjalny Seriał o niemieckich policjantach, którzy patrolują autostradę wiodącą ze wschodu na zachód Europy. W swojej pracy spotykają przemytników, handlarzy narkotyków i wiele innych podejrzanych osób. 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial 16:00 Reportery. Z życia wzięte SERIAL OBYCZAJOWY 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Conan Barbarzyńca - film fantasy 22:15 Żelazny rycerz 00:30 Najlepsi z najlepszych 02:35 Zobacz to! Blok powtórkowy: Niesamowite! 03:05 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 03:55 Na jedwabnym szlaku 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	05:00 Szkoła 06:00 Mango telezakupy 07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Idealna niania - program obyczajowy 12:10 Sąd rodzinny - program sądowy 13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:15 Szkoła 15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:15 19+ - obyczajowy 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła 19:00 19+ - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise FILM SENSACYJNY 21:00 Looper: Petla czasu - film sensacyjny, prod. USA, 2012, reż. Rian Johnson, wyk. Joseph Gordon-Levitt, Bruce Willis, Emily Blunt, Paul Dano, Noah Segan, Piper Perabo, Jeff Daniels 23:30 Porady na zdrady - film komedia, Polska, 2017, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Magdalena Lamparska, Mikołaj Roznerski, Anna Dereszowska, Krzysztof Czeczot, Weronika Rosati, Tomasz Karolak 01:35 Druga strona medalu - talk show 02:40 Noc magii	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). Po dobrze wykonanym zadaniu wszyscy spotykają się w barze emerytowanego strażnika C.D. Parkera. 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Święty 09:30 Demakijaż 10:00 Przez żołądek do serca 10:30 Demakijaż 11:00 Awantura o kasę 13:00 Magicy z ulicy 13:30 STOP Drogówka 14:30 Emil pogromca mandatów 15:00 Policjantki i Policjanci FILM PRZYGDOWY 16:00 Słoneczny patrol - film przygodowy 18:00 Sekrety Sąsiadów 18:30 Święty 19:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy 20:00 Święty 20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:40 Podróż z diablem Transport kokainy przemycają przez Stany Zjednoczone z Meksyku do Kanady znikają gdzieś po drodze. 23:40 Zaginiony w akcji 2: Początek 01:40 STOP Drogówka - magazyn 02:45 Zagadkowe zgony 03:40 TOP 10 Lista Przebojów 05:45 Telezakupy TV Okazje

czwartek								26 marca							
TVP 1		TVP 2		TVN		POLSAT		TVP Kultura		TV Puls		TVN 7		TV 4	
05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej		04:30 Koło fortuny		04:50 Uwaga! - magazyn		06:00 Nowy dzień z Polsat News		07:00 Afisz kulturalny		06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny		05:00 Szkoła		06:00 Strażnik Teksasu	
05:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny		05:05 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial		05:15 Mango - telezakupy		09:00 Malanowski i Partnerzy		07:20 Teledyski		06:00 Serial opowiadający o walce z przestępczością na ulicach San Francisco. Głównym bohaterem jest sprytny policjant Nash Bridges (Don Johnson), który w raz ze swoimi partnerem Joe Dominguez (Cheech Marin) walczy z przestępczością w mieście.		06:00 Mango telezakupy		08:00 Nasz Nowy Dom	
06:20 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019		06:00 Operacja Zdrowie		06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska		10:00 Sekrety rodziny		08:00 Informacje kulturalne - informator kulturalny		07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska		07:35 Zakochani po uszy		09:30 Święty Demakijaż	
07:10 Elif - serial, prod. Turcja, 2017		06:35 Familiada - teleturniej		06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy		11:00 Dlaczego ja?		08:25 Studio Kultura		08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy		11:20 Idealna niania - program obyczajowy		10:00 Przez żołądek do serca	
08:00 Wiadomości		07:00 Przepis dnia		07:50 Doradca smaku		12:00 Gliniarze		08:40 Sychta - film animowany		11:20 Sąd rodzinny - program sądowy		12:30 Sąd rodzinny - program sądowy		10:30 Demakijaż	
08:10 Pogoda poranna		11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP		08:00 Dzień Dobry TVN		13:00 Trudne sprawy		08:50 Poza starościami - film animowany		13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy		14:15 Szkoła		11:00 Awantura o kasę	
08:15 Kwadrans polityczny		12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP		11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy		14:00 Pierwsza miłość		09:15 Łódź ratunkowa - dramat, prod. USA, 1944		14:15 Ukryta prawda - program obyczajowy		15:15 19+ - obyczajowy		13:00 Magicy z ulicy	
08:40 Korona królów - tele-nowela historyczna TVP		12:30 Koło fortuny		12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy		15:50 Wydarzenia		11:00 Blisko, coraz bliżej - serial TVP		15:15 19+ - obyczajowy		16:15 19+ - obyczajowy		13:30 STOP Drogówka	
09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP		13:05 Va Banque - teleturniej		13:15 Szpital - program obyczajowy		16:10 Pogoda		12:25 Zamiana - film fabularny		16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska		18:00 Szkoła		14:30 Emil pogromca mandatów	
10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP		13:35 Na sygnale - serial fabularny TVP		14:15 Detektywi		16:15 Interwencja		13:40 Razem - dokumentalny		18:00 Reporterzy. Z życia wzięte		19:00 19+ - obyczajowy		15:00 Policjantki i Policjanci	
11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP		14:05 Na dobre i na złe		15:25 Milionerzy		17:00 Gliniarze		14:40 Studio Kultura		09:00 Lombard. Życie pod zastaw		19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska		16:00 Słoneczny patrol	
12:00 Wiadomości		15:00 Koło Fortuny		17:00 Kuchenne rewolucje		18:00 Pierwsza miłość		15:00 "Czterdziecia"		10:00 Zaklinaczka duchów		20:00 Hotel Paradise		18:00 Święty	
12:15 Agrobiznes		15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial		18:00 Ukryta prawda		19:20 Sport		16:00 Sól ziemi czarnej - dramat, prod. Polska, 1969, reż. Kazimierz Kut		12:00 Kobra - oddział specjalny		20:00 Magic Mike XXL		18:30 Święty	
12:30 Agropogoda - magazyn		16:00 Koło fortuny		19:00 Fakty		19:25 Pogoda		19:30 Świat według Kiepskich		14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial		21:00 Uciekający pociąg		19:00 Policjantki i Policjanci	
12:35 To się oplaca - magazyn		16:35 Familiada - teleturniej		19:35 Sport		19:45 Pogoda		20:05 Nasz Nowy Dom - magazyn		12:00 Kobra - oddział specjalny		21:40 Uciekający pociąg		19:30 Policjantki i Policjanci	
12:50 Natura w Jedynce		17:10 Wiegien miłości		19:49 Raport smogowy		20:05 Nasz Nowy Dom - magazyn		21:10 Przyjaciółki - serial obyczajowy		14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial		21:40 Uciekający pociąg		19:30 Policjantki i Policjanci	
- Peru - kraina skrajności. Andy i Altiplano		18:00 Panorama		19:50 Uwaga! - magazyn		21:10 Przyjaciółki - serial obyczajowy		22:10 Zdrady		14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial		21:40 Uciekający pociąg		19:30 Policjantki i Policjanci	
SERIAL OBYCZAJOWY		SERIAL OBYCZAJOWY		SERIAL OBYCZAJOWY		DRAMAT		FILM AKCJI		SERIAL OBYCZAJOWY		KOMEDIA		THRILLER	
															
14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017		19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. TVP		20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska		23:25 Erin Brockovich - dramat, USA, 2000, reż. Soderbergh Steven, wyk. Roberts Julia, Albert Finney, Eckhart Aaron, Coyote Peter		20:30 Czwartkowy klub filmowy - Ucieczka gangstera - film akcji, prod. USA, 1972, reż. Sam Peckinpah, wyk. Steve McQueen		16:00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial obyczajowy prod. Polska		21:00 Magic Mike XXL - film komedia, prod. USA, 2015, reż. Gregory Jacobs, wyk. Channing Tatum, Matt Bomer, Joe Manganiello, Kevin Nash		21:40 Uciekający pociąg - thriller, USA, 1985, reż. Andrey Konchalovskiy, wyk. Eric Roberts	
15:00 Wiadomości		19:55 Przepis dnia		20:55 Milionerzy		20:05 Chirurdzy - serial obyczajowy		22:40 Scena Klasyczna - Agata Zubel - koncert		18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy		23:25 Piraci z Karaibów: Kłątwa czarnej perły - film przygodowy, USA, 2003, reż. Gore Verbinski, wyk. Johnny Depp, Geoffrey Rush, Orlando Bloom, Keira Knightley		21:55 Zagadkowe zgony	
15:35 Gra słów. Krzyżówka		20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP		21:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy		04:00 Tajemnice losu - magazyn reporterów		23:35 Portrety - Altman - film dokumentalny		20:00 Trener bardzo osobisty		02:45 Disco Polo Life - program rozrywkowy prod. Polska		02:25 Interwencja	
16:05 Przysięga - serial		20:40 Filmowe czwartki - Wiesław Kot - felieton		22:35 Jack Strong - film sensacyjny, prod. Polska, 2014, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Marcin Dorociński, Maja Ostaszewska, Patrick Wilson, Oleg Maslennikov, Dagmara Domińczyk, Mirosław Baka, Zbigniew Zamachowski		04:55 Disco Gram - program rozrywkowy prod. Polska		01:10 Kronos - magazyn kulturalno-społeczny		22:05 Wielki Stach		03:55 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska		02:40 Disco Polo Life - program rozrywkowy prod. Polska	
17:00 Teleexpress		20:45 Filmowe czwartki - Fighter - film obyczajowy, prod. USA, 2010		01:10 Superwizjer - magazyn reporterów		05:40 Telezakupy TV Okazje		01:55 Wybuchowy duet		01:55 Ojciec Ted		04:55 Z archiwum policji - serial dokumentalny		03:40 TOP 10 Lista Przebojów - program rozrywkowy	
17:25 Jaka to melodia?		00:40 Moskwa nad rzeką Hudson - film fabularny		01:45 Uwaga! - magazyn				02:55 Zobacz to! Blok powtórkowy: Tajemnice medyczne		02:55 Zobacz to! Blok powtórkowy: Tajemnice medyczne		05:35 Dyżur - serial dokumentalny		05:45 Telezakupy TV Okazje	
18:00 Klan - telenowela TVP		02:45 Dzielnica bankowa - serial sensacyjny		02:10 Noc magii				04:25 Teledysk		05:35 Dyżur - serial dokumentalny					
18:30 Korona królów		03:45 Art Noc													
18:55 Jeden z dziesięciu		04:35 Zakończenie dnia													
19:30 Wiadomości															
20:30 Ojciec Mateusz - serial															
21:30 Sprawa dla reportera															
22:25 Magazyn śledczy															
Anity Gargas - magazyn															
23:00 Magazyn kryminalny 997 - magazyn															
23:50 Magazyn Ekspresu Reporterów															

dodatek

TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

piątek				27 marca											
TVP 1		TVP 2		TVN		POLSAT		TVP Kultura		TV Puls		TVN 7		TV 4	
05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej		05:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial		04:40 Uwaga! - magazyn		06:00 Nowy dzień z Polsat News		07:00 Afisz kulturalny		06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny		05:00 Szkoła - obyczajowy		06:00 Strażnik Teksasu	
05:35 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny		06:05 Anna Dymna - spotkajmy się - Lech Stoltman		05:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy		09:00 Malanowski i Partnerzy		07:20 Teledyski		07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy		06:00 Mango telezakupy		08:00 Nasz Nowy Dom	
06:15 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019		06:35 Familiada - teleturniej		05:55 Doradca smaku		10:00 Sekrety rodziny		08:00 Informacje kulturalne		07:35 Zakochani po uszy - serial obyczajowy		07:35 Zakochani po uszy		09:30 Święty Demakijaż	
07:05 Elif - serial, prod. Turcja, 2017		07:05 Przepis dnia		06:00 Wstajesz i wiesz		11:00 Dlaczego ja?		08:25 Studio Kultura		08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy		11:20 Idealna niania - program obyczajowy		10:00 Przez żołądek do serca	
08:00 Wiadomości		07:15 Pytanie na śniadanie		08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn		12:00 Gliniarze		08:40 Finito Calling - film animowany		11:20 Sąd rodzinny - program sądowy		12:30 Sąd rodzinny - program sądowy		10:30 Demakijaż	
08:10 Pogoda poranna		11:35 The Voice Kids		11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy		13:00 Trudne sprawy		09:05 Sól ziemi czarnej - dramat, prod. Polska, 1969, reż. Kazimierz Kut		13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy		14:15 Szkoła - obyczajowy		11:00 Awantura o kasę	
08:15 Kwadrans polityczny		12:35 Koło fortuny - teleturniej		12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy		14:00 Pierwsza miłość		14:45 Dlaczego ja? - serial obyczajowy		13:00 Moby Dick - dramat, prod. USA, 1956		15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy		13:30 STOP Drogówka - magazyn	
08:40 Mister Twister		13:10 Va Banque - teleturniej		13:15 Szpital - program obyczajowy		14:50 Wydarzenia		15:50 Wydarzenia		14:50 Sładami wielkich kompozytorów - Sładami Liszta - film dokumentalny, prod. Francja, 2012		16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska		14:30 Emil pogromca mandatów - serial obyczajowy	
09:20 Hotel pod żyrafą i nosorożcem - serial TVP		13:40 Na sygnale - serial fabularny, prod. TVP		14:15 Detektywi		16:10 Pogoda		17:00 Gliniarze		15:00 Moby Dick - dramat, prod. USA, 1956		18:00 Szkoła - obyczajowy		15:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy	
10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP		14:10 Nabożeństwo święta Purim 2020		15:25 Jak to jest zrobione		16:15 Interwencja		18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy		16:00 Moby Dick - dramat, prod. USA, 1956		19:00 Projekt Lady		16:00 Słoneczny patrol	
11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP		15:05 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial		16:00 Fakty po południu		16:30 Na ratunek 112		18:50 Wydarzenia		17:00 Moby Dick - dramat, prod. USA, 1956		20:00 Hotel Paradise - Rajskie Rozdanie		18:00 Sekrety Sądziów	
12:00 Wiadomości		16:00 Koło fortuny		17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy		17:00 Gliniarze		19:20 Sport		18:00 Moby Dick - dramat, prod. USA, 1956		21:00 Ślub od pierwszego wejrzenia		19:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy	
12:15 Agrobiznes		16:35 Familiada - teleturniej		18:00 Ukryta prawda - program obyczajowy		18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy		19:25 Pogoda		19:00 Moby Dick - dramat, prod. USA, 1956				20:00 Gwiazdy Kabaretu	
12:30 Agropogoda - magazyn		17:10 Wieźień miłości		19:00 Fakty		19:25 Uwaga! koronawirus		19:30 Świat według Kiepskich		20:00 Moby Dick - dramat, prod. USA, 1956				21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial obyczajowy	
12:50 Natura w Jedynce - Peru - kraina skrajności. Wybrzeża Pacyfiku - cykl dokumentalny		18:00 Panorama		19:25 Uwaga! koronawirus		19:49 Raport smogowy		20:05 Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami		21:00 Moby Dick - dramat, prod. USA, 1956					
SERIAL OBYCZAJOWY		18:20 Pogoda		19:50 Uwaga! - magazyn		22:05 Tylko jeden				22:00 Zaklinaczka duchów		FILM OBYCZAJOWY		FILM AKCJI	
		SERIAL OBYCZAJOWY		KOMEDIA		FILM AKCJI		FILM OBYCZAJOWY		SERIAL PRZYGODOWY					
14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017		19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP		20:00 Sekretne życie zwierząt domowych - film komedia		23:10 Predatorzy - film akcji		16:10 Awantura o Basię - film obyczajowy		10:00 Zaklinaczka duchów - film obyczajowy, Francja, USA, 2015		22:00 Nad morzem - film obyczajowy, Francja, USA, 2015		23:05 Jestem numerem cztery - film prod. USA, Indie, 2011, reż. Caruso D.J., wyk. Agn Dianna, Olyphant Timothy, Pettifer Alex	
15:00 Wiadomości		19:55 Przepis dnia		- film komedia		- film akcji		18:00 Reżyserzy - William Wyler - cykl dokumentalny, prod. USA, 2018		12:00 Kobra - oddział specjalny		00:40 Ostatnia rola - film obyczajowy, prod. USA, 2013, reż. Richard Glatzer, Wash Westmoreland, wyk. Susan Sarandon, Kevin Kline, Dakota Fanning, Sean Flynn, Bryan Batt		01:25 STOP Drogówka - magazyn	
15:10 Pogoda		20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP		- Japonia, USA, Francja, 2016, reż. Chris Renaud, Yarrow Cheney, wyk. Louis C.K., Eric Stonestreet, Kevin Hart, Albert Brooks		- film akcji		18:55 Zaginione Skarby - film		14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska		16:00 Reportrzy. Z życia wzięte		02:25 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	
15:15 Alarm! - magazyn		20:45 Star Voice. Gwiazdy Mają Głos! - program rozrywkowy		- Jaeden Martell, Jeremy Ray Taylor, Sophia Lillis, Finn Wolfhard, Bill Skarsgard		- film akcji		19:10 Tygodnik Kulturalny		16:00 Reportrzy. Z życia wzięte		18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial		03:10 Niesamowite!	
15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej		22:45 Jak Bóg da - komedia, prod. Włochy, 2014, reż. Edoardo Maria Falcone, wyk. Marco Giallini, Alessandro Gassman, Laura Morante		- film komedia		- film akcji		20:00 Informacje kulturalne - informator kulturalny		20:00 Reportrzy. Z życia wzięte		20:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial		03:55 Na jedwabnym szlaku	
16:05 Przysięga - serial		00:20 Podróż na sto stóp - komedia, prod. Indie, USA, Zjednoczone Emiraty Arabskie, 2014		- film komedia		- film akcji		20:30 Wieczór kinomana - Wstęp do filmu		22:05 Bodyguard zawodowiec		02:30 Połączenie			
17:00 Teleexpress		02:35 Fighter - film obyczajowy, prod. USA, 2010		- film komedia		- film akcji		20:30 Wieczór kinomana - Wstęp do filmu		00:20 Połączenie		02:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Niesamowite!			
17:25 Jaka to melodia?				- film komedia		- film akcji		22:35 Czarodziej z kulis, prod. Belgia, 2016		03:10 Niesamowite!		03:55 Na jedwabnym szlaku			
18:00 Kłona - telenowela TVP				- film komedia		- film akcji		00:15 Tygodnik Kulturalny		03:10 Niesamowite!					
18:30 Korona królów				- film komedia		- film akcji		01:05 Teraz animacje!		03:55 Na jedwabnym szlaku					
18:55 Jeden z dziesięciu				- film komedia		- film akcji		01:30 Ucieczka gangstera - film akcji, prod. USA, 1972							
19:30 Wiadomości				- film komedia		- film akcji									
20:10 Alarm! - magazyn				- film komedia		- film akcji									
20:30 Piłka nożna				- film komedia		- film akcji									
22:55 Za ciosem - film fabularny				- film komedia		- film akcji									
00:35 Zawód: Amerykanin				- film komedia		- film akcji									
01:40 Kompania X - serial				- film komedia		- film akcji									
02:35 Magazyn kryminalny				- film komedia		- film akcji									

sobota

28 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:15 Klan - telenowela TVP 06:25 Sprawa dla reportera 07:20 Rok w ogrodzie 07:45 Rok w ogrodzie Extra - magazyn 08:00 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych 08:25 Wojsko - polskie.pl 08:50 Studio Raban 09:20 Rodzinny ekspres - Szczera spowiedź - magazyn 09:45 40 Karabinów - western, prod. USA, 1967, reż. William Witney, wyk. Audie Murphy 11:30 Dziewczyny ze Lwowa - serial obyczajowy TVP 12:30 Fascynujący świat - Splendor Festiwalu Filmowego w Cannes 13:35 Okrasa famie przepisy - Kuchnia dla morsa 14:05 Z pamięci - Jerzy Stajuda 14:15 Jak to działa - magazyn SERIAL OBYCZAJOWY  14:50 Stulecie Winnych - serial TVP 15:50 To był rok! 17:00 Teleexpress 17:15 Pogoda 17:25 Dla miłości? 18:25 Postaw na milion 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:35 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 21:30 Hit na sobotę - Casino Royale - film sensacyjny, prod. USA, 2006, reż. Martin Campbell, wyk. Daniel Craig 00:05 Ucieczka gangstera - film sensacyjny 02:00 Jaka to melodia? 03:55 Moda - prawdziwe koszty - dokumentalny	04:35 Koło fortuny 05:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 06:20 Dla niesłyszanych - M jak miłość - serial TVP 07:15 Pytanie na śniadanie 11:25 Ostoja - magazyn przyrodniczy 11:55 Star Voice. Gwiazdy Mają Głos! - program rozrywkowy 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny 15:15 Szansa na sukces. Opole - widowisko 16:25 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 16:55 O mnie się nie martw - serial komediowy TVP 17:50 Dla niesłyszanych - Słowo na niedzielę 18:00 Panorama 18:25 Pogoda 18:35 Echo serca - serial TVP 19:30 Lajk! 20:00 Dance Dance Dance FILM KRYMINALNY  22:35 Trójkąt Bermudzki - film kryminalny, prod. Polska, 1987, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Marian Kociniak, Jan Peszek, Grażyna Trela, Leonard Pietraszak, Barbara Sołtysik, Maria Probosz, Jan Jankowski 00:20 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii - film fantasy, prod. Nowa Zelandia, prod. USA, 2014, reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Orlando Bloom, Ian McKellen, Luke Evans, Evangeline Lilly 02:45 Zakończenie dnia	04:50 Uwaga! - magazyn 05:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 06:00 Wstajesz i wiesz 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 13:20 MasterChef Junior 14:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:00 Dorota inspiruje 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 36, 6 - obyczajowy 19:00 Fakty 19:20 Uwaga! koronawirus 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:44 Raport smogowy 19:45 Uwaga! - magazyn KOMEDIA  20:00 Praktykant - film komedia, USA, 2015, reż. Nancy Meyers, wyk. Robert e Niro, Anne Hathaway, Rene Russo, Anders Holm, Adam DeVine 22:40 Tin Cup - film komedia, USA, 1996, reż. Ron Shelton, wyk. Kevin Costner, Rene Russo, Don Johnson, Cheech Marin, Linda Hart 01:25 Annabelle: Narodziny zła - film horror, prod. USA, 2017, reż. David F. Sandberg, wyk. Anthony LaPaglia, Samara Lee, Miranda Otto, Brian Greenquist, Lulu Wilson 03:45 Noc magii	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:30 Scooby-Doo! WrestleMania: Tajemnica ringu 10:05 Ewa gotuje 10:35 Disco Polo 11:40 Fałszywa dwunastka - komedia familijna, USA, 2003, reż. Levy Shawn, wyk. Steve Martin, Bonnie Hunt, Perabo Piper, Welling Tom, Hilary Duff, Schmidt Kevin Tom Baker razem z żoną i dwunastką dzieci mieszka w małym miasteczku na amerykańskiej prowincji. 13:45 The Four. Bitwa o Sławę 15:45 Kabaret na żywo. Przystanek Radość 17:50 Chłopaki do wzięcia 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda SERIAL KOMEDIOWY  19:30 Świat według Kiepskich - serial komediowy prod. Polska 20:05 The Four. Bitwa o Sławę 22:10 Twoja Twarz Brzmi Znamo 00:10 Uniwersalny żołnierz: Dzień odrodzenia - film akcji, USA, 2012, reż. John Hyams, wyk. Adkins Scott, Andrei Arlovski, Jean-Claude Van Damme John, jeden z uniwersalnych żołnierzy-robotów, budzi się ze śpiączki. Mężczyzna dowiaduje się, że został ciężko ranny. 02:45 FEN Lublin 03:55 Disco Gramy	07:00 Teledyski 07:15 Zimy żal - Piosenki Jeremiego Przybory i Jerzego Wasowskiego 08:05 Informacje kulturalne 08:35 Serialowa nostalgia - Wojna domowa - serial komediowy TVP 09:10 Esterhazy - film animowany, prod. Polska, Niemcy, 2009 09:35 Brzemie - film animowany, prod. Szwecja, 2017 09:55 Scena Klasyczna - Agata Zubel - koncert 10:50 Dokument tygodnia - Bracia Roga na tureckim szlaku - film dokumentalny, prod. Hiszpania, 2016 12:30 Jancio Wodnik - film obyczajowy, reż. Jan Jakub Kolski, wyk. Franciszek Pieczka, Grażyna Błęcka Kolska, Bogusław Linda, Katarzyna Aleksandrowicz DRAMAT  14:25 Blanka - dramat, prod. Włochy, Filipiny 15:50 Szlakiem Kolberga 16:25 Wydarzenie aktualne 16:45 Retro kino - Miasto bezprawia - western 18:30 Baletownik - magazyn 18:35 Portrety Komitetu Honorowego 17. Międzynarodowego Konkursu Pianistycznego im. Fryderyka Chopina 18:50 Stevie Wonder 20:00 Informacje kulturalne 20:30 Bilet do kina - Zakochany Szekspir 22:40 Pearl Jam - Let's Play Two - koncert 00:50 Seans kultowy - Kierowca - fabularny	05:30 Czynne całą dobę 06:00 Na wariackich papierach 07:00 Taki jest świat - program informacyjny 07:50 Bibliotekarze 08:45 Przypadki Merlina Młody czarodziej przybywa do Camelotu i ukrywa swoje zdolności, gdyż bezwzględny król, Uther Pendragon, tępi wszelką magię. 09:40 13 Posterunek 2 10:10 Reporterzy. Życia wzięte Akcja serialu rozgrywa się w Barczynie - niewielkiej miejscowości powiatowej, która skrywa wiele tajemnic. Od niedawna działa tam redakcja portalu informacyjnego. 15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy DRAMAT  20:00 Mocne sobotnie kino: Umysł przestępcy - dramat Wspomnienia i umiejętności zmarłego agenta CIA zostają wszczęte skazańcowi, by mógł dokończyć jego misję. 22:05 Angielska robota 00:30 Everly 03:05 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 04:00 Menu na miarę 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	04:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 05:55 Mango - telezakupy 07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 09:55 Hotel Paradise 12:50 Dziewczyny z drużyny V: Walcz do końca - film komedia, USA, 2009, reż. Bille Woodruff, wyk. Christina Milian, Vanessa Born, Cody Longo, Gabrielle Dennis, Rachele Smith 14:55 Mimzy: Mapa czasu - film przygodowy, USA, 2007, reż. Robert Shaye, wyk. Chris O'Neill, Rhiannon Leigh Wryn, Joely Richardson, Timothy Hutton, Rainn Wilson, Michael Clarke Duncan 17:00 Piraci z Karaibów: Kłątwa czarnej perły - film przygodowy, USA, 2003, reż. Gore Verbinski FILM PRZYGODOWY  20:00 Harry Potter i czara ognia - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2005, reż. Mike Newell, wyk. Emma Watson, Rupert Grint, Brendan Gleeson, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Ralph Fiennes, Miranda Richardson, Robert Pattinson 23:20 Mroczne cienie - film komedia, USA, Australia, 2012, reż. Tim Burton, wyk. Johnny Depp, Michelle Pfeiffer, Helena Bonham Carter, Eva Green, Jonny Lee Miller, Christopher Lee 01:40 Druga strona medalu	06:00 Przypadki Kota w butach 06:55 101 dalmatyńczyków 08:55 Galileo 11:00 Święty 13:00 Merlin i księga bestii 14:55 STOP Drogówka 16:00 Policjantki i Policjanci 19:00 Galileo 20:00 Policjantki i Policjanci Dynamiczny, pełen zwrotów i suspense serial obyczajowy opowiada o historii dwóch oddziałów patrolujących ulice współczesnego Wrocławia. Piżackie meliny, zaprzyjaźne podwórka, złodziejskie mety - odważna ekipa pojawia się w najgorszych zakamarkach miasta, by poznać mroczną rzeczywistość. 22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial FILM AKCJI  00:05 Konwój - film akcji, USA, 1978, reż. Peckinpah Sam, wyk. Ernest Borgnine, Kristoferson Kris, MacGraw Ali Opowieść z niezapomnianymi pościgami wielkich ciężarówek i jednocześnie najbardziej kasowy film kontrowersyjnego reżysera Sama Peckinpaha, słynącego z mocnych scen niepozabawionych głębszego przesłania związanego z takimi wartościami jak przyjaźń, poświęcenie, honor, odwaga. 03:25 Interwencja - magazyn prod. Polska 03:40 TOP 10 Lista Przebojów

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

niedziela

29 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:15 Klan - telenowela TVP 06:05 Słownik polsko@polski 06:35 Wojsko - polskie.pl 07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia 08:00 Tydzień 08:30 Zakochaj się w Polsce 09:05 Ziarno - Droga Krzyżowa - osoby spotkane przez Pana Jezusa 09:40 Las bliżej nas - magazyn 10:15 Noce i dnie - serial TVP 11:20 Kłasztorne smaki Remigiusza Rączki 11:50 Między ziemią a niebem - magazyn 12:00 Anioł Pański 12:15 Między ziemią a niebem - magazyn 12:50 Program katolicki 13:15 Czołówka BBC 13:15 BBC w Jedynce 14:10 Tyłówka BBC 14:15 Z pamięci 14:25 Weterynarze z sercem SERIAL KRYMINALNY  15:05 Komisarz Alex - serial kryminalny prod. TVP 16:05 Postaw na milion 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Ośmiu wspaniałych 18:30 Jaka to melodia? 19:30 Wiadomości 20:05 Pogoda 20:15 Stulecie Winnych - serial TVP 21:15 To był rok! 22:20 Zakochana Jedynka - Wszyscy moi mężczyźni - komedia 00:10 Casino Royale - film sensacyjny, prod. USA, 2006 02:40 Jaka to melodia? 03:35 Bohaterowie z Jamestown - film	04:30 Dla niesłyszanych - Słowo na niedzielę - Spóźnienie Jezusa czyli Twoja strona medalu 04:40 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 06:20 Dla niesłyszanych - M jak miłość - serial TVP 07:15 Pytanie na śniadanie 11:15 Dance Dance Dance 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole - widowisko 16:20 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 16:50 Lepsza połowa - serial TVP 17:50 Zainwestuj w marzenia - serial TVP 18:00 Panorama 18:20 Pogoda 18:30 Na dobre i na złe - serial TVP 19:25 Na sygnale - serial FILM FANTASY  20:00 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii - film fantasy, prod. Nowa Zelandia, USA, 2014, reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Orlando Bloom, Ian McKellen, Luke Evans, Evangeline Lilly 22:30 Kino bez granic - Selma - dramat, prod. USA, Wielka Brytania, 2014, reż. Ava DuVernay, wyk. David Oyelowo 00:45 Niezapomniany romans - dramat, prod. USA, 1957 02:50 Trójkąt Bermudzki - film kryminalny, prod. Polska, 1987 04:20 Zakończenie dnia	04:50 Uwaga! - magazyn 05:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 06:00 Wstajesz i wiesz 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Efekt Domina - magazyn 12:05 Co za tydzień - magazyn 12:35 Kod genetyczny 13:35 Ameryka Express 15:10 Człowiek przyszłości - dokument 16:10 Sekretne życie zwierząt - film komedia, Japonia, USA, Francja, 2016, reż. Chris Renaud, 18:00 Dorota inspiruje 19:00 Fakty 19:20 Uwaga! koronawirus 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:44 Raport smogowy 19:45 Uwaga! - magazyn 20:00 MasterChef Junior FILM SENSACYJNY  21:30 Tożsamość - film sensacyjny, USA, Kanada, Niemcy, Francja, Japonia, Wielka Brytania, 2011, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Diane Kruger, January Jones Doktor Martin Harris budzi się po wypadku samochodowym w Berlinie i odkrywa, że żona go nie rozpoznaje, a jego tożsamość przyjął inny mężczyzna. 23:55 Motyw - serial, Polska 00:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 01:55 Uwaga! - magazyn	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:45 Przypadki Kota w butach 09:10 Potwory kontra Obcy - USA, 2009, reż. Conrad Vernon, Rob Letterman Susan Murphy to nowoczesna dziewczyna z Kalifornii, która podczas swojego wymarzonego ślubu zostaje uderzona przez... meteor, co powoduje że rośnie do niewiarygodnych rozmiarów 49 stóp. 11:20 Klik: i robisz, co chcesz Architekt Michael Newman kupia się przede wszystkim na pracy. Zaniedbuje swoją rodzinę: piękną i kochającą żonę Donne oraz dwoje dzieci. Jednak mężczyzna liczy na to, że jego szef Ammer w końcu go doceni. KOMEDIA  13:45 Shrek 2 Shrek, Osiół i księżniczka Fiona przeżywają kolejne niesamowite przygody, napotykając na swojej drodze niezliczone postaci z bajek. 15:45 Twoja Twarz Brzmi Znamo 17:40 Nasz Nowy Dom 18:50 Wydarzenia 19:30 Państwo w Państwie - magazyn 20:00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość 22:10 W rytmie serca 23:10 Ślad 00:10 Niepowstrzymany 02:30 Tajemnice losu 04:55 Disco Gramy 05:40 Telezakupy TV Okazje	07:00 Teledyski 07:45 Informacje kulturalne 08:20 Serialowa nostalgia - Wszystkie stworzenia duże i małe - Wzloty i upadki - serial 09:20 Od ucha do ucha - Niezapomniany Leonard Bernstein - Spotkania z muzyką - Młodzi artyści - cykl dokumentalny 10:30 Od ucha do ucha - Cracovia Danza - Balet o kawie - widowisko 11:30 Trzeci punkt widzenia 12:10 Dziewczyny do wzięcia 13:10 Mężczyźni wolą blondynki - musical 14:50 Rewizor - spektakl 16:45 Zaginione Skarby - Autoportret Annibale Carracciago - film 17:00 Niedziela ... Teatrem Wielkim 17:50 Niedziela ... - Halka 20:20 Informacje kulturalne KOMEDIA  20:50 Jak ukraść milion dolarów - komedia, prod. USA, 1966, reż. William Wyler, wyk. Audrey Hepburn, Peter O'Toole, Eli Wallach, Hugh Griffith, Charles Boyer 23:00 Scena Alternatywna w Opolu 23:30 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 00:05 Dokument.p - Mnich z Morza, prod. Polska, 2014, reż. Rafał Skalski 01:25 Bilet do kina - Zakochany Szekspir - komedia, prod. USA, 1998, reż. John Madden 03:35 Informacje kulturalne 04:05 Teraz animacje! - Kwadratura koła	06:00 Tajemnice medyczne 07:05 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 09:05 Żandarm z Saint-Tropez Nerwowi i surowy sierżant zostaje przydzielony do posterunku policji w Saint-Tropez. Postanawia pozbyć się nudy - z okolicznych plaż. 11:10 Goście w Ameryce 13:20 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Niedźwiedzia skóra 14:30 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Jasi i Malgosia 15:45 Alicja w Krainie Czarów 17:55 Trener bardzo osobisty Były gwiazdor piłki nożnej powraca do domu, by odbudować relację z synem. FILM AKCJI  20:00 Niedziela z gwiazdami: Szybcy i wściekli Zielona mila 01:55 Na wariackich papierach - komedia kryminalna David Addison wraz z piękną współpracowniczką, Maddie Hayes, prowadzi agencję detektywistyczną. 02:50 Zobacz to! Blok powtórkowy: Dyżur - serial dokumentalny 03:25 Taki jest świat - program informacyjny 04:05 Menu na miarę 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny	05:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:00 Mango - telezakupy 08:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 10:10 Hotel Paradise 11:15 Hotel Paradise - Rajskie Rozdanie 12:15 Zakochani po uszy - serial, Polska 14:35 Projekt Lady 15:40 Ślub od pierwszego wejrzenia 16:45 Harry Potter i czara ognia - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2005, reż. Mike Newell, wyk. Emma Watson, Rupert Grint, Brendan Gleeson, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Ralph Fiennes, Miranda Richardson, Robert Pattinson, Clémence Poésy, Jason Isaacs FILM PRZYGODOWY  20:00 Piraci z Karaibów: Skrzynia umarlaka - film przygodowy, USA, 2006, reż. Gore Verbinski, wyk. Johnny Deep, Orlando Bloom, Keira Knightley, Jack Davenport, Bill Nighy, Jonathan Pryce 23:15 Pięćdziesiąt twarzy Greya - film obyczajowy, USA, 2015, reż. Sam Taylor-Johnson, wyk. Dakota Johnson, Jamie Dornan, Jennifer Ehle, Eloise Mumford, Luke Grimes, Marcia Gay Harden 01:50 Druga strona medalu - talk show 02:25 Noc magii	06:00 Przypadki Kota w butach 06:55 101 dalmatyńczyków 08:30 Poszukiwacze Bursztynowej Komnaty 10:50 Galileo 12:55 Gwiazdy Kabaretu 14:55 Bibliotekarz II: Tajemnice kopalni króla Salomona Przygody Flynnn Carsena, młodego pracownika niezwykłej Biblioteki Metropolitalnej, w której przechowywane są takie skarby jak puszka Pandory, Arka Przymierza czy Excalibur. Badając pewien starożytny egipski zwój, bibliotekarz odkrywa, że był on własnością króla Salomona. Czy pod postacią tajemniczych znaków kryje się mapa do legendarnych kopalni króla? 17:00 Quest - film akcji, USA, 1996, reż. Van Damme Jean-Claude, wyk. Jean-Claude Van Damme, Moore Roger, Remar James, Gunn Janet 19:00 Galileo 20:00 Jestem numerem cztery 22:15 Skrzydlate świny - Opowieść o grupie „Ultrasów”, którzy podczas meczów są najbardziej doniosłą i aktywną grupą dopingujących. 00:30 Kobiety i mafia 02:30 Graffiti 02:40 Disco Polo Life - program rozrywkowy 03:40 TOP 10 Lista Przebojów

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

poniedziałek

30 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej 05:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 06:20 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja 07:05 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Korona królów - tele- nowela historyczna TVP 09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP 10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 12:00 Wiadomości 12:15 Agrobiznes 12:35 Agropogoda - magazyn 12:40 Wójt roku - 2019 13:00 Natura w Jedynce - Czy bobry uratują Las Vegas? - film dokumentalny	04:35 Koło fortuny - teleturniej 05:15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial, prod. Niemcy, 2016 06:10 Coś dla Ciebie - magazyn 06:35 Familiada - teleturniej 07:05 Przepis dnia 07:15 Pytanie na śniadanie 11:00 Panorama 11:05 Pytanie na śniadanie 11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 12:35 Koło fortuny - teleturniej 13:10 Va Banque - teleturniej 13:35 Na sygnale - serial fabularyzowany TVP 14:05 Coś dla Ciebie - magazyn 14:30 Operacja Zdrowie - magazyn medyczny 15:00 Koło Fortuny - extra	05:15 Mango - telezakupy 06:20 Nowa Maja w ogrodzie 06:50 Akademia ogrodnika 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-roz- rywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN 11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy 12:15 Ukryta prawda - program kryminalny 13:15 Szpital - program obyczajowy 14:15 Detektywi - program kryminalny 15:25 Efekt Domina 16:00 Szpital - program obyczajowy 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-roz- rywkowy 18:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:49 Raport smogowy 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Malanowski i Partnerzy 10:00 Sekrety rodziny 11:00 Dlaczego ja? 12:00 Gliniarze 13:00 Trudne sprawy 14:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska 14:45 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja - magazyn prod. Polska 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:45 Polska wybiera - debata	07:00 Niezapomniany Leonard Bernstein - Spotkania z muzyką 08:00 Informacje kulturalne 08:25 Studio Kultura 08:40 Chamlet - serial TVP, prod. Polska, 1976, reż. Janusz Zaorski, wyk. Jan Tadeusz Stanisławski, Teofila Koronkiewicz, Teresa Lip- owska, Roman Kłosowski 08:55 Gusta i guściki - film obyczajowy, prod. Francja, 2000 11:00 Blisko, coraz bliżej - serial TVP 12:25 Profesor na drodze - film TVP, prod. Polska 13:40 Stevie Wonder 14:35 Studio Kultura 14:55 Niezłota z... Teatrem Wielkim - Operą Narodową 15:45 Najlepszy klient - film animowany	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 08:00 Reporterzy. Z życia wzięte 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Kobra - oddział specjalny W każdym z nich nie bra- kuje zabójczej prędkości, efektów specjalnych, napiecia, niebezpiecznych pościgów i komizmu, przedstawianego przez bohaterów. Chcą, aby zawsze na pierwszym mie- jscu stała sprawiedliwość 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy	05:00 Szkoła - obyczajowy 06:00 Mango telezakupy 07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Idealna niania - program obyczajowy 12:10 Sąd rodzinny - program sądowy 13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:15 Szkoła - obyczajowy 15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:15 19 + - obyczajowy 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła - obyczajowy 19:00 19 + - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise 21:00 Bogowie - film obyczajowy, Polska, 2014	06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystki- mi 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). Po dobrze wykonanym zadaniu wszyscy spotykają się w barze emerytowane- go strażnika C.D. Parkera (Noble Willingham). 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Święty 09:30 Demakijaż 10:00 Przez żołądek do serca 10:30 Demakijaż 11:00 Awantura o kasę 13:00 Magicy z ulicy 13:30 STOP Drogówka 14:30 Emil pogromca mandatów
SERIAL OBYCZAJOWY  14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:25 Jaka to melodia? 18:00 Klan - telenowela TVP 18:30 Korona królów 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Teatr Telewizji - Victoria - spektakl 22:35 Świat bez fikcji - Skrzywdzeni 23:40 To był rok! 00:50 Wszyscy moi mężczyźni - komedia, prod. USA	SERIAL OBYCZAJOWY  15:05 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 15:50 Zainwestuj w marzenia - serial TVP 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:10 Wieżenie miłości 18:00 Panorama 18:30 Va Banque - teleturniej 18:55 Rodzinka.pl - serial 19:30 Barwy szczęścia - serial 19:55 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial 20:45 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial TVP 21:50 O mnie się nie martw 22:50 Trzy dni Kondora 23:50 Ajka - dramat 01:55 Warto kochać - serial TVP, prod. Polska	SERIAL OBYCZAJOWY  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:30 Kod genetyczny 22:35 15 minut - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2001, reż. John Herzfeld, wyk. Robert De Niro, Edward Burns, Kelsey Grammer, Avery Brooks, Melina Kanakaredes, Oleg Taktarov, Charlize Theron, Kim Cattrall 01:00 Co za tydzień - magazyn 01:35 Wewnętrzny wróg - serial, USA 02:35 Uwaga! - dramat 03:00 Noc magii	THRILLER  20:05 MEGA HIT - Niepowstrzymany - thriller, USA, 2010, reż. Scott Tony, wyk. Denzel Washington, Kevin Dunn, Pine Chris, Rosario Dawson Doświadczony kolejarz Frank Barnes wraz z nowym kolegą, Willem Colsonem, ma przetrans- portować z fabryki cynku 20 wagonów materiału. 22:15 Faceci w czerni 3 - komedia s-f 00:45 Jack Reacher: Nigdy nie wracaj 03:25 Tajemnice losu 04:55 Disco Gramy - program rozrywkowy 05:40 Telezakupy TV Okazje	DRAMAT  16:10 Diabły, diabły - dramat psychologiczny, prod. Polska, 1991 17:45 Legendy polskiego teatru - Ostre słowa 19:10 Teledysk 19:30 Trzeci punkt widzenia 20:00 Informacje kulturalne 20:30 Panorama kina polskiego - Zero - dramat, prod. Polska, 2009, reż. Paweł Borowski 22:30 Powidoki 22:45 Antyfonie - Kujawski/ Połoz/Szumacher - film 23:20 Więcej niż fikcja - The Doors. Historia nieopowiedziana - film 00:55 Żelazna klasyka - Testament doktora Mabuse - dramat, prod. Niemcy	SERIAL OBYCZAJOWY  16:00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial obyczajowy prod. Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 20:00 Zielona miła 23:55 Conan Barbarzyńca 02:20 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny 03:15 Niesamowite! 03:55 Na jedwabnym szlaku 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Dyżur - serial dokumentalny	FILM PRZYGODOWY  23:30 Harry Potter i czara ognia - film przygodowy, prod. USA, Wielka Brytania, 2005, reż. Mike Newell, wyk. Emma Watson, Rupert Grint, Brendan Gleeson, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Ralph Fiennes, Miranda Richardson, Robert Pattinson, Clémence Poésy Harry Potter musi wziąć udział w Turnieju Trójmagicznym, kiedy jego nazwisko zostaje wybrane przez tajemniczą Czarę Ognia. 02:50 Noc magii	SERIAL OBYCZAJOWY  15:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy prod. Polska 16:00 Słoneczny patrol 18:00 Sekrety Sąsiadów 18:30 Święty 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Święty 20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:40 Krew za krew Rok 1868. Mijają właśnie trzy lata od zakończe- nia wojny secesyjnej. Pułkownik armii konfeder- ackiej Morsman Carver stoi na czele wynajętej przez siebie grupy pościgowej. 23:55 Konwój 02:10 Galileo 03:15 Interwencja 03:35 SuperLudzie

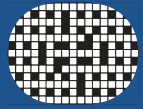
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

wtorek

31 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej 05:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 06:15 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019 07:05 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Korona królów - tele- nowela historyczna TVP 09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP 10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 12:00 Wiadomości 12:15 Agrobiznes 12:35 Agropogoda - magazyn 12:40 Wójt roku - 2019 - sylwetki - felieton 12:50 Natura w Jedynce	05:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 06:10 Złoteściłanka <i>Armenia</i> - reportaż 06:35 Familiada - teleturniej 07:05 Przepis dnia 07:15 Pytanie na śniadanie 11:00 Panorama 11:05 Pytanie na śniadanie 11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 12:30 Koło fortuny 13:05 Va Banque - teleturniej 13:35 Na sygnale - serial 14:10 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial TVP 15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 17:10 Wieżenie miłości 18:00 Panorama 18:30 Va Banque - teleturniej 18:55 Rodzinka.pl - serial	05:15 Mango - telezakupy 06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-roz- rywkowy 07:50 Doradca smaku 08:00 Dzień Dobry TVN 11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy 12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:15 Szpital - program obyczajowy 14:15 Detektywi - program kryminalny 15:25 Milionerzy 16:00 Szpital - program obyczajowy 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-roz- rywkowy 18:00 Ukryta prawda - program obyczajowy	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Malanowski i Partnerzy 10:00 Sekrety rodziny 11:00 Dlaczego ja? 12:00 Gliniarze 13:00 Trudne sprawy 14:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska 14:45 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja - serial obyczajowy prod. Polska 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy prod. Polska 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Świat według Kiepskich - serial komediowy	07:00 Afisz kulturalny 07:20 Międzynarodowy Konkurs Skrzypcowy im. Henryka Wieniawskiego 08:00 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:25 Studio Kultura 08:45 Dama Pikowa - film TVP, prod. Polska, 1972, reż. Janusz Morgenstern, wyk. Halina Mikołajaska, Jan Englert, Hanna Giza, Piotr Garlicki, Emilian Kamiński 09:25 Diabły, diabły - dramat psychologiczny, prod. Polska, 1991, reż. Dorota Kędzierszawska 11:00 Blisko, coraz bliżej - serial TVP 12:30 Remis - film obyczajowy, prod. Polska, 1984 13:40 Sztuka Francji - serial 14:35 Studio Kultur 15:55 Szlakiem Kolberga	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny Serial opowiadający o walce z przestępczością na ulicach San Francisco. Głównym bohaterem jest sprytny policjant Nash Bridges (Don Johnson), który w raz ze swoim partnerem Joe Dominguez (Cheech Marin) walczy z przestępczością w mieście. 07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 08:00 Reporterzy. Z życia wzięte 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Kobra - oddział specjalny 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy	05:00 Szkoła - obyczajowy 06:00 Mango telezakupy 07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Idealna niania - program obyczajowy 13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:15 Szkoła - obyczajowy 15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:15 19 + - obyczajowy 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła - obyczajowy 19:00 19 + - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Święty 09:30 Demakijaż 10:00 Przez żołądek do serca 10:30 Demakijaż 11:00 Awantura o kasę 13:00 Magicy z ulicy 13:30 STOP Drogówka 14:30 Emil pogromca mandatów 15:00 Policjantki i Policjanci Akcja serialu rozgrywa się na plaży w południowej Kalifornii. Gwiazda serialu David Hasselhoff występu- je w roli szefa patrolu dzielni i atrakcyjnych ratowników. 16:00 Słoneczny patrol Akcja serialu rozgrywa się na plaży w południowej Kalifornii. Gwiazda serialu David Hasselhoff występu- je w roli szefa patrolu dzielni i atrakcyjnych ratowników. 18:00 Sekrety Sąsiadów 18:30 Święty 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Święty 20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
SERIAL OBYCZAJOWY  14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:25 Jaka to melodia? 18:00 Klan - telenowela TVP 18:30 Korona królów 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Piłka nożna - mecz towarzyski: Polska - Ukraina 23:00 Ocaleni - reality show 00:05 Głębia ostrości 00:35 Bunt na okręcie - film fabularny, prod. USA	SERIAL OBYCZAJOWY  19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 19:55 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial TVP 21:50 Echo serca - serial TVP 22:45 Zainwestuj w marzenia - serial TVP 22:55 Ludzkie historie - Urosłam kiedy spałaś 23:55 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 00:35 O mnie się nie martw - serial komediowy TVP 01:30 Nowa - serial TVP 02:30 Ajka - dramat 04:30 Nieustępliwa - film dokumentalny	PROGRAM INFORMACYJNY  19:00 Fakty - program informacyjny 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:49 Raport smogowy 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku 20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:30 Motyw - serial, Polska 22:30 Kuba Wojewódzki - talk show 23:30 Superwizjer - magazyn reporterów 00:05 36, 6 - obyczajowy 01:05 Zabójcza broń - serial, USA 02:05 Uwaga! - magazyn 02:30 Noc magii	FILM SENSACYJNY  20:10 Jack Reacher: Nigdy nie wracaj Kierująca jednostką do- chodzeniową major Susan Turner zostaje niesłusznie oskarżona o zdradę kraju. Kobieta trafia za kratki. Jej wierny przyjaciel Jack Reacher - zasłużony były członek jednostki - nie zawaha się przed niczym, żeby pomóc koleżance i udowodnić przed światem jej niewinność. 22:45 Inwazja: Bitwa o Los Angeles - film s-f 01:20 System - dramat 04:15 Kabaret 04:55 Disco Gramy 05:40 Telezakupy TV Okazje	FILM OBYCZAJOWY  15:30 Duch z Canterville - film TVP, prod. Polska, 1967, reż. Ewa Petelska, Czesław Petelski, wyk. Czesław Wołłejko 16:15 Jestem - film obyczajowy, prod. Polska, 2005 18:00 Dokument.pl 19:15 Powidoki 19:30 Antyfonie 20:00 Informacje kulturalne 20:30 Wydarzenie aktualne 20:50 Polski Teatr Tańca 21:50 Lekkie obczaje - Po godzinach 23:40 Młoda Polska 00:20 Nocny dokument - Sztuka Skandynawii 01:15 Informacje kulturalne 01:40 Panorama kina polskiego - Zero - dramat	SERIAL OBYCZAJOWY  16:00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial obyczajowy prod. Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska 20:00 Maksimum ryzyka Francuski policjant szuka mordercy brata bliźniaka - członka rosyjskiej mafii. W tym celu przejmuje tożsamość zmarłego i rusza do Nowego Jorku, by wyjaśnić zagadkę jego śmierci. 22:05 Szybcy i wściekli 00:10 Żelazny rycerz 02:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Tajemnice medyczne 03:30 Na jedwabnym szlaku	KOMEDIA  21:00 Nareczony mimo woli - film komedia, prod. USA, 2009, reż. Anne Fletcher, wyk. Sandra Bullock, Ryan Reynolds, Mary Steenburgen, Craig T. Nelson, Betty White 23:20 Czerwona planeta - film S-F, USA, Australia, 2000, reż. Antony Hoffman, wyk. Val Kilmer, Carrie-Anne Moss, Tom Sizemore, Benjamin Bratt, Terence Stamp, Simon Baker 01:30 Druga strona medalu - talk show 02:40 Noc magii	FILM PRZYGODOWY  21:40 Shaolin - film przygodowy, Hongkong, Chiny, 2011, reż. Chan Benny, wyk. Yu Shaoqun, Yu Xing, Zhiui Chen W pograżonych w feudalnych walkach Chinach młody Hao Jie ma na koncie spore sukcesy na polu bitwy. Aroganko drwi z mis- trzów Shaolin kiedy na terenie ich świątyni zabija swojego rywala. 00:15 Samobójcza misja - film sensacyjny 02:35 SuperLudzie 03:05 Magazyn Atletci Polsat Sport 2020 - program sportowy 03:40 Trans World Sport 2020

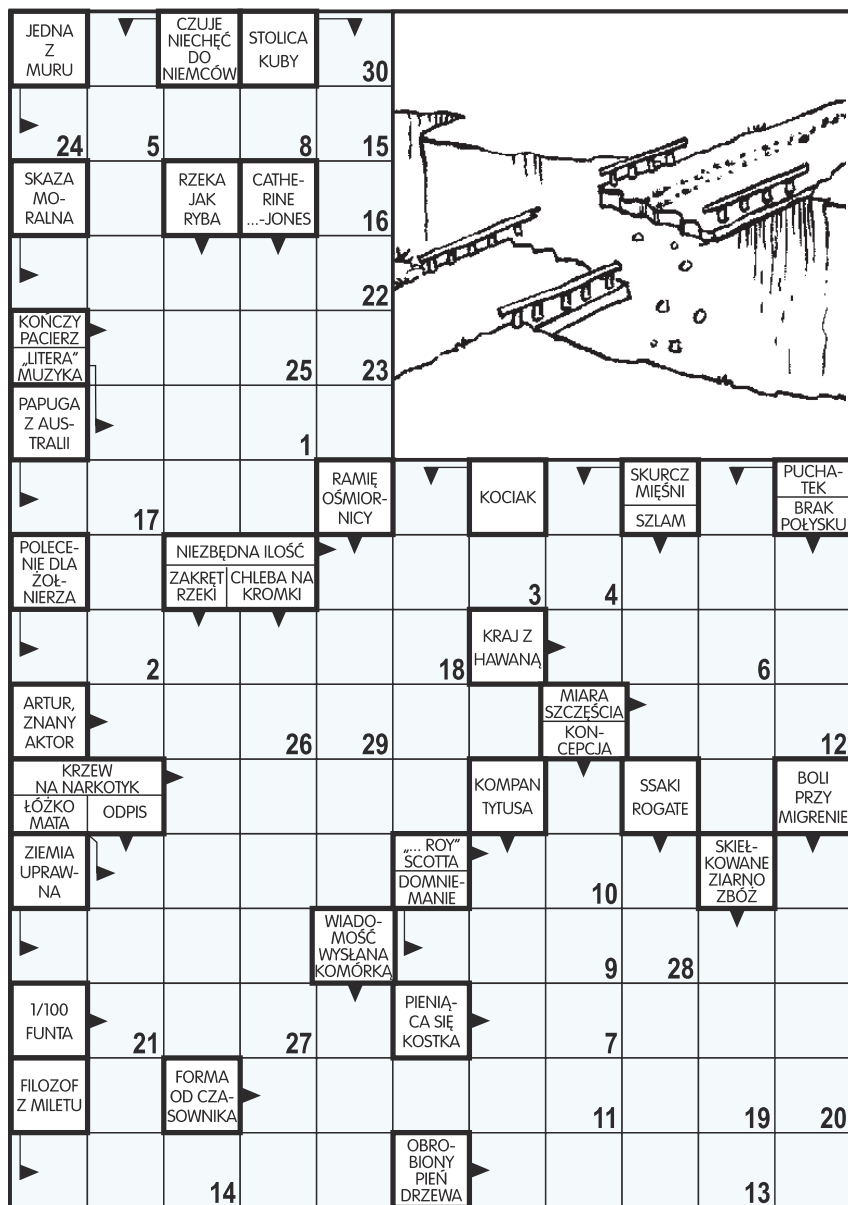
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY



ROZRYWKOWE TO I OWO nr 189

Redaguje:
Władysław Firlik

1. NA POLIGONIE

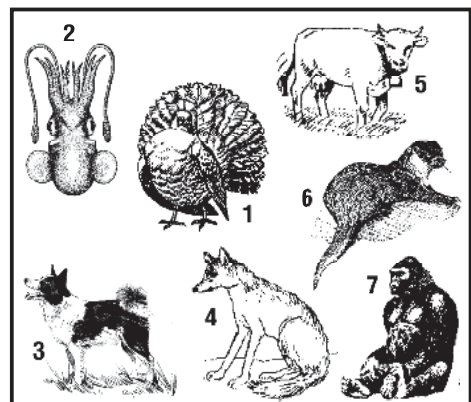
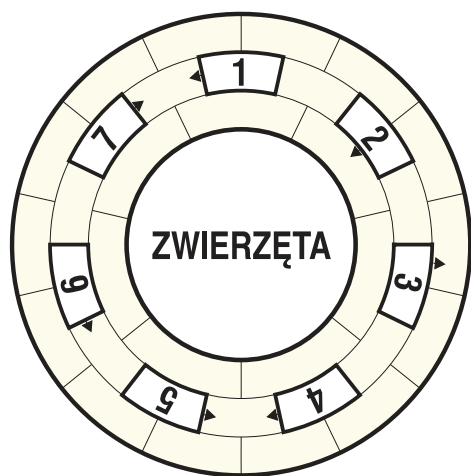


Litery z pól ponumerowanych od 1 do 30 utworzą wypowiedź czołgisty.

5. PALINDROM

W życiu takich spotkasz wielu (nie ma czego im zazdrościć), którzy będąc krok od _____ / _____ muszą przeciwnościom.

8. WIRÓWKA OBRAZKOWA



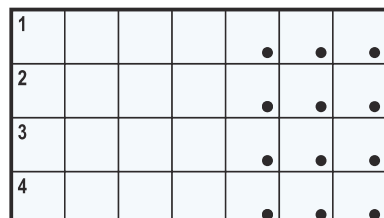
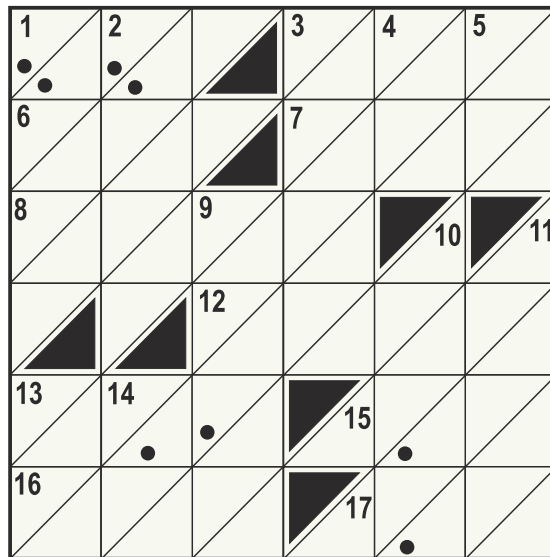
Wpisz do diagramu prawoskrętnie wszystkie nazwy rysunków tak, aby bezbłędnie powstało rozwiązanie zadania.

ROZRYWKOWE TO I OWO
KUPON - 189

6. KRZYŻÓWKA MOZAIKOWA

Litery z pól zaznaczonych (rzędami) utworzą rozwiązanie.

POZIOMO: 1) rodak, 3) nic, 6) pochlebca, 7) życiowej nie przegap, 8) gencjana, 12) z rodziny ibisów, 13) meldunek, 15) imię Fondy (zm. 1982), aktora, 16) przerabia kłose, 17) odchudzająca.
PIONOWO: 1) teren ćwiczeń wojskowych, 2) surowiec do wyrobu ultramaryny, 3) dawny artylerzysta, 4) talia, 5) wypłaci, 9) rumb wśród kątów, 10) wabienie, 11) grecka Gracja, 13) część pożyczki, 14) morski.



10. SUDOKU

W każdym rzędzie, w każdej kolumnie i w każdym małym 9-polo-owym kwadracie powinno być dziewięć różnych cyfr od 1 do 9.

11. LICZBA

5	5	2	20
6	6	3	36
8	8	4	

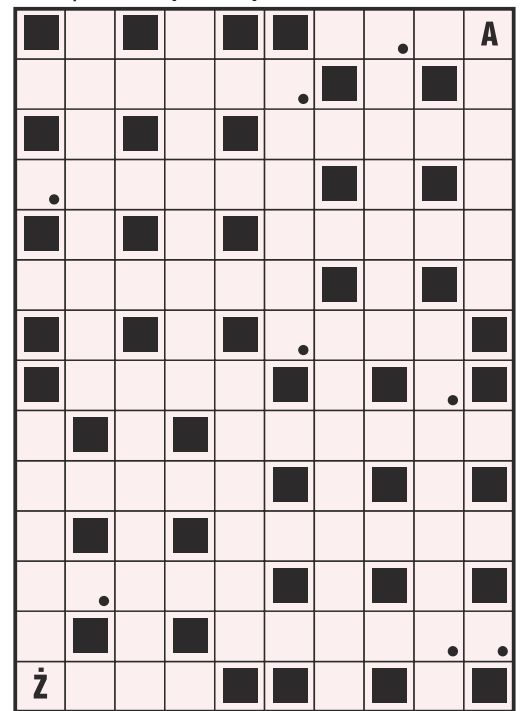
Jaka liczba brakuje?

2. KRZYŻÓWKA OD A DO Ż

A) nonsens (6),
B) Atena (6),
C) „Kości zostały rzucone” - powiedział (5),
D) kolejowy (7),
E) opiekunka poezji miłosnej (5),
F) płomyk (5),
G) pędzenie (6),
H) przewodnia (8),
I) myśl przewodnia (4),
J) wizjer (6),
K) siarkowy (4),
L) ziółko (6),
Ł z wanną (8),
M) ciasto z ciemnym nadzie-

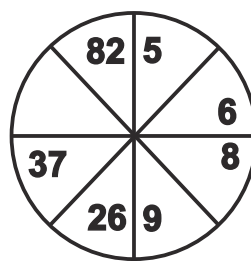
niem (8),
N) hultaj (6),
O) major (6),
P) krajobraz (6),
R) na świeżym powietrzu (4),
S) zespół nieruchomości silnika elektrycznego (6),
T) „bojaźliwe” zwierzę (6),
U) opuszcza własny kraj (8),
W) most nad drogą (7),
Z) oby się znalazła (5),
Ż) najpopularniejsze zboże (4).

Każdy odpadywany wyraz (w nawiasach liczby liter) zaczyna się literą poprzedzającą objaśnienie. Litery z pól zaznaczonych (rzędami) utworzą rozwiązanie.

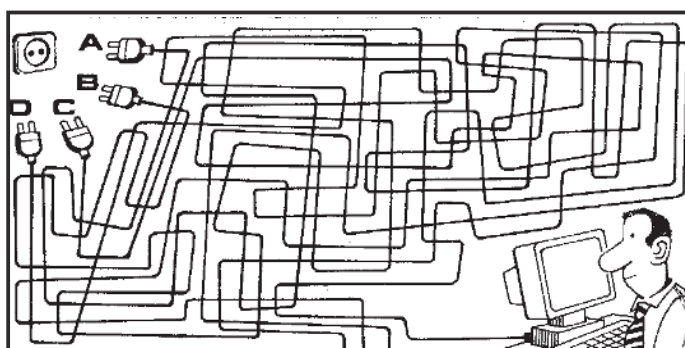


3. LICZBA

W puste miejsce diagramu wpisz taką liczbę, aby nie zakłócała ustalonego porządku.



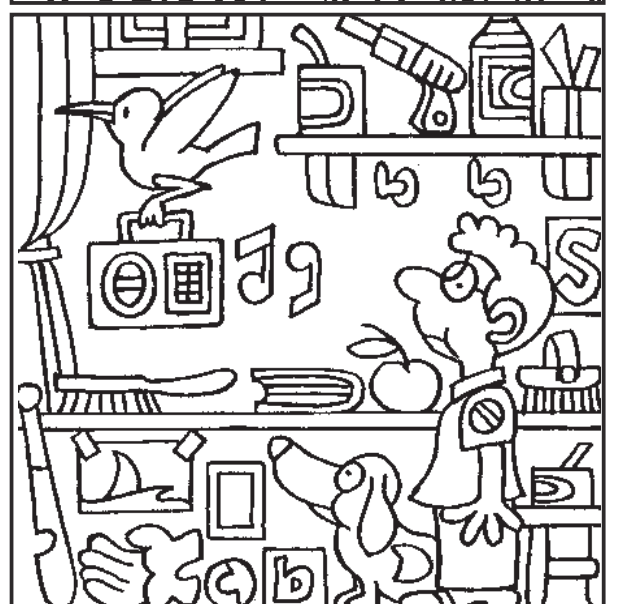
4. KOMPUTER



Którą wtyczkę należy włożyć do gniazdka, aby włączyć komputer?



7. OSIEM SZCZEGÓŁÓW



Rysunek dolny różni się od górnego ośmioma szczegółami. Znajdź ich co najmniej 7.

9. LOGOGRYF

Litery z pól zaznaczonych (rzędami) utworzą rozwiązanie.

1) najlepszy z Tuły, 2) telegram, 3) wnętrzości, 4) w parze ze swawolą.



		9		3		6
				2		7
	5			8		3
5			2		8	9
	6					
1		3		7		5
8			3		7	
	7					
6		7		5		2

USŁUGI KOSMETYCZNE WELLNESS

Podolog

Izabela Nowakowska

- usuwanie odcisków, modzeli, nagniotków, brodawek
- klamry na wrastające paznokcie
- rekonstrukcja paznokci
- leczenie stopy cukrzycowej
- leczenie stanów zapalnych
- pedicure specjalistyczny
- badania laboratoryjne

Pułtusk
ul. Rynek 19

517 704 405

GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów

Najniższe **CENY**
Różne wymiary
Transport i montaż
GRATIS cały KRAJ
Dogodne **RATY**

GARAŻE WZMOCNIONE

23-683-10-85 24-368-32-17
25-643-57-75 29-642-34-61
22-100-45-96 505-526-036
www.konstal-garaze.pl

lekarze

- Dr. n.med. pediastra - neonatolog
Maria Gudyka-Piórkowska
L-wo, Sienkiewicza 30,
601593502, 22 784 14 18
LEG 51083
- Dr n.med Robert Piórkowski
Gabinet ginekologiczny L-wo
ul. Husarska 9 blok 107,
22 7841418, 601 391 910
LEG 51082
- GABINET ENDOKRYNOLOGICZNO
GINEKOLOGICZNY
dr nauk med. Tadeusz Podsiadłowski
L-wo ul.Zegrzyńska 11 A pon.- pt
- całodobowo, leczenie trądziku
784 81 98, 602 272 345
LEG 51038

inne

USŁUGI KOSMETYCZNE WELLNESS

Podolog

Izabela Nowakowska

- Pedicure podologiczny. Klamra na wrastający paznokieć. Usuwanie: odcisków, modzeli, nagniotków, brodawek, zrogowaciałego naskórka. Pułtusk, ul. Rynek 19, 517 704 405
<https://www.facebook.com/UslugiKosmetyczneWellness>
PUL 50564

SPORT i URODA

TURYSTYKA

USŁUGI

remont i budowa

- A dachy papa obróbki 503083572
LEG 51123
- Brukarstwo, pełny zakres 606196690
LEG 51134
- Budowa domów, rozbudowy, wykończenia, gładzie, płytki 603810982
PUL 51167
- Docieplenia budynków, pełny zakres 606196690
LEG 51135

- Elektryka inst. awarie 605401964
LEG 50942
- Glazura remonty solidnie 602670035
NDM 50955
- **HYDRAULIK 512 121 552**
PUL 51052
- Kompleksowe remonty i aranżacje domów i mieszkań 692528027 www.mradex.pl
PUL 51178
- **Prace budowlane – remonty**
Rozsądna cena za solidną pracę.
508-074-201
LEG 50958



ZŁOTA RĄCZKA - usługi budowlane, hydrauliczne, elektryka, mniejsze i większe remonty. Szybko, tanio i solidnie. Referencje. 735953829
LEG 50755

ogrodnicze

WYCINKA DRZEW
METODĄ ALPINISTYCZNĄ
- SEKCYJNA WYCINKA DRZEW
- PRZycinanie, przświetlanie korony drzew
- usuwanie drzew gałęzi konarów martwych
- usługi rebrakim, zębrowanie gałęzi oraz wywóz urobku
698 991 470
Z PODNOŚNIKA - MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE - PROFESJONALNIE
LEG 50825

- Wycinka drzew metodą alpinistyczną - sekcyjna wycinka drzew - przycinanie, przświetlanie koron drzew - usuwanie martwych drzew, gałęzi, konarów - usługi rebrakim, zębrowanie gałęzi oraz wywóz urobku Z PODNOŚNIKA, MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE, PROFESJONALNIE 698-991-470
LEG 50825

transport

ASEN-PSP
WYWÓZ NIECZYSTOŚCI PŁYNNYCH
tel. 508 604 643

- ASEN-PSP
Wywóz nieczystości płynnych
508 604 643
PUL 50916

naprawy

- Komputery, dojazd 513820998
LEG 50583

finanse i prawo

- **BIURO RACHUNKOWE Anna Świecka**
Prowadzenie Ksiąg Rachunkowych, Ksiąg Podatkowych, VAT, ZUS, Reprezentacja w US i ZUS, Wyprowadzenie zaległości podatkowych.
tel: 227743594, kom: 605859559, e-mail: a.swiecka@wp.pl
LEG 50855

inne

- Mycie, malowanie dachów, elewacji i kostki brukowej 507567910
LEG 51125

BIZNES

- Dywany-Wykładziny-Chodniki Kacice 11A k/Pułtusk 23/692 58 49
PUL 50993

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam działkę

- Grunt 4ha gm. Zatory 603810982
PUL 51168
- Skrzyszew 601264736
LEG 51171

kupię nieruchomość

- KUPIĘ MIESZKANIE BEZPOŚREDNIO
TEL: 512-941-393. 512941393
LEG 51122
- Szukam domu murowanego w Jabłonie i okolicy do 10km 571479625
LEG 51147

do wynajęcia

- !Do wynajęcia w Pułtusku mieszkanie dla kobiety, tanio 509 661 909
PUL 51150

ROLNICTWO

kupię

- Kupię ziemniaki żółte i inne warzywa. Nawiąże stałą współpracę na odbiór 501 018 521
PUL 51138

inne

- DOTACJE PROW 2014-2020. NAJBŁIŻSZE NABORY: MODERNIZACJA GOSPODARSTW ROLNYCH (ZAKUP MASZYN), MAŁE GOSPODARSTWA (60 TYS.) RÓWNIEŻ DLA OSÓB NIE BĘDĄCYCH W KRUS, MŁODY ROLNIK - 150 TYS., ROZPOCZĘCIE DZIAŁALNOŚCI GOSPODARZEJ PRZEZ ROLNIKÓW (OD 150 DO 250 TYS.). WYPEŁNIANIE WNIOSKÓW, DOJAZD DO ROLNIKÓW. TEL. 795-931-529
LEG 51184

OGŁOSZENIA DROBNE
do bieżącego numeru przyjmujemy do WTORKU do godziny 14:00.

POŻYCZKA ekspresowa
wystarczy dowód osobisty
gotówka w jeden dzień
797-703-503
KAPITAŁ DO 5000 zł
Eden Finance
Pozyczenie bezpieczne
Maksymalna RPSO 689 %
nie pobieramy prowizji

ZWIERZĘTA

na 4 łapy



- Inez to 5-letnia małej wielkości (3,8 kg) suczka w typie china japońskiego znaleziona 12.03.2020 w Markach przy ul. Górskiej. Dziewczyna nie czuje się dobrze, jest w trakcie diagnostyki. Mam nadzieję, że właściciel szybko ją odbierze i będzie dochodziła do zdrowia, już we własnym domu. WŁAŚCICIELU, GDZIE JESTEŚ? epidemia - Prosimy o kontakt telefoniczny. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 51182



- Krokusik to 3-miesięczny szczeniak (10 kg) znaleziony na terenie gminy Otwock. Trafił do schroniska w dniu 11.03.2020r. Chłopiec jest energiczny, kontaktowy i ciekawy świata. Uwielbia głośkanie i przytulanie się, a zapowiada się na większego psa. WŁAŚCICIELU, GDZIE JESTEŚ? epidemia - Prosimy o kontakt telefoniczny. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 51181



- Zolza to dorosła wysterylizowana białobura kotka. Dziewczyna jest bardzo gadatliwa, jej zaufanie można zdobyć wspólną zabawą, komplementami i pysznymi przekąskami. Zolza jest zdrowa, odrobaczona i zaszczepiona. Całe życie w kocim Azylu? Kto pokocha Zolzę? Tel. 602 229 843, 22 774 54 27
LEG 51183



- Zorba to 9-letnia duża suczka (20 kg) w typie owczarka niemieckiego znaleziona na terenie gminy Otwock. Trafiła do schroniska w dniu 13.03.2020r. Dziewczyna jest zaniedbana, wychudzona, ma na ciele liczne wyłysienia, a przerosnięte pazury utrudniają poruszanie się (pod opieką weterynarza). WŁAŚCICIELU, GDZIE JESTEŚ? epidemia - Prosimy o kontakt telefoniczny. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 51180

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

LUK MARK
BALUSTRADY NIERDZEWNE
ŁĄCZONE ZE SZKŁEM I DREWNIEM
Tel. **532 364 946**
www.lukmark.pl

Słodkie Marzenia
Pracownia tortów artystycznych

Sylvia Szajter-Ziółek
ul. Polna 37A
05-124 Skrzyszew
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!

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez



■ RESTAURACJA LEGIONOWSKA;
chrzciny, komunie, stypy,
urodziny, uroczyste obiady,
romantyczne kolacje, catering.
Tel. 505-360-809,
www.legionowska.pl
LEG 50234

MATRYMONIALNE

■ Mężczyzna 72 lata 175cm 90kg
emerytowany szuka kobiety solidnie
zbudowanej 571479625
LEG 51148

KOMUNIKATY

RÓŻNE

FOTO
-TANIO-
VIDEO

www.foto-legionowo.pl

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

ZATRUDNIĘ
STOLARZA

Z DOŚWIADCZENIEM.
PRACOWNIA W JABŁONNIE.
KONTAKT 504-017-573

„RODZINNA TRADYCJA”
Katarzyna Dąbrowska

Organizuje:
• chrzciny • komunie • studniówki
• szkolenia • urodziny
• spotkania pracownicze
oraz inne imprezy.

www.salasamba.pl

DRUK CYFROWY

DO FORMATU A3+ • wstęga 300x1000mm • papier do 300gr • RIP
LAMINOWANIE JEDNO/DWUSTRONNE

ul. RYNEK 2
LEGIONOWO
tel. 22 784 90 55
e-mail: wtio@tio.com.pl

WYDAWNICTWO



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

**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

P.P.H.U. EKO-INVEST

NIERUCHOMOŚCI

NA SPRZEDAŻ

MIESZKANIA

Pułtusk/os Górna Skarpa – 51,6 m², 2 pokoje, III piętro z balkonem – 175 440 pln
Pułtusk, ul. A. Mickiewicza – 53 m², 2 pokoje, II piętro z balkonem – 159 000 pln
Pułtusk, ul. Rynek – 62,8 m², 3 pokoje, I piętro – 199 000 pln
Pułtusk, ul. Traugutta – 122 m², 4 pokoje, III piętro z balkonem – 500 000 pln

DOMY

Pułtusk – 130 m²/1000m² – 399 000 pln
Pułtusk/Popławy – 110 m²/850m² – 435 000 pln
Pułtusk/Popławy – 120 m²/2921m² – 450 000 pln
Pułtusk/Popławy – 436 m²/813m² – 385 000 pln
Pokrzywnica/Gzowo – 116 m²/1502 m² – 435 000 pln
Pułtusk/Popławy – 150 m²/753m² – 380 000 pln
Pułtusk – 86 m²/432 m² – 199 000 pln
Pułtusk/okolice – 168 m²/942m² – 419 000 pln
Winnica – 270 m²/2100 m² – 520 000 pln
Skaszewo Włościańskie gm.Gzy – 230 m²/4400 m² – 480 000 pln

DZIAŁKI

Pułtusk/Popławy – 33096 m² przy Narwi – 661 920 pln
Pułtusk/okolice – 11000 m² przy Narwi – 1 100 000 pln
Pułtusk – 6000 m² – 660 000 pln
Pułtusk – 2000 m² – 250 000 pln
Pułtusk/Popławy – 651 m² – 65 100 pln
Pułtusk/Popławy – 1538 m² – 150 000 pln
Pułtusk/Popławy – 1235 m² – 75 000 pln

MIEJSCE GARAŻOWE

Pułtusk/Osiedle Klimaty – garaż – 35 000 pln

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



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

ZAPRASZAMY NA NASZĄ STRONĘ INTERNETOWĄ:

www.ekoinvest.otodom.pl

www.ekoinvest.nieruchomosci.pl

Pułtusk, ul. Rynek 16, I piętro
tel./fax 23 692 06 82, kom. 502 587 830

e-mail: romanski42@interia.pl

SPRZEDAŻ NIERUCHOMOŚCI PKS:

Tel. 795 490 578

Baza w Pułtusku, ul. Romualda Traugutta 3, 06-100 Pułtusk
Baza PKS w Ciechanowie, ul. Płocka 13, 06-400 Ciechanów
Baza PKS w Przasnyszu, ul. Szosa Ciechanowska 4, 06-300 Przasnysz
Baza PKS w Ostrołęce, ul. Tadeusza Zawadzkiego „Zośki” 1, 07-412 Ostrołęka
Baza PKS w Płocku, ul. Bielska 53, 09-400 Płock
Baza PKS w Piotrkowie Trybunalskim, ul. Wolborska 6b, 97-300 Piotrków Trybunalski
Baza PKS w Ostródzie, ul. Garnizonowa 14, 14-100 Ostróda
Baza PKS w Mrągowie, ul. Giżycka 7, 11-700 Mrągowo
Dworzec PKS w Mrągowie, ul. Kolejowa, 11-700 Mrągowo
Dworzec w Działdowie, ul. Marii Skłodowskiej-Curie 34, 13-200 Działdowo

Więcej informacji: www.mobilis.pl/nieruchomosci

**Zakład Usług
Komunalno-Socjalnych**

ODPADY BIO
• trawa, liście, gałęzie
• 1 worek 120 l. do 10 zł
(przy większej ilości znaczące obniżenie – do 50%)

ODPADY BUDOWLANE
oraz KOMUNALNE – oferujemy podstrawienie
konkretnie KPT do 400 zł – do negocjacji
w zależności od ilości i rodzaju odpadów
Wyżej wymienione odpady przyjmujemy także
na terenie naszej bazy: Łąki, ul. Starych Sieraków 11
– po uzgodnieniu: telefon: 602 800 332

05-120 Legionowo, ul. Nyskińska 10
tel. 22 784 50 35, tel. kom. 602 800 332
zaks.pacowicz@wp.pl

**WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU
BUDOWLANEGO I ELEKTRONARZĘDZI**

**RUSZTOWANIA
ZAGĘSZCZARKI
MŁOTY WYBURZENIOWE
CYKLINIARKI I INNE**

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

MEBLE NA WYMIAR

W zakres naszych prac wchodzi:

- SZAFY I GARDEROBY
- MEBLE KUCHENNE – z wszelkiego rodzaju blatami kuchennymi
- MEBLE ŁAZIENKOWE – w połączeniu z granitem
- RECEPCJE oraz MEBLE BIUROWE
- MEBLE STYLIZOWANE – biblioteki, biurka,
regały wolno stojące, komody itp.
- DRZWI DREWNIANE
wewnętrzne i zewnętrzne – z możliwością montażu
oraz wiele, wiele innych rodzajów mebli
- sprzedaż oraz montaż sprzętu AGD

STAŁA PRACA DLA STOLARZY

Zatrudnimy wykwalifikowanych stolarzy,
wysokie zarobki, ZUS.
tel. 504 017 573

SławMar Mebel Styl s.c.

ul. Szkolna 42a, 05-110 Jabłonna

e-mail: mmowinski@gmail.com

slawomir.parzonko@gmail.com

tel. 504 017 573

504 017 574

fax: 22 774 18 92



KUPON NA DROBNE ZA

1 GROSZ

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 Pułtusk.
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



GOŚCINNOŚĆ OD POKOLEŃ —
www.hotelstbruno.pl



Luksusowy hotel**** na Mazurach - relaks i biznes

JUŻ JESTEM NA ŚWIECIE...



11.02.2020 r. o godzinie 22:05
na świat przyszedł Marcel,
syn państwa Bieńkowskich.
W chwili urodzenia ważył 2960
g i mierzył 55 cm.

fot H Mazurek



12.02.2020 r. o godzinie 16:30
na świat przyszła Julia, córka
państwa Kordulewskich.
W chwili urodzenia ważyła 3070
g i mierzyła 57 cm.

fot H Mazurek



12.02.2020 r. o godzinie 17:40
na świat przyszła córka państwa
Rajczyk. W chwili urodzenia
ważyła 3120 g i mierzyła 55 cm.

fot H Mazurek



13.02.2020 r. o godzinie 12:50
na świat przyszedł Jaś, syn
państwa Drożdż. W chwili
urodzenia ważył 3800 g
i mierzył 55 cm.

fot H Mazurek



17.02.2020 r. o godzinie 11:20
na świat przyszedł Tymon,
syn państwa Piechocińskich.
W chwili urodzenia ważył 3920
g i mierzył 55 cm.

fot H Mazurek

Zamek Gniew

HOTEL RESTAURACJA KONFERENCJE

www.zamek-gniew.pl • sprzedaz@zamek-gniew.pl • tel. 58 535 25 37

SERDECZNOŚCI



W dniu 30 marca mija nasza 45. rocznica
Zawarcia Związku Małżeńskiego.
Agnieszko,
dziękuję Ci za wspólnie przeżyte lata,
za trud włożony w wychowanie
naszych dzieci i wnuków.
Życzę nam dalszych rocznic w zdrowiu i miłości.
Mietek

ZESPÓŁ SZKÓŁ CENTRUM KSZTAŁCENIA ROLNICZEGO W GOLĄDKOWIE

1. Zawody poszukiwane na rynku pracy
2. Rozbudowana i nowoczesnie wyposażona baza dydaktyczna
3. Współpraca z pracodawcami. Klasy patronackie.
4. Innowacje pedagogiczne.
5. Współpraca międzynarodowa. Zagraniczne praktyki zawodowe.
6. Kursy i szkolenia dające dodatkowe kwalifikacje
7. Profesjonalna kadra nauczycielska
8. Rozwijanie pasji – koła zainteresowań, sekcje sportowe.
9. Ciekawe życie internackie.
10. Wysoki poziom kształcenia.



Technik urządzeń i systemów energetyki odnawialnej



Technik żywienia i usług gastronomicznych



Technik architektury krajobrazu



Technik mechanizacji rolnictwa i agrotechniki



Technik weterynarii



Mechanik - operator pojazdów i maszyn rolniczych



**Sieć Szkół Rolniczych
MRiRW**

WWW.ZSGOLADKOWO.EU

Powiat
Legionowski

NFZ

KORONAWIRUS PODSTAWOWE INFORMACJE Powiatu Legionowskiego

KORONAWIRUS powoduje gorączkę, kaszel, duszności, bóle mięśni i zmęczenie.

Przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania, czy mówienia.



Jak zapobiegać zakażeniu?

Często myj ręce, używając mydła i wody.



Kiedy kaszlesz lub kichasz, **zakrywaj usta i nos**.



Zachowaj co najmniej 1 metr odległości od osób, które kaszlą i kichają.



Jeśli wracasz z regionu, gdzie występuje koronawirus **i masz objawy** choroby lub **miałeś kontakt** z osobą zakażoną, **UMÓW TELEFONICZNIE wizytę u lekarza** pierwszego kontaktu lub zgłoś się do oddziału obserwacyjno-zakaźnego, a następnie **powiadom o tym TELEFONICZNIE** Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Legionowie.

Infolinia NFZ
800 190 590

telefon ALARMOWY **24h**
Powiatowej Inspekcji Sanitarnej

609 729 134

telefon w godz. 8-15
Powiatowej Inspekcji Sanitarnej

22 774 15 76

www.gov.pl/koronawirus



Właściciele sklepów montowali pomysłowe, prowizoryczne osłony



Na drzwiach sklepów wywieszono informacje dot. zachowania w sklepie podczas epidemii



Sprzedający korzystają także z masek ochronnych



Lady w sklepach przysunięto do samych drzwi, aby klienci nie musieli się tłoczyć w niewielkim pomieszczeniu, ale mogli ustawiać się w większych odległościach i podchodzić do kasy pojedynczo



Przed wejściem do sklepu klientów proszono o dezynfekowanie dłoni

POWIAT. Jak radzimy sobie z koronawirusem?

Życie podczas epidemii

Zamknięte urzędy, kawiarnie, restauracje i kina. Większość ludzi całe dni spędza w domach. Ci którzy muszą wychodzą tylko do pracy i ewentualnie na małe zakupy. Do sklepów klienci wpuszczani są po parę osób, pozostali muszą czekać przed drzwiami. Jak zmieniło się życie mieszkańców powiatu w czasie epidemii koronawirusa?

Od 14 marca na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej ogłoszono stan zagrożenia epidemicznego w związku z zakażeniami wirusem SARS-CoV-2. Po niespełna tygodniu, w zeszły piątek (20 marca) rząd wprowadził stan epidemii. Wprowadzenie stanu epidemii pozwala na m.in.: wprowadzenie zakazu opuszczania określonych obszarów, zamykania instytucji i zakładów pracy, czasowo ograniczenie wolnego obrotu pewnymi dobrami lub towarami, kierowanie do pracy w zwalczaniu epidemii, udostępnienie lokali, przejmowanie pojazdów, poddania się obowiązkowi badań.

Ludzie mają zostać w domach, ale coś trzeba jeść

Aby wirus się nie rozprzestrzenił, mieszkańcy muszą zostać w domach i ograniczyć kontakt z innymi ludźmi. Osoby, które mogą sobie na to pozwolić pracują zdalnie. Problematyczne stało się również robienie zakupów. Do sklepów wpuszczanych jest parę osób, przed wejściem na jego teren należy zdezynfekować ręce, inni muszą czekać. - Na szczęście nie trzeba długo czekać, bo ludzi jest za zwyczaj mało - mówi Pani Krystyna, którą spotkaliśmy przed jabłonnym marketem Kaufland.

- Czasem dużo bardziej uciążliwe jest zachowanie ludzi. Patrzą po sobie wilkiem, nie daj Boże ktoś kichnie. Zachowujemy się rozsądnie, ale nie szukamy wrogów wśród innych - dodaje. - Na początku zeszłego tygodnia ludzie wpadli w panikę i wszędzie był dziki tłum, teraz już się opanowali i jest lepiej - mówi Pan Adam.

jestem przeciwny - komentuje sytuację jeden z klientów.

Rosnąca frustracja?

Za nami dopiero tydzień obostrzeń dotyczących ograniczania kontaktu z innymi ludźmi. Nic nie wskazuje na to, że sytuacja ma się zmienić w najbliższym czasie. Szkoły mają być zamknięte aż do Wielkanocy, a niektórzy



Większość sprzedawcy korzysta z rękawiczek ochronnych

Małe sklepy mają pełne ręce roboty

Jeśli nie chcemy robić zakupów w dużych sklepach, zostają nam jeszcze małe sklepiki. Jak twierdzą ich właściciele ludzi jest sporo i mają pełne ręce roboty. - Sklep mam teraz otwarty tylko do 14. Mam całkiem sporo ruchu, nie mogę narzekać - mówi właściciel jednego z nieporękich sklepów. - Jedyne czego się obawiam, że w hurtowniach może zabraknąć towaru. Głównie papieru toaletowego i chusteczek - dodaje. Również i w tych mniejszych sklepach wprowadzono obostrzenia związane z epidemią. Podobnie jak w przypadku marketów, tu również wpuszczanych jest mniej osób niż zwykle. To zależy od wielkości sklepu. Również należy zdezynfekować ręce. Niektóre sklepy sprzedają towar przez okienko. Tak jest np. w jednym ze sklepów na legionowskiej III Parceli. - Nie jest to uciążliwe, jeśli to ma jakoś pomóc, to nie

twierdzą, że zostaną otwarte dopiero w maju. Jak reagują na taką „izolację” mieszkańcy? Oczywiście zdania są podzielone. - Nie pójdę do kosmetyczki, ani fryzjerki, z przyjaciółką do kawiarni też nie. To jest bardzo frustrujące - mówi Pani Ola. - Ale nic nie można na to poradzić, przeczekamy to jakoś - dodaje. - Póki co nie odczuwam tego. Pracuję zdalnie z domu jako programista, więc tu się dużo nie zmieniło. Jedyny minus to brak możliwości wyjścia gdzieś ze znajomymi, ale można to jakoś przeczekać - mówi Pan Ireneusz. - Ja mam nadzieję, że to się w końcu skończy. Dzieci w domu się męczą, a ja się martwię o zdrowie swoje i swoich rodziców, którzy mają już swoje lata - mówi Pani Katarzyna. Niestety nikt nie jest w stanie określić ile potrwa ta sytuacja. Zapewne skrócić możemy ją sami, ograniczając kontakt z innymi ludźmi do minimum.

Paulina Nowicka

POWIAT W LITERATURZE. Opis XIX wiecznej podróży przez ziemie obecnego powiatu legionowskiego

Trzy karczmy

Pisarz i poeta Wiktor Gomulicki w jednym ze opowiadań pt. „Chałat” zawarł wspomnienia ze swojego dzieciństwa, w tym podróż z Warszawy do Pułtuska. Jej trasa wiodła przez ziemie obecnego powiatu legionowskiego. Natomiast przystankami były zajazdy w Jabłonninie, Zegrzu i Serocku

Austeria w Jabłonninie

Z kolejami i pocztą współzawodniczyli Żydzi, przewożąc towary i ludzi. Na bryce prowadzonej przez Joska Gomulicki udaje się w podróż w mroźną, grudniową noc. Opisuje woźnicę, współpasażerów i mijane miejsca. Tak o to przedstawia pierwszy przystanek, austerię w Jabłonninie:

„Odpoczynek w Jabłonninie pogodził mnie częściowo z losem. Przez godzinę przeszło siedziałem w ciepłej izbie zajazdu, nie czując za sobą głowy cukru, nie widząc przed sobą rozczochranej głowy Joska i jego wielkiej, zatłuszczonej, obszarpanej czapy.

Tę izbę bardzo lubiłem. Wydawała mi się zawsze uroczyste piękna, niby sala w starym zamku, niby kaplica. O każdej porze roku i dnia panował w niej półmrok. To właśnie sprawiało ów nastrój uroczysty. Nie słyszało się tam nigdy krzyków pijackich ani wybuchów głośniego, mazurskiego śmiechu. Podróżni zachowywali się milcząco, przyzwyczajeni, powściągliwie, jak w poczekalniach kolejowych pierwszej i drugiej klasy.

Na „bufecie”, mrocznym, poważnym jak stalle kanonickie, stały wielkie ptaki wypchane. Za bufetem siedziała piękna, blada, dostojnie smutna kobieta. Wydawała służbie rozkazy, poruszając jedynie ustami: głosu jej nigdy nie zdarzyło mi się słyszeć. Otaczały ją naczynia dziwnych kształtów, ze srebra, brązu, kryształu; pęki suchych traw i kwiatów tkwiły obok niej w ciemnych wazonach, hipnotyzując swym sennym, sztywnym bezruchem. Dzwonek poruszany ręką tej kobiety wydawał dźwięki nadzwyczajne: brzmiał jęklonie, tajemniczo, nabożnie, jak północne dzwonienie, w pustelni Kamedułów...

Tak przynajmniej przedstawiało się to wszystko wówczas moim zmysłom i mojej wyobraźni. Nastrój podniosły wzmagający dwie okoliczności, bardzo odmiennego rodzaju.

Najpierw – całą Jabłonninę wypełniała dla mnie światłow-rycerska postać księcia Józefa Poniatowskiego. Z okna izby zajazdowej przyglądałem się bramie żelaznej wiodącej do jego niegdyś parku. Przy podjeździe leżały tam dwie olbrzymie kule kamienne; przez kratę było widać zwężającą się perspektywnie aleję nagich, skostniałych od mrozu drzew parkowych. Zdawało mi się nieraz, że z mgły, przesłaniającej głębię parku, wysuwa się bez szmeru biały łabędź sani książęcych, a na nim młodzieniec w burce, z małymi na rumianej twarzy „bakenbardami”, z oczyma ciskającymi błyskawice...

Drugą podniecającą mnie okolicznością był fakt czy też pogłoska, że „austerię”



Zniszczony w czasie II wojny światowej budynek dawnej jabłonowskiej karczmy (dziś urząd gminy), widziany z pałacowej bramy

Ze zbiorów Muzeum historycznego w Legionowie

w Jabłonninie trzymają dwie siostry – baletnice. Dla piętnastoletniego estety baletnica, *ballerina*, była czymś prawie nadziemskim. Zaprowadzono mnie raz do teatru na balet „czarodziejski” i wyrobiłem sobie wówczas przekonanie, że baletnica jest czymś pośrednim pomiędzy Mickiewiczowską Switezianką a Wergiliuszową Nimfą...

Ciemne, wysokie drzwi lekko skrzypnęły; ukazał się Jasek, granatowy od zimna, w długiej, obszarpanej opończy, z wielkim biczem w ręce. Pokornie stanął przy progu, bicz z ręki do ręki przełożył, zakaszlał...

– Żymnooo... – wyrzekł przeciągle, drżąc, zwracając mowę razem do wszystkich i do nikogo. Nikt nie spojrzał nań nawet. Zaszurał ciężkimi buciskami, biczyskiem w podłogę zastukał – jakby dla zwrócenia na siebie uwagi.

– Żymnooo... Wielgie żymnooo – powtórzył nieco głośniejsze, ale zawsze z powściągliwą pokorą. Byłem domyślniejszy, czy też tylko naiwniejszy od swych głuchych i milczących towarzyszy: zrozumiałem, że przeziebły woźnica przymawia się o poczęstunek. Chętnie kazałbym mu podać herbaty

gorącej z arakiem, kawał chleba z pieczeni... Cóż, kiedy był tak odpychająco brzydki, brudny, prostacki!

Odwrociłem się pośpiesznie do okna, aby nań nie patrzeć. Wyteżonym, niecierpliwym wzrokiem upatrywałem książęcego łabędzia. Do Joska przystąpił służący – za ramię silnie go ujął.

– Tu Żydom nie wolno! – oznajmił głosem dobitnym.

– Nu, to sobie pójdę – rzekł woźnica z rezygnacją. – I proszę państwa na brykie – dodał,

obracając się do podróżnych. – Czas jechać!”

Bryczka z podróżnymi skręca na północ, w stronę do Zegrza. Żeby rozgrzać się podczas podróży próbowano różnych sposobów. Jednym z nich były mocniejsze trunki.

„Zrobiło się trochę weselej. Ten i ów zaopatrzył się w Jabłonninie w świeży zapas „pocieszycielki”, więc znów dało się słyszeć miłe dla ucha gulgocie płynów, przelewanych do gardła przez wąskie szyjki butelek.”

Przez las rosnący w miejscu dzisiejszego Legionowa pasażerowie docierają do następnego przystanku – Zegrza.

Karczma w Zegrzu

„W tej chwili bryka zatrzymała się przed dużym, murowanym budynkiem. Dojechaliśmy do Zegrza, który nazywano także, nie wiem dlaczego, Zagrobami. Ostatnia nazwa brzmiała zawsze w mych uszach żałośnie. Lubiłem to miejsce, lecz nie lubiłem zajazdu w nim. Miejsce było piękne, dla bliskości rzeki – ukochanej „błękitnej” Narwi mojej; zajazd wydawał się brzydkim, bo czuć go było zawsze wilgocią, stęchlizną, pustką.

Wszedłem do środka po to tylko, aby wypić, nie siadając, kilka szklanek osłodzonego ukropu z zapachem siana, po czym zaraz wybiegłem przed zajazd.

Zaraz za Zegrzem trzeba było przebyć rzekę. Dziś stoi tam most żelazny, wsparty na wysokich filarach; wówczas drewniane przęsła mostu leżały prawie na powierzchni wody. Gdy woda obniżała się, most wraz z nią zapadał, jakby w przepaść. Ta przepaść wydawała się tym głębszą, że brzeg był bardzo wysoki.

Nocą na dnie przepaści widział się drżące światło olejnej, wiatrem chwianej latarni, a przy niej, w brudnożółtym kręgu światła, czarne, żywo

poruszające się cienie. Dalej była otchłań, pocętkowana ułożonymi w zygzak, matowymi światełkami. Latem dochodził z dołu jęklony plusk niewidocznej fali, z którym łączyło się niekiedy żałosne zawodzenie orylów, nocujących przy moście na tratwach.

Wjazd na most równał się wówczas skokowi w przepaść. Gdy już dopełniono wszystkich formalności i gdy z dołu nadbiegło hasło, że „szlaban” podniesiony, konie ruszyły z kopyta, a nabierając na stromej pochyłości wielkiego rozpędu, wpały na most jak wichry. Latarnia, ludzie przy niej, domek poborcy, słupy szlabanowe migały jak cienie – potem wszystko nagle nikło, uspokajało się i nic już nie było słychać prócz miarowego, powolnego dudnienia kopyt na drewnianym pomoście oraz plusku wody, piosenki orylskiej i rechotania żab...

Szalenie lubiłem te zjazdy – choć łączyły się ze strachem okropnym i choć przed każdym z

nich żegnałem się, jakbym szedł na śmierć pewną...

I teraz odbyło się wszystko zwykłym trybem – z tą jedynie różnicą, że muzykę letniej nocy zastąpił przeraźliwy, dzwoniący, szczękający

i zgrzytający klekot bryki żydowskiej.”

I tak w tę grudniową noc Wiktor dociera do Serocka...

Zajazd w Serocku

W Serocku czekał na „gości” znany dobrze kilku pokoleniom podróżnych właściciel zajazdu z „numerami”, mąż niezłomnych przekonań, który latem i zimą, w piątek i świątek, o południu i o północy na zapytanie: „Co jest do jedzenia?” – odpowiadał twardo:

– Jest pieczeń z kapustą.

Mówiono, że ogromny zapas tej pieczeni z kapustą nabył wraz z zajazdem od swego poprzednika i przez lat kilkanaście częściowo go wyprzedawał. Był to zarazem eks-obywatel i eks-krawiec, człek sztywny, mrukliwy, z wielką, łysą głową nieruchomo na karaku osadzoną. Pod nosem miał dwie kępki rudawo-siwych, szczecinowatych włosów, które nieustannie szczoteczkał przeczesywał. Ponieważ dopełniał tego za „bufetem”, dokąd brudna dziewczka przez drzwi uchylone wsuwała talerze z gorącymi „porcjami”, zawsze pieczeń, prócz kapusty, przysmaczana była jakimś rudawosinym dodatkiem.

Farmaceuta był widocznie spraw tych świadomy, gdyż zamawiając jedzenie ze szczególnie naciskiem rozkazał:

– Włosy oddzielnie!...

Podwójny tytuł eks-krawca i eks-obywatela wydawał się niejednemu zagadką. Żadnej jednak zagadki w tym nie było. Krawiec na rzemiośle swym, w Warszawie prowadzonym, dorobił się dużych pieniędzy, a mając przez długie lata do czynienia z wszelkiego rodzaju „stanami” wyobraził sobie, że przy odpowiednim majątku i stan obywatelski będzie doń pasował. Znaleźli się tacy, co go utwierdzili w tym przekonaniu i właścicielem dóbr zrobili. Wyszedł z nich rychło „o kijek”, a za okrucy fortuny, cudem ocalone, zrobił się właścicielem zajazdu z numerami oraz niewyczerpanych zapasów pieczeni z kapustą.

Jako pamiątka po „obywatelstwie” pozostała mu jedynie chęć (daremma, niestety) zadzierania wąsów do góry. Warsztatowych nawyków zachował więcej, a objawiały się one głównie w sposobie obchodzenia się z „gośćmi”. Gdy zbliżał się do kogoś z zapytaniem: „Czym mogę służyć?... Jest gotowa pieczeń z kapustą...” Czynił to tak, jakby miał brać miarę na surdut lub kamizelkę. Podawał jedzenie ruchem szybkim, energicznym, jakby wbijał igłę w twardy materiał; przy zabieraniu zaś próżnego talerza gwałtownie cofał ramię, jakby z „gościa” nie długą wyciągał.

Znałem ten zajazd lepiej niż wnętrze swej teki uczniowskiej. Dziś jeszcze mógłbym powiedzieć, jakie rośliny doniczkowe zieleniły się w niewielkich okienkach jego izby gościnnej, długiej, wąskiej, niskiej, do której wchodziło się „bokiem”, z bramy brukowanej, po kilku, również brukowanych stopniach. W samym końcu stał niewielki, żółty „bufet”; na nim, pod szklanymi pokrywami, schły i pleśniały odwieczne przekąski. Za plecami eks-krawca, podczesującego rude wąsy, widać było szafeczkę oszkloną z butelkami, które on nieustannie to wyjmował, to wstawiał na powrót.

Obok był „pokój damski”, znacznie mniejszy, z okrągłym stołem na jednej nodze i meblami wyścielanymi – razem poczekalnia przejezdnych niewiast i bawialnia gospodarstwa. Odpoczywały tam kobiety podróżujące w towarzystwie dorosłych i dorastających panienek oraz zupełnie małych dzieci. Przez uchylone drzwi widziało się zawsze piramidy pakunków, słyszało głośnie, cienkie śmiechy i płacz niemowląt. W pokoju damskim czyniła posługę żona eks-krawca; nie zanoszono tam nigdy nic więcej, prócz herbaty, kawy białej i bułeczek z masłem.

Dość lubiłem i ten zajazd, i jego właściciela. Gdyby mię jednak spytano: co mi się tam najbardziej podobało? Odrzekłbym bez namysłu, że...



Kompleks budynków XIX-wiecznego zajazdu zachował się do dziś w centrum Sierocki

Rycina wisząca wprost środkowego okna, obok drzwi, zawsze zamkniętych i nie wiadomo dokąd prowadzących. Ta rycina była kolorowym, poczerńniętym przez czas sztychem angielskim, wykonanym podług rysunku Orłowskiego. Przedstawiała cesarza Pawła

odwiedzającego Kościuszkę w więzieniu.

Za każdą bytnością w zajazdzie długie chwile przed starą sztychem wystawałem. Tym razem jednak nieszczeni bohater i nieszczeni monarcha na próżno dawali mi znaki porozumienia...

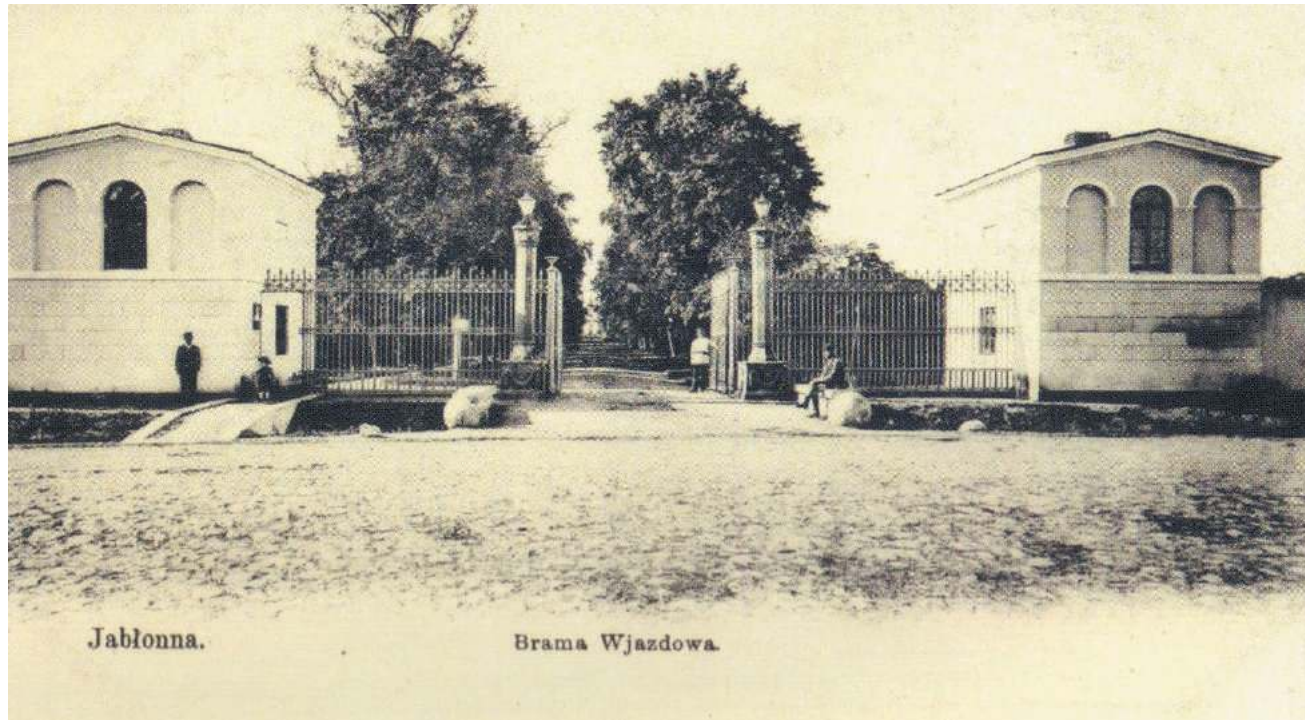
(...) Spałem długo; sny miałem przyjemne. Zbudziło mnie silne kołatanie w okiennicę, któremu towarzyszył chrapliwy, niewyraźny bełkot. Rozróżniłem z trudnością słowa: „siadacz...”, „jehacz...”.

Podał Krzysztof Kołodziejczyk

W zeszłym tygodniu rozpoczęliśmy cykl Flotylla Dnieprzańska na Bugu-Narwi 1944-1945. Kolejną część Zegrzyńska brawura Dnieprówców już w następnym numerze



Wiktor Gomulicki urodził się 17 października 1848 roku w Ostrołęce. Do gimnazjum uczęszczał w Pułtusku i w Warszawie. Studiował w Szkole Głównej. Pisarz, poeta epoki pozytywizmu. Autor „Wspomnień niebieskiego mundurka”. Miłośnik, piewca i badacz historii Warszawy. Wielbiciel twórczości i osoby Cypriana Kamila Norwida. Pracownik i współpracownik m. in. Tygodnika Ilustrowanego, Kuriera Warszawskiego, Kuriera Codziennego, Muchy. Kolekcjoner książek, rękopisów, rycin, porcelany, dokumentów. W 1893 otrzymał od belgijskiej Akademii Sztuk, Umiejętności i Literatury medal pierwszej klasy i dyplom honorowy. W 1918 otrzymał nagrodę literacką im. Elizy Orzeszkowej. Zmarł 14 lutego 1919 roku w Warszawie. Pochowany został na Powązkach.



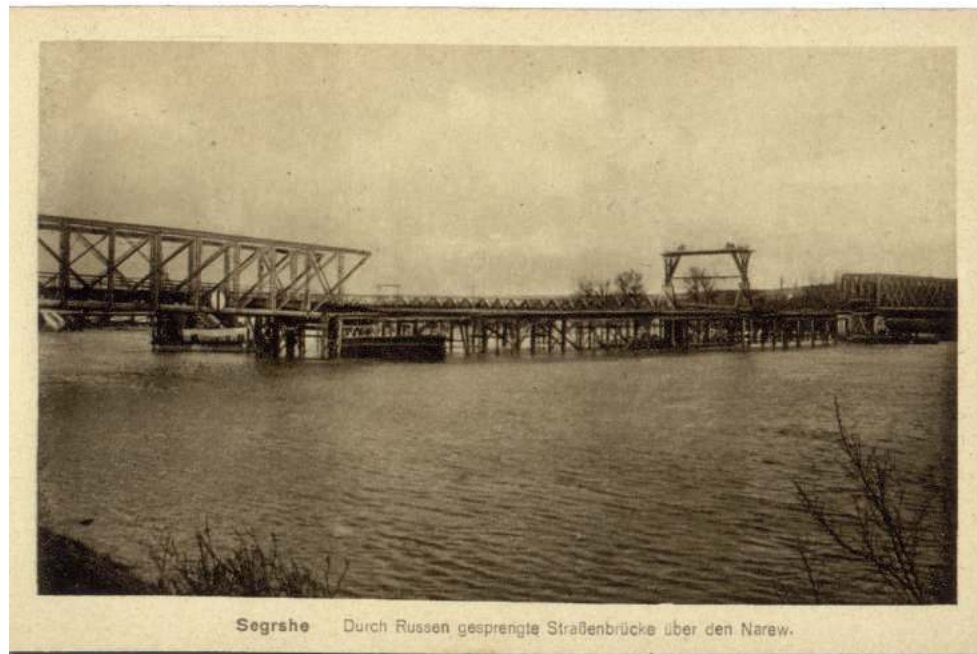
„Z okna izby zajazdnej przyglądałem się bramie żelaznej wiodącej do (...) parku. Przy podjeździe leżały tam dwie olbrzymie kule kamienne...”

Pocztówka z ze zbiorów Jacka Szczepańskiego



„Gdy już dopełniono wszystkich formalności i gdy z dołu nadbiegło hasło, że „szlaban” podniesiony, konie ruszyły z kopyta...” Klimat podobny, choć na pocztówce z ok. 1940 roku widzimy niemiecki most pontonowy z 1939 r.

Ze zbiorów Jacka Szczepańskiego



„Dziś stoi tam most żelazny...” Gomulickiemu chodziło o widoczny na pocztówce, zbudowany w 1897 roku most kratownicowy

Ze zbiorów Jacka Szczepańskiego

LEGIONOWO. Wniosek do Wojewody Mazowieckiego o stwierdzenie nieważności uchwały

CZY WOJEWODA UNIEWAŻNI uchwałę ws. OSIEDLA przy ul. KOŚCIUSZKI?

Rozmawiamy z radnym Dariuszem Petryką jednym z wnioskujących o unieważnienie uchwały

To i Owo: Do Wojewody wpłynął wniosek o stwierdzenie nieważności uchwały?

Dariusz Petryka: Tak, pod wnioskiem podpisała się grupa 7 radnych.

TiO: Jak uzasadniacie ten wniosek?

DP: Wskazujemy przede wszystkim na błędy proceduralne – one bowiem dyskwalifikują tę uchwałę.

TiO: Czy podejmując uchwałę Rada Gminy powinna wziąć pod uwagę stan zaspokojenia potrzeb mieszkaniowych w gminie?

DP: Rada powinna ustalić jakie są potrzeby na mieszkania

w mieście i ocenić je pod kątem wniosku inwestora. Prezydent nie przedstawił informacji ile mieszkań rzekomo brakuje, a więc radnym nie pozwolił na dokonanie rzetelnej analizy i oceny tej przesłanki. Prezydent stwierdził jedynie, że w najbardziej zagęszczonym mieście w Polsce największym problemem jest - nie smog, brak przepraw, brak miejsc w żłobkach, ciasnota w szkołach, słabe i zakorkowane ulice, brak miejsc parkingowych czy brak miejsc pracy w mieście - ale brak mieszkań!

TiO: Czy ta inwestycja wpisuje się w potrzeby i możliwości rozwoju naszej gminy?

DP: Z analiz ratusza zawartych w studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego wynika, że w gminie mamy nadwyżkę terenów pod budownictwo jednorodzinne (90 ha), zaś niedobór charakteryzuje tereny pod budownictwo wielorodzinne (4,35 ha) i pod usługi (18,11 ha). Jeśli te dane są prawdziwe to wbrew logice prezydent najbardziej deficytowe tereny usługowe zgadza się przeznaczyć pod mieszkaniówkę. W ten sposób blokuje rozwój usług w naszym mieście oraz utrwala charakter miasta jako sypialni Warszawy.

TiO: A poza tym?

DP: Należałoby zacząć od

tego, że wniosek inwestora formalnie nie jest skierowany do rady miasta. Wyobraża Pan sobie, że przykładowo składa Pan pozew do sądu, a rozstrzyga go urząd skarbowy? Wniosek zawiera szereg braków, a poza tym jest niezgodny ze studium uwarunkowań, na co wskazuje także negatywna opinia gminnej komisji urbanistyczno-architektonicznej.

TiO: A co dla Pana jako radnego było najbardziej zaskakujące w procedowaniu tej uchwały?

DP: Emocjonalne zaangażowanie prezydenta, determinacja prezydenta i jego radnych do przyjęcia tej uchwały. Dążenie do zamknięcia dyskusji podczas sesji i niezgodne ze statutem zabieranie przez przewodniczącego rady głosu radnym czy ograniczanie czasu wystąpień. Gdyby prezydent chciał zablokować

tą inwestycję to w świetle orzecznictwa sądów administracyjnych mógł to zrobić tak jak inne gminy. Twierdzenie, że ustawa kazała wydać

uchwałę pozytywną dla inwestora i przerzucanie winy na ustawę przyjętą przez Sejm to wierutne kłamstwa!

red.

KRONIKA KRYMINALNA

POWIAT. Poszukiwany paser wpadł w ręce policji

Policja zatrzymała 31-letniego mieszkańca powiatu legionowskiego, poszukiwanego listem gończym wydanym w Tczewie. Mężczyzna od jakiegoś czasu ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. Powodem unikania stróżów prawa był wyrok 8 miesięcy wolności za paserstwo na jaki skazał go Sąd Rejonowy w Tczewie. Teraz mężczyzna został zatrzymany przez policjantów z sekcji kryminalnej i przewieziony do aresztu gdzie spędzi najbliższe 8 miesięcy.

WIELISZEW. Pijany 44-latek zdemolował pociąg

Policjanci zatrzymali 44-letniego mężczyznę. Powodem zatrzymania było zgłoszenie dotyczące agresywnego zachowania 44-latka. Do zatrzymania doszło na terenie gm. Wieliszew. Zgłaszającym okazał się pasażer, który był świadkiem agresywnego zachowania 44-latka. Zatrzymany miał przy użyciu młotka bezpieczeństwa wybić dwie szyby. Po zatrzymaniu okazało się, że 44-latek był pijany. Badanie alkomatem wykazało ponad 2 promile alkoholu w wydychanym powietrzu. Po wytrzeźwieniu policjanci postawili mężczyźnie zarzut zniszczenia mienia. Kolei oszacowała swoje straty na kwotę ponad 5 tys. złotych. Agresorowi grozi do 5 lat pozbawienia wolności.

WIELISZEW. 29-latek z marihuaną

W poniedziałek (16 marca br.) policjanci z Wieliszewa zatrzymali 29-letniego mieszkańca Wieliszewa. Powodem zatrzymania mężczyzny była informacja, że w jego mieszkaniu mogą znajdować się narkotyki. W trakcie wizyty u podejrzanego na blacie w kuchni policjanci odkryli brunatny susz roślinny. Badanie narkotestem potwierdziły, że to marihuana. Teraz 29-latek odpowie za posiadanie środków odurzających. Grozi mu do 3 lat pozbawienia wolności.

SEROCK. Miał dwa promile

W piątek (20 marca) policja otrzymała informację nietrzeźwym kierowcy, który wjechał w bariery energochłonne. Jak podaje policja samochodem marki Honda, kierował 41-letni mieszkaniec powiatu legionowskiego. Mundurowi wyczuli od niego charakterystyczną woń alkoholu. Badanie alkomatem potwierdziło, że nie powinien wsiadać za kierownicę. Miał w organizmie blisko 2 promile alkoholu. Teraz sprawą mężczyzny zajmie się sąd. Grozi mu kara do 2 lat pozbawienia wolności oraz utrata prawa jazdy. **QK**

OSZUŚCI WYKORZYSTUJĄ FAKENEWS-Y (fałszywe wiadomości) do siania paniki

W związku z nieuzasadnioną paniką wywołaną w trakcie pandemii koronawirusa, apelujemy o rozsądek, odpowiedzialność i nie powielanie kłamstw – #FakeNews!

Kilka dni temu pojawili się oszuści próbujący wykorzystać obecną sytuację, o czym informowaliśmy wcześniej. Obecnie dostrzegamy kolejne „haniebne zachowania” – głównie w mediach społecznościowych oraz za pomocą komunikatorów przekazywane są nieprawdziwe informacje dotyczące rzekomych zagrożeń, działań służb państwowych, które nie mają miejsca czy nawołujące wprost do paniki – są to niedopuszczalne i nieodpowiedzialne zachowania, nie mające żadnego oparcia w prawdzie.

Przypominamy, że jedyne prawdziwe źródła informacji są komunikaty przekazywane przez służby lub/i zamieszczane

na oficjalnych stronach internetowych.

W związku z koniecznością ograniczenia rozprzestrzeniania się choroby zakaźnej COVID-19, wywoływanej przez koronawirusa, dbając o zdrowie i bezpieczeństwo wszystkich Polaków, na bieżąco komunikaty przekazują również przedstawiciele najwyższych władz Państwa.

Należy pamiętać, że każda decyzja czy wprowadzanie jakiegokolwiek ograniczenia muszą mieć swoje oparcie w przepisach prawa, a następnie ogłoszone do wiadomości publicznej!

Apelujemy o rozwagę, rozsądek, odpowiedzialność i unikanie paniki!

Źródło: KPP Legionowo



PODZIĘKOWANIA



Składam serdeczne podziękowania dla zastępy strażaków z OSP Jabłonna i dwóch jednostek ZSP z legionowa za sprawną akcję gaszenia pożaru w sobotnie popołudnie.

Dzięki błyskawicznej reakcji i wzorowo przeprowadzonym działaniom udało im się uratować mój dom
Paweł Goszczyński