NAJPOPULARNIEJSZY
SPORTOWIEC I TRENER ROKU 2025
W dzisiejszym numerze sylwetki kandydatów oraz drugi kupon

XXV PLEBISCYT SPORTOWY

Nr 3 (1144)
20 stycznia 2026 r.
cena 4,00 zł (VAT 5%)
www.twojglos.pl
rok XXVII

Jesteśmy na Facebooku TWÓJ GŁOS - gazeta i portal powiatu ryckiego

Numer w sprzedaży do 26 stycznia 2026 r.

TWÓJ Głos

GAZETA I PORTAL POWIATU RYCKIEGO

Odliczanie do matury czas zacząć!
STR. 26-27

W NUMERZE:

POWIAT
Zmiana warty w ryckiej straży. Jest nowy komendant S. 2

GM. KŁOCZEW
Samorząd dostał duże wsparcie na budowę nowoczesnego PSZOK-u. Jest lokalizacja STR 4

POWIAT
Blisko 128 mln zł dochodów i o 12,3 mln zł większe wydatki - to główne założenia budżetu powiatu. Jakie inwestycje zaplanowano? STR 4

POWIAT
Nasze szkoły w rankingu Perspektyw zdobyły cztery tarcze - złotą, srebrną i dwie brązowe STR 6

GM. STĘŻYCA
Najwięcej pieniędzy pójdzie na drogi, kanalizację i oświatę. Władze gminy zapowiadają też kolejne inwestycje STR 7

Z RĘKĄ W GIPSIE I W KLAPKACH URATOWAŁ SENIORKĘ Z POŻARU

Ogień rozprzestrzeniał się błyskawicznie. Element sufitu spadł na staruszkę, a jej ubranie zaczęło się palić. Gdyby nie odwaga sąsiada, prawdopodobnie 97-latka spłonęłaby w swoim mieszkaniu

STR 3

Mała Armia Janosika znów rozśpiewała Ryki

STR 9

REKLAMA
USŁUGI KOMINIARSKIE
FREZOWANIE KOMINÓW
- czyszczenie mechaniczne
- wkłady kominowe
- ceramika izolowana
- odbiory, przeglądy
- sprzedaż pelletu

do każdego frezowania NASADA GRATIS!
KOM-FREZ 783 493 576

ISSN 1641-7038 nr indeksu 27805X
9 771641 703001

eprasa.pl 99fa34175c

Jazda zakończona na drzewie

BRUSÓW W ubiegłym tygodniu służby ratunkowe i policja otrzymały zgłoszenie o zdarzeniu drogowym. Samochód osobowy zjechał z drogi i uderzył w drzewo.

Jako pierwsi na miejsce dotarli strażacy z OSP Stary Bazanów. Druhowie zabezpieczyli teren zdarzenia i podjęli próbę ewakuacji osoby poszkodowanej z pojazdu. W czasie prowadzonych działań droga była całkowicie zablokowana.

Dalsze czynności polegały na wydobyciu poszkodowanego z samochodu, ułożeniu go na desce ortopedycznej oraz przekazaniu zespołowi ratownictwa medycznego. Po zakończeniu działań policji samochód został usunięty z drogi, aby nie stanowił zagrożenia dla innych kierowców.

Policja apeluje do kierowców o zachowanie ostrożności na drogach.

ZMIANA WARTY W RYCKIEJ STRAŻY

Po ponad pięciu latach kierowania rycką komendą st. bryg. Krzysztof Morawski żegna się z miastem i obejmuje obowiązki komendanta w Puławach

W czwartek 15 stycznia w Komendzie Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Rykach odbył się uroczysty apel, podczas którego komendant wojewódzki PSP w Lublinie st. bryg. Zenon Pisiewicz powierzył st. bryg. Krzysztofowi Morawskiemu pełnienie obowiązków komendanta powiatowego PSP w Puławach oraz mł. bryg. Łukaszowi Tomaszewskiemu pełnienie obowiązków komendanta powiatowego PSP w Rykach. W uroczystości udział wziął również Dariusz Szczygielski - starosta rycki oraz funkcjonariusze i pracownicy KP PSP w Rykach

Po 5,5 roku służby w Rykach st. bryg. Krzysztof Morawski zakończył pracę na stanowisku komendanta powiatowego Państwowej Straży Pożarnej. Z dniem 16 stycznia, decyzją komendanta wojewódzkiego, powierzono mu pełnienie obowiązków komendanta powiatowego PSP w Puławach.

Nowa jednostka nie jest mu obca. Zanim trafił do Ryk, pracował w Komendzie Powiatowej PSP w Puławach, m.in. jako oficer prasowy, a ostatnio jako zastępca komendanta.

Służbę w Rykach rozpoczął w trudnym czasie pandemii COVID-19. Był to także okres przeprowadzki strażaków z siedziby przy ul. Warszawskiej do nowo wybudowanej komendy przy ul. Lubelskiej. Równolegle trwało wyposażanie nowego obiektu w sprzęt.

- *Od momentu przeprowadzki do nowej siedziby większość naszego wyposażenia została wymieniona* - mówił kilka tygodni temu w rozmowie z naszą redakcją st. bryg. Krzysztof Morawski.

Jednym z kolejnych planów była wymiana samochodu z podnośnikiem hydraulicznym na samochód z drabiną. Tym zadaniem będzie musiał zająć się już nowy szef jednostki.

Od piątku obowiązki komendanta powiatowego PSP w Rykach pełni mł. bryg. Łukasz Tomaszewski, dotychczasowy zastępca komendanta.

W czwartek st. bryg. Krzysztofa Morawskiego pożegnali strażacy ryckiej komendy. Podziękowania za ponad pięcioletnią pracę na rzecz bezpieczeństwa mieszkańców powiatu ryckiego złożył mu również starosta rycki Dariusz Szczygielski.

Zbigniew Jończyk

Decyzją komendanta wojewódzkiego pełnienie obowiązków komendanta ryckiej straży przejął mł. bryg. Łukasz Tomaszewski

Bezpieczny lód nie istnieje

Młody mężczyzna wszedł na lód na stawie Skalskiego w Rykach. Kilka metrów od brzegu cienka tafla załamała się i człowiek wpadł do lodowatej wody. Na ratunek ruszyli strażacy

Strażacy wyposażeni w odpowiednią łódź ruszyli na pomoc tonącemu. Liczyła się każda sekunda

Po kilku minutach na miejscu były już służby i rozpoczęła się akcja ratunkowa. Strażacy, wyposażeni w specjalną łódź, szybko dotarli do poszkodowanego. Liczyła się każda sekunda, bo mężczyzna był mocno wychłodzony. Cała sytuacja wyglądała bardzo dramatycznie.

Na szczęście były to tylko ćwiczenia z ratownictwa lodowego, przeprowadzone przez strażaków z Komendy Powiatowej PSP w Rykach.

Zamarznięte stawy często kuszą dzieci i młodzież, dla których ślizgawka na lodzie wydaje się dobrym pomysłem na spędzenie wolnego czasu. W takich warunkach nietrudno jednak o tragedię. Niebezpieczne sytuacje mogą zdarzyć się także wtedy, gdy ktoś próbuje skrócić sobie drogę do domu albo wybiera się na wędkowanie. W każdym przypadku potrzebna jest ostrożność.

Jeżeli ktoś wejdzie na zbyt cienki lód, pierwszym sygnałem może być dźwięk trzaskającego lodu. - *Wtedy automatycznie powinniśmy się zatrzymać i wycofać tą drogą, którą weszliśmy na lód* - radzi mł. bryg. Jarosław Lasek, rzecznik prasowy KP PSP w Rykach.

Jeśli dojdzie do załamania lodu, najważniejsze jest utrzymanie się na powierzchni wody tak, aby głowa nie znalazła się pod wodą. Należy próbować wydostać się na lód w tym samym miejscu, z którego się przyszło. Gdy to niemożliwe, trzeba wzywać pomoc i czekać na przyjazd służb ratowniczych.

Strażacy ostrzegają także osoby, które są świadkami takiego zdarzenia. Nie wolno działać pochopnie, bo pomagający sam może znaleźć się w śmiertelnym niebezpieczeństwie.

- *Pierwszym krokiem zawsze powinno być wezwanie służb ratowniczych, a następnie stały kontakt z osobą poszkodowaną. Trzeba podpowiadać, jak utrzymać się na powierzchni. Czasem pomocne mogą być przedmioty z brzegu, np. długa gałąź czy drabina* - instruuje rzecznik ryckiej straży.

Strażacy przypominają, że jedynym naprawdę bezpiecznym miejscem do jazdy na łyżwach są przygotowane lodowiska.

- *Jeżeli np. jakaś szkoła, chciałaby zorganizowany lodowisko u siebie, to jesteśmy gotowi pomóc w tym i takie lodowisko wylać. Zbliżają się ferie zimowe, więc warto pamiętać o bezpieczeństwie. Na naturalnych zbiornikach wodnych bezpieczny lód po prostu nie istnieje i bezwzględnie należy unikać wchodzenia na niego* - przestrzega przedstawiciel straży pożarnej.

Zbigniew Jończyk

REDAGUJE ZESPÓŁ:
Michał Gawryołek - red. naczelny, sekretarz redakcji, tel. 505 049 181, e-mail: michal@twojglos.pl
Zbigniew Jończyk - z-ca red. naczelnego, tel. 505 049 182, e-mail: jon.tg@op.pl
Tomasz Kępka - tel. 511 192 743, e-mail: tomaszkepka@twojglos.pl
Mariusz Nastalski - sport, tel. 502 443 010, e-mail: sport@twojglos.pl
DZIAŁ REKLAMY: tel. 503 993 383, e-mail: reklama@twojglos.pl
WSPÓŁPRACUJĄ: asp. sztab. Agnieszka Marchlak (kronika policyjna), **mł. bryg. Jarosław Lasek** (kronika strażacka)
SKŁAD I ŁAMANIE: Michał Gawryołek, Marcin Sadura
WYDAWCA: Firma Wydawnicza Michał Gawryołek, ul. Szkolna 1, 08-500 Ryki
DRUK: Ringier Axel Springer Polska Sp. z o.o., nakład 3770 egz.
REDAKCJA: ul. Szkolna 1, 08-500 Ryki, tel. 510 332 855, e-mail: redakcja@twojglos.pl

ADRESY SKRZYNEK KONTAKTOWYCH
RYKI: wejście do redakcji (ul. Szkolna 1); sklep Delikatesy Centrum (ul. Słowackiego 15b); **DĘBLIN:** przed wejściem do biura SHPiU (ul. PCK 4); kiosk na stacji PKP (ul. Dworcowa); kiosk „Andbell" (ul. Niepodległości); **KŁOCZEW:** sklep GS Kłoczew (ul. Długa); **STĘŻYCA:** „APRO" Sklep Spożywczo-Przemysłowy; Sklep Spożywczo-Przemysłowy Anna Celińska; **UŁĘŻ:** Sklep Spożywczo-Przemysłowy „Groszek"; **NOWODWÓR:** Sklep Spożywczo-Przemysłowy Szczepan Kałaska; Sklep Spożywczo-Przemysłowy „U Leszka"; **GRABÓW SZLACHECKI:** A&M Sklep Spożywczo-Przemysłowy s.c.

Redakcja zastrzega sobie prawo zmiany tytułów, skracania i redagowania nadesłanych tekstów, nie zwraca materiałów nie zamówionych, nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń, nie publikuje listów anonimowych (autor może sobie zastrzec imię i nazwisko do wiad. red)

eprasa.pl 99fa34175c

Z RĘKĄ W GIPSIE I W KLAPKACH URATOWAŁ SENIORKĘ Z POŻARU

Do dramatycznej sytuacji doszło w miniony wtorek przy ulicy Wiatracznej w Dęblinie. Tuż po godzinie 13:00 do służb wpłynęło zgłoszenie o pożarze domu jednorodzinnego w zabudowie bliźniaczej (fot. Iga Białecka)

Dom 97-letniej pani Janiny spłonął doszczętnie. W ostatniej chwili, dzięki heroicznej postawie Michała Banasia, udało się uratować jej życie (fot. UM Dęblin)

Ogień rozprzestrzeniał się błyskawicznie. Element sufitu spadł na staruszkę, a jej ubranie zaczęło się palić. Gdyby nie odwaga sąsiada, prawdopodobnie 97-latka spłonęłaby w swoim mieszkaniu

Ryzykował własnym życiem i zdrowiem, ale - jak sam podkreśla - zrobiłby to jeszcze raz.

- *Nie zawahałbym się. Nieważne, czy to przy pożarze, czy w innych okolicznościach - zawsze ruszyłbym, żeby ratować drugiego człowieka* - mówi Michał Banaś.

Do dramatycznej sytuacji doszło w miniony wtorek przy ulicy Wiatracznej w Dęblinie. Tuż po godzinie 13:00 do służb wpłynęło zgłoszenie o pożarze domu jednorodzinnego w zabudowie bliźniaczej. Na miejsce wysłano kilka zastępów straży pożarnej. Ogień bardzo szybko objął jedno z mieszkań.

Jeszcze przed przyjazdem ratowników rozegrała się walka o życie starszej kobiety, która znajdowała się wewnątrz domu objętego ogniem.

DWA RAZY WSZEDŁ DO PŁONĄCEGO DOMU

- *Siedziałem spokojnie w domu. Moja żona z córką wyszły do lekarza. Gdy były już na zewnątrz, usłyszałem krzyk, że chyba coś się pali* - relacjonuje pan Michał. - *Wybiegłem sprawdzić, co się dzieje, i zobaczyłem kłęby dymu unoszące się u sąsiadki. Pobiegłem tam, nawet nie zwróciłem uwagi, że mam na nogach klapki.*

Szybko okazało się, że pali się dom 97-letniej pani Janiny, a ona sama znajduje się w środku. Wokół zaczęli gromadzić się ludzie, część z nich nagrywała zdarzenie telefonami.

- *Zapytałem, gdzie jest pani Janina. Inna sąsiadka odpowiedziała, że w środku domu, który coraz bardziej płonął* - mówi 42-latek.

Bez wahania wbiegł do budynku nie zwracając nawet uwagi, że jedną rękę ma w gipsie. W jednym z pomieszczeń zauważył seniorkę. W tym samym momencie z sufitu odpadł palący się styropianowy kaseton, który spadł na jej plecy. Ubranie kobiety zajęło się ogniem.

- Szybko chwyciłem jakąś kurtkę i próbowałem ugasić palące się ubranie - opowiada.

Pan Michał, zawodowy kierowca, przyznaje, że nigdy wcześniej nie brał udziału w akcji ratunkowej. - *Moja wiedza o tym, jak zachować się w takich sytuacjach, pochodzi głównie z filmów i relacji telewizyjnych* - wyznaje.

Ogień udało się zdusić, zanim dotarł do ciała staruszki.

- Próbowałem wyprowadzić panią Janinę na zewnątrz, jednak ona chciała ratować swoje rzeczy. Powoli udało się ją ewakuować na podwórko. Tam był jej dorosły wnuczek. Przekazałem mu panią Janinę pod opiekę. Sam chciałem odejść trochę dalej, żeby „złapać tlenu". Po chwili wróciłem i zauważyłem, że pani Janiny nie ma. Zapytałem, gdzie jest i usłyszałem z przerażeniem, że wróciła do palącego się domu - mówi pan Michał.

Pożar przybierał na sile, wszyscy czekali na straż pożarną. Pan Michał bez namysłu po raz drugi wszedł do płonącego mieszkania.

- *Prawie nic nie było widać, wszędzie był dym. Złapałem seniorkę pod pachy i wyciągnąłem ją na zewnątrz* - relacjonuje. - *W takiej sytuacji nie myśli się o strachu. Jest tylko chęć uratowania człowieka. Nigdy wcześniej nie przeżyłem czegoś podobnego* - dodaje dęblinianin.

AKCJA STRAŻAKÓW I PRZYCZYNA POŻARU

Na miejsce skierowano cztery zastępy z KP PSP w Rykach oraz jednostki OSP Dęblin Masów, Bobrowniki i strażaków z JW Dęblin Lotnisko.

- *Pożarem całkowicie objęte było mieszkanie numer 4, natomiast z mieszkania numer 2 spod dachu wydobywał się dym* - informuje mł. bryg. Jarosław Lasek, rzecznik KP PSP w Rykach.

Strażacy podali kilka prądów wody, także do wnętrza budynku i w obronie sąsiednich obiektów. Konieczne było wejście na dach, rozebranie pokrycia oraz gaszenie palącej się konstrukcji. Sprawdzono również sąsiedni lokal - nie stwierdzono zagrożenia rozprzestrzenienia się ognia. W zadymionym mieszkaniu odnaleziono i uratowano psa.

Po ugaszeniu pożaru przystąpiono do oddymiania pomieszczeń oraz rozbiórki spalonych elementów. Do tych prac użyto między innymi kamer termowizyjnych, pił mechanicznych i sprzętu burzącego. Podczas porządkowania pogorzeliska strażacy wynosili spalone wyposażenie oraz dogaszali tlące się miejsca. Na prośbę mieszkanki odnaleziono także dwa szklane słoiki z oszczędnościami, które przekazano właścicielce w obecności policji.

- *Przypuszczalną przyczyną pożaru było zapalenie sadzy i nieszczelność przewodu kominowego* - mówi mł. bryg. Jarosław Lasek. Policja wyjaśnia dokładne okoliczności zdarzenia.

POMOC DLA POGORZELCÓW

Dom 97-letniej pani Janiny spłonął doszczętnie. Poważnych zniszczeń doznał także dom pani Małgorzaty, samotnie wychowującej dwie córki - podczas akcji gaśniczej konieczne było rozebranie części dachu. Miasto zapewniło pani Janinie tymczasowe lokum, a Ośrodek Pomocy Społecznej objął obie rodziny wsparciem. Urząd przekazał do użytku agregat prądotwórczy, aby pani Małgorzata mogła zacząć osuszać swój dom po akcji gaśniczej.

Uruchomiono również zbiórkę pieniędzy we współpracy z fundacją „Damy Radę!!!". Obie rodziny wymagają dodatkowej pomocy materialnej.

Każdy może okazać wsparcie i dołożyć cegiełkę do odbudowania życia mieszkanek Dęblina po tej tragedii. Pani Małgorzata chce wyremontować dotkniętą pożarem część domu, która nie nadaje się do użytku. Niezbędne będzie także zapewnienie doraźnej pomocy rodzinie. Aby przekazać środki dla rodziny pani Małgorzaty, należy kierować przelew na konto fundacji „Damy Radę!!!" z tytułem: „Pożar Dęblin dla rodziny pani Małgorzaty".

Pani Janina otrzyma tymczasowy lokal zastępczy. - *Podjęliśmy natychmiastowe kroki w celu zapewnienia jej stałego lokalu. Zlecony został remont mieszkania komunalnego, w którym pani Janina będzie mogła zamieszkać. Będą jednak potrzebne środki na bieżące potrzeby, gdyż cały jej dobytek został pochłonięty przez ogień* - mówi burmistrz Dęblina Roman Bytniewski. Aby przekazać środki dla pani Janiny należy kierować przelew na konto fundacji z tytułem: „Pożar Dęblin dla pani Janiny".

Wpłaty można dokonywać na konto fundacji Damy Radę!!! nr 86 1600 1462 1741 7111 6000 0001

Zbigniew Jończyk

eprasa.pl 99fa34175c

PONAD 2 MLN ZŁ NA PSZOK

Gmina Kłoczew dostała duże wsparcie na budowę nowoczesnego Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych. Inwestycja ma uporządkować gospodarkę odpadami i poprawić estetykę miejscowości

Umowę na dofinansowanie inwestycji podpisał wójt gminy Kłoczew Zenon Stefanowski z marszałkiem województwa Jarosławem Stawiarskim, wicemarszałkiem województwa Markiem Wojciechowskim i członkiem zarządu województwa Jarosławem Kwaskiem

Dobre wiadomości dotarły do samorządu z Urzędu Marszałkowskiego. Wójt gminy Kłoczew Zenon Stefanowski podpisał umowę na dofinansowanie budowy Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych. Gmina otrzyma na ten cel 2 156 582 zł z Funduszy Europejskich dla Lubelskiego.

Do tej pory Kłoczew nie miał stałego PSZOK-u. Odpady były zbierane prowizorycznie na placu przy gminnej oczyszczalni ścieków. Ze względu na bliskość centrum i kwestie estetyczne władze uznały, że potrzebne jest nowe, docelowe miejsce.

- *Bardzo się cieszę z tej dotacji, bo jesteśmy jedną z 16 gmin w województwie, które takie środki otrzymały. Z własnego budżetu dołożymy tylko około 400 tys. zł* - podkreśla Zenon Stefanowski.

BUDOWA POTRWA DWA LATA

Pomysł budowy PSZOK-u pojawił się w 2023 roku. Wtedy radni wyrazili zgodę na zakup gruntu od Gminnej Spółdzielni „Samopomoc Chłopska".

- *Szukaliśmy miejsca dogodnego dla mieszkańców, ale oddalonego od centrum Kłoczewa. Tego typu działalność nie poprawia wyglądu miejscowości. Po analizie uznaliśmy, że najlepszy będzie plac przy ul. Targowej, należący do gminnej spółki* - wyjaśnia wójt.

Droga od wyboru miejsca do rozpoczęcia inwestycji nie była prosta.

- *Trzeba było przekonać zarząd spółdzielni do sprzedaży gruntu, zabezpieczyć pieniądze w budżecie, przygotować wniosek o dotację i uzyskać pozwolenie na budowę. To inwestycja nietypowa, więc formalności było sporo* - dodaje Zenon Stefanowski.

NOWOCZESNY PUNKT ZBIÓRKI ODPADÓW

Budowa PSZOK-u ruszy jeszcze w tym roku. Gmina ma już gotowy plan zagospodarowania terenu.

- *Chodzi przede wszystkim o odpady problemowe: wielkogabarytowe, tekstylia i elektroodpady. Chcemy cały plac utwardzić i wyposażyć go w odpowiednie obiekty oraz urządzenia* - zaznacza wójt.

W ramach inwestycji powstaną budynki zaplecza socjalnego i technicznego, zadaszone wiaty na kontenery oraz rampy do ważenia odpadów. Roboty mają potrwać dwa lata. W tegorocznym budżecie gmina zabezpieczyła na ten cel 300 tys. zł, głównie na pierwsze prace ziemne.

Całkowity koszt budowy PSZOK-u ma wynieść nieco ponad 2,5 mln zł.

- *Dziękuję wszystkim, którzy byli zaangażowani w przygotowanie projektu. Pozyskanie tak dużych środków to konkretny sukces i dowód, że warto sięgać po fundusze zewnętrzne dla dobra mieszkańców* - podsumowuje włodarz Kłoczewa.

Tomasz Kępka

Powiat stawia na przebudowę dróg

Blisko 128 mln zł dochodów i o 12,3 mln zł większe wydatki - to główne założenia budżetu powiatu ryckiego na 2026 rok. Prawie 18% wydatków pójdzie na inwestycje

Decyzja radnych w sprawie budżetu na 2026 rok zapadła bez głosów sprzeciwu. Wcześniej pozytywną opinię na ten temat wydała Regionalna Izba Obrachunkowa. Niepokoić może dość wysoki deficyt na poziomie 12,3 mln zł, który ma być pokryty głównie z planowanych kredytów, ale i w tej kwestii RIO nie stwierdziło zagrożenia dla stabilności finansowej powiatu.

- *Na komisji głosując uchwałę budżetową wstrzymałem się od głosu, ale po wyjaśnieniach, które otrzymałem od pani skarbnik i pana starosty, dokonując jeszcze głębszej analizy projektu budżetu, mogę powiedzieć, że zmieniłem zdanie. Będę głosował za budżetem, bo nie mam się do czego przyczepić* - podkreślił tuż przed głosowaniem radny Jerzy Gąska.

- Budżet przyjęty jednogłośnie mobilizuje nas do tego, żebyśmy go zrealizowali i pozyskiwali środki z programów, które będą się ukazywać na kolejne inwestycje - mówi starosta Dariusz Szczygielski

Starostwo zaplanowało przeznaczyć blisko 25 mln zł na zadania inwestycyjne. Największe wydatki zostały zaplanowane na przebudowę dróg oraz termomodernizację budynków oświatowych z zastosowaniem odnawialnych źródeł energii.

- *Bardzo mnie cieszy, że w budżecie znalazła się droga w Niedźwiedziu i Zawitale oraz ulica Swatowska w Rykach. W tamtym roku byłem przeciwny budżetowi ze względu na to, że nie został złożony wniosek o dofinansowanie tych inwestycji, teraz zostały złożone dwa wnioski* - mówi radny Jarosław Szlendak. Na sesji tłumaczył też, dlaczego radni opozycyjni wnoszą często swoje uwagi podczas dyskusji. - *Nasze uwagi są tylko po to, żeby było lepiej. Też lobbujemy za tym, żeby zostały przyznane pieniądze i będziemy pomagać, żeby pieniędzy dla powiatu było jak najwięcej* - zapewnił radny.

PODZIĘKOWANIE ZA ZAUFANIE I GŁOSOWANIE

Starostwo jest gotowe na to, aby środki z zewnątrz na inwestycje przyjmować do swojego budżetu.

- *Wszyscy pracujemy dla mieszkańców naszego powiatu. Pieniędzy jest ile jest. Inwestycje staramy się tak rozłożyć, żeby każda z gmin coś miała w danym roku zrobione. Oczywiście chciałoby się, żeby tych inwestycji było więcej. Mam nadzieję, że obecny rząd będzie ogłaszał programy, z których będziemy mogli korzystać i wtedy te inwestycje, które nie są zapisane w budżecie, będziemy mogli na bieżąco „dokładać" wprowadzając zmiany* - mówi wicestarosta Monika Kośmińska.

Dochody powiatu zaplanowano na poziomie o ponad 13 mln zł wyższym niż w roku poprzednim - 127,8 mln zł. Zaplanowane wydatki (140,1 mln zł) też są wyższe od zeszłorocznych o blisko 21 mln zł. Przeważają wydatki bieżące na poziomie 115,2 mln zł, a wśród nich na pierwszy plan wysuwają się koszty utrzymania oświaty. W tym roku pochłoną one blisko 52% wszystkich wydatków. Zadłużenie powiatu na koniec roku ma wynieść blisko 44 mln zł.

W głosowaniu nad uchwałą budżetową wszyscy radni podnieśli rękę „za". - *Dziękuję za zaufanie i takie głosowanie. Budżet przyjęty jednogłośnie mobilizuje nas do tego, żebyśmy go zrealizowali i pozyskiwali środki z programów, które będą się ukazywać na kolejne inwestycje i mam nadzieję, że jeszcze więcej inwestycji zrealizujemy* - powiedział tuż po głosowaniu starosta Dariusz Szczygielski.

Zbigniew Jończyk

Dochody 127,8 mln zł
Wydatki 140,1 mln zł
Deficyt 12,3 mln zł
Przychody 15,3 mln zł
Rozchody 3 mln zł
Zadłużenie 43,9 mln zł

Najważniejsze inwestycje

Rozbudowa drogi powiatowej (ul. Swatowska w Rykach) - 4,4 mln zł
Rozbudowa oraz poprawa wydajności energetycznej budynku Pływalni Powiatowej w Rykach - 3,7 mln zł
e-geodezja (II etap) - 3 mln zł
Rezerwa inwestycyjna - 2 mln zł
Termomodernizacja budynków z zastosowaniem OZE w obiektach edukacyjnych - 1,8 mln zł
Przebudowa dróg w m. Zawitała i Niedźwiedź - 1,1 mln zł
Dostosowanie budynku internatu Zespołu Szkół w Sobieszynie do wymogów BHP - 1 mln zł
Przebudowa drogi Dęblin-Ryki - 0,5 mln zł
Zdrowiej i smaczniej - nowoczesna pracownia gastronomiczna w ZSZ Nr 2 w Dęblinie - 0,5 mln zł
Przebudowa zaplecza sanitarnego w budynku Starostwa - 200 tys. zł

Największe wydatki

Oświata i wychowanie - 51,4 mln zł
Transport i utrzymanie dróg - 11,6 mln zł
Administracja publiczna - 14,4 mln zł
Kultura fizyczna - 7,1 mln zł
Bezpieczeństwo i ochrona p.poż - 8,8 mln zł
Gospodarka mieszkaniowa - 10,1 mln zł
Edukacyjna opieka wychowawcza - 9,7 mln zł
Pomoc społeczna - 5,7 mln zł
Polityka społeczna - 3,3 mln zł
Rodzina - 3,2 mln zł
Działalność usługowa - 3 mln zł
Obsługa długu publicznego - 1,7 mln zł

eprasa.pl 99fa34175c

POSEŁ PEJO: CHCEMY WSPÓŁPRACOWAĆ Z MIESZKAŃCAMI

O sytuacji w kraju, krytyce rządu i planach Konfederacji mówił poseł Bartłomiej Pejo podczas spotkania noworocznego w Rykach

Poseł Bartłomiej Pejo odwiedził Ryki 11 stycznia. Spotkał się z sympatykami Konfederacji w sali bankietowej Mirage

11 stycznia Ryki odwiedził poseł Konfederacji Bartłomiej Pejo. Spotkanie noworoczne odbyło się w sali bankietowej „Mirage" i poświęcone było bieżącej sytuacji politycznej oraz planom rozwoju partii w regionie.

Podczas wystąpienia poseł odniósł się do działań obecnego rządu.

- *Chyba nikt nie jest zadowolony z tego, jak rządzi nami „wesoła" ekipa koalicji 13 grudnia* - mówił Bartłomiej Pejo. Dużo miejsca poświęcił sprawom gospodarczym, zwłaszcza przyszłości kopalni Bogdanka.

- *Rządzący mówią, że nie chcą zamknąć kopalni Bogdanka. Ale w rzeczywistości będzie się to działo etapami. Podpisano aneks do umowy z Eneą, który obniża cenę węgla o kilkanaście procent. W efekcie wydobycie przestanie się opłacać. To może być pierwszy krok do likwidacji* - ocenił poseł.

Również z opóźnieniem, zdaniem polityka, przyjdą konsekwencje podpisanej umowy Unii Europejskiej z krajami Mercosur.

- *Umowa dotknie nie tylko rolników, ale i bezpieczeństwa Polaków. Jeśli rolnictwo padnie, my też będziemy w trudnej sytuacji, zwłaszcza jeśli wybuchnie wojna. Bo skąd wtedy weźmiemy żywność. Premier Tusk nie zrobił w tej sprawie nic oprócz tego, że on i jego rząd byli przeciw* - dodał.

SŁUŻBA ZDROWIA I WOLNOŚĆ SŁOWA

W swoim wystąpieniu Bartłomiej Pejo przedstawił także pomysł Konfederacji na reformę służby zdrowia.

- *Chcemy wprowadzić konkurencyjne kasy chorych. Nie byłoby wtedy jednego monopolisty, a każdy mógłby sobie wybrać: płacić na kasę chorych czy przejść do kasy prywatnej. Takie rozwiązanie zostało już wprowadzone na Śląsku przez byłego dyrektora Śląskiej Regionalnej Kasy Chorych Andrzeja Sośnierza. I była to próba udana, ale tego polityka trzeba było wyciszyć, bo zadziałał dobrze dla pacjentów, a źle dla rządu* - stwierdził.

Poseł sporo uwagi poświęcił także wolności słowa, w kontekście ustawy o usługach cyfrowych (DSA).

- Przedstawiciele rządu mówią, że ten akt chroni dzieci. Ale tak naprawdę w nim nie ma ani słowa o dzieciach. To nic innego, jak uderzenie w wolność słowa i nałożenie cenzury w sieci pod pretekstem walki z dezinformacją. Dobrze, że prezydent tę ustawę zawetował - mówił Pejo.

PYTANIA OD MIESZKAŃCÓW

Podczas spotkania nie zabrakło pytań z sali. Jeden z mieszkańców zapytał o możliwość blokowania szkodliwych przepisów unijnych.

- *Odwrócimy wszystkie idiotyzmy. Na razie możemy namawiać prezydenta, ale widać, że chce z nami współpracować* - odpowiedział poseł.

Pojawił się także temat energetyki jądrowej. - *Powinniśmy do tego dążyć, ale na razie kończy się na rozmowach. Jako Konfederacja jesteśmy za małymi reaktorami, tzw. SMR, są one w naszym programie. To dobre uzupełnienie węgla* - zaznaczył.

W sprawie pomocy dla Ukrainy stwierdził krótko: - *Trzeba zamknąć tę pomoc. Państwo powinno pomagać w ekstremalnych sytuacjach, a nie rozdawać pieniądze.*

Na pytanie o podatek od wielkich marketów odpowiedział: - *Żadna partia się tego nie podjęła. My mamy to w swoim programie.*

Na zakończenie Bartłomiej Pejo zapowiedział powstanie struktur Konfederacji w powiecie ryckim.

- *W większości powiatów już działają. Taki oddział potrzebny jest także w Rykach. Chcemy silniejszej reprezentacji w Sejmie i w samorządzie oraz współpracy z mieszkańcami* - podsumował poseł.

Tomasz Kępka

Osobówka dachowała po zderzeniu z busem

Po bocznym zderzeniu z busem samochód osobowy dachował (fot. KPP Ryki)

Na obwodnicy Ryk na drodze S17 doszło do groźnie wyglądającej kolizji. Po bocznym zderzeniu z busem samochód osobowy dachował

Do zdarzenia doszło w czwartek wieczorem w rejonie miejscowości Nowa Dąbia. Jak ustalili policjanci pracujący na miejscu, 53-letnia mieszkanka Warszawy kierująca samochodem subaru nie zachowała ostrożności i zjechała na prawy pas jezdni. W tym samym czasie poruszał się nim bus marki man, którym kierował 38-letni mieszkaniec powiatu tomaszowskiego.

Doszło do bocznego zderzenia pojazdów, po którym samochód osobowy dachował. Na szczęście nikt z uczestników zdarzenia nie odniósł obrażeń. Oboje kierujący byli trzeźwi.

W wyniku kolizji przez pewien czas występowały utrudnienia w ruchu. Przejazd odbywał się jednym pasem.

- *Apelujemy do wszystkich uczestników ruchu drogowego o zachowanie szczególnej ostrożności oraz dostosowanie prędkości do warunków panujących na drodze* - podkreśla asp. Łukasz Filipek z ryckiej policji.

eprasa.pl 99fa34175c

„LOTNIK” ODZYSKAŁ ZŁOTĄ TARCZĘ

Ogłoszono najnowszy ranking szkół średnich Perspektywy 2026. Dla powiatu ryckiego to dobre wiadomości. Szkoły zdobyły w sumie cztery tarcze - złotą, srebrną i dwie brązowe. Największy sukces odnotował dębliński Lotnik

Na początku roku portal Perspektywy.pl tradycyjnie opublikował ranking najlepszych liceów i techników w Polsce. To już 28. edycja zestawienia. W tym roku oceniono wyniki 1411 liceów i 1160 techników, które spełniły wymagania formalne. Pod uwagę brano między innymi wyniki matur i egzaminów zawodowych oraz sukcesy w olimpiadach.

LOTNIK LIDEREM W POWIECIE

Jak co roku najwyżej wśród szkół z powiatu znalazło się Ogólnokształcące Liceum Lotnicze w Dęblinie. Szkoła zajęła 132. miejsce w kraju i 7. w województwie lubelskim. To duży awans w porównaniu z ubiegłym rokiem (229 i 9 miejsce) i powrót do złotej tarczy.

- *Do egzaminów maturalnych w naszej szkole każdego roku przystępują wszyscy uczniowie. Osiągane przez nich wyniki są potwierdzeniem wysokiej jakości kształcenia, zaangażowania grona pedagogicznego oraz konsekwentnego rozwoju szkoły* - podkreśla płk. Andrzej Jaworski, dyrektor OLL w Dęblinie. - *Złota Tarcza 2026 to efekt wspólnej pracy uczniów i nauczycieli. To także dowód na to, że przyjęte przez szkołę standardy edukacyjne oraz indywidualne podejście do ucznia przynoszą wymierne efekty* - dodaje. Jak zaznacza dyrektor szkoła jest dumna z osiąganych wyników, ale przede wszystkim zmotywowana do dalszego rozwoju. - *Sukcesom edukacyjnym uczniów sprzyja nie tylko nowoczesna i przyjazna przestrzeń do nauki, lecz także wsparcie emocjonalne oraz wzmacnianie motywacji w realizacji celu, z jakim młodzież trafia do OLL - związania swojej przyszłości z lotnictwem wojskowym* - mówi płk. Jaworski.

SREBRO DLA LICEUM W RYKACH

W rankingu znalazło się także I Liceum Ogólnokształcące im. Marii Skłodowskiej Curie w Rykach. Szkoła zajęła 322. miejsce w kraju i 14. w województwie co dało jej srebrną tarczę (w ubiegłym roku 565. i 27 miejsce).

- *Zawsze miło jest znaleźć się wysoko w zestawieniu i mieć czym się pochwalić* - komentuje Mariusz Grzelak. Dyrektor I LO w Rykach zastanawia się jednak, czy ranking mówi wszystko o jakości pracy szkoły i wspomina dawny wskaźnik tzw. wartości dodanej. Wskaźnik pokazywał przyrost wiedzy - z czym uczniowie przychodzili do danej szkoły i z czym z niej wychodzili. - *To najlepiej świadczyło o pracy szkoły. Cieszy natomiast to, że po raz pierwszy jesteśmy na równi z „dwójką” z Puław i wyżej niż I LO* - dodaje dyrektor Grzelak.

Drugi rok z rzędu bez tarczy pozostaje Liceum Ogólnokształcące im. 15 Pułku Piechoty Wilków w Dęblinie które znalazło się poza pierwszym tysiącem szkół w kraju.

TECHNIKA TEŻ NA PLUS

Lepsze wyniki niż rok temu zanotowały także technika. W poprzedniej edycji żadna szkoła z powiatu nie była w pierwszej pięćsetce. Teraz są dwie.

Najwyżej uplasowało się Technikum nr 2 w Rykach które zajęło 447. miejsce w kraju i 20. w województwie. To dało brązową tarczę.

- *Bardzo nas to cieszy* - przyznaje Hanna Markiewicz, dyrektor ZSZ nr 2 w Rykach, która sukcesu upatruje nie tylko w coraz lepszych wynikach z matury, ale przede wszystkim egzaminów zawodowych. - *Kładziemy na to nacisk i daje to efekty. 20 miejsce na Lubelszczyźnie i najwyższe w powiecie ryckim, to ogromny sukces, który jest efektem pracy nauczycieli i chęci zaangażowania naszych uczniów* – dodaje. Pani dyrektor ma nadzieję, że tarcza „Perspektyw” zostanie z tą szkołą na dłużej. Były czasy, kiedy technicy z „budowlanki” mogli pochwalić się nawet srebrem.

Brązową tarczę zdobyło również Technikum nr 2 w Dęblinie które zajęło 486. miejsce w kraju i 23. w województwie.

- *To potwierdzenie, że szkoła konsekwentnie rozwija jakość kształcenia i dobrze przygotowuje do egzaminów zewnętrznych - matury oraz egzaminu zawodowego - a także jest sukcesem całej społeczności szkolnej i motywacją do dalszej pracy* - mówi Mariola Sulima, dyrektor ZSZ nr 2 w Dęblinie.

Bez wyróżnień wciąż pozostają ZSZ nr 1 w Rykach oraz ZSZ nr 1 w Dęblinie.

Zbigniew Jończyk

OLL w Dęblinie (złota tarcza)

Kraj	
2026	132
2025	229
2024	193
2023	237
2022	351
2021	271
2020	284
2019	155
Województwo	
2026	7
2025	9
2024	8
2023	11
2022	16
2021	11
2020	14
2019	9

I LO w Rykach (srebrna tarcza)

Kraj	
2026	322
2025	565
2024	918
2023	974
2022	686
2021	560
2020	569
2019	483
Województwo	
2026	14
2025	27
2024	48
2023	52
2022	33
2021	29
2020	36
2019	31

LO w Dęblinie

Kraj	
2026	1000+
2025	1000+
2024	974
2023	930
2022	1000+
2021	713
2020	804
2019	893
Województwo	
2026	51
2025	54
2024	49
2023	50
2022	55
2021	37
2020 - 45	
2019 - 31	

Technikum nr 2 w Rykach (brązowa tarcza)

Kraj	
2026	447
2025	500+
2024	313
2023	480
Województwo	
2026	20
2025	23

Technikum nr 2 w Dęblinie (brązowa tarcza)

Kraj	
2026	486
2025	500+
2024	500+
2023	379
Województwo	
2026	23
2025	24

Technikum nr 1 w Dęblinie

Kraj	
2026	500+
2025	500+
2024	500+
2023	500+
Województwo	
2026	54
2025	41

Technikum nr 1 w Rykach

Kraj	
2026	500+
2025	500+
2024	500+
2023	500+
Województwo	
2026	57

Odeszli od nas

3 stycznia 2026 r. zmarł
Wiesław DZIUBAK
z Dęblina
przeżył 73 lata

5 stycznia 2026 r. zmarł
Piotr BEDNAREK
z Dęblina
przeżył 67 lat

9 stycznia 2026 r. zmarła
Halina GRZELCZAK
z Dęblina
przeżyła 68 lat

11 stycznia 2026 r. zmarła
Joanna PIEPER
z Dęblina
przeżyła 53 lata

12 stycznia 2026 r. zmarł
Tadeusz POTEREK
z Dęblina
przeżył 80 lat

16 stycznia 2026 r. zmarł
Mirosław Piotr BICHTA
z Ryk
przeżył 58 lat

eprasa.pl 99fa34175c

DROGI I KANALIZACJA BĘDĄ PRIORYTETEM

Najwięcej pieniędzy pójdzie na drogi, kanalizację i oświatę. Władze gminy zapowiadają też kolejne inwestycje, jeśli uda się zdobyć środki z zewnątrz

Radni gminy Stężyca przyjęli budżet na ten rok. Dochody samorządu w tym roku zaplanowano na poziomie 43,3 mln zł. Wydatki będą nieco wyższe i wyniosą 43,4 mln zł. Różnica nie budzi jednak obaw samorządu.

- *Po zakończeniu 2025 roku okazało się, że gmina posiada wolne środki. W sumie około 2,5 mln zł jako nadwyżkę środków pieniężnych na rachunku bankowym gminy, więc rada będzie miała dodatkowe środki do wprowadzenia do budżetu na 2026 rok* - mówi Wioletta Błaszczuk skarbnik gminy Stężyca.

NAJWIĘCEJ NA SZKOŁY I INWESTYCJE

Największą część budżetu pochłonie oświata. Na ten cel zaplanowano 18 mln zł. Sporo pieniędzy trafi też na administrację publiczną - 5,7 mln zł gospodarkę odpadami - 4,4 mln zł oraz świadczenia rodzinne - 2,2 mln zł.

Zbigniew Chlaściak ocenia przyjęty plan finansowy pozytywnie: - Budżet wcale nie jest mały. A pewne inwestycje przesunęły nam się z ubiegłego na bieżący rok

Na inwestycje gmina przeznaczy w sumie 7 mln zł. Blisko połowa z 11 zaplanowanych zadań dotyczy infrastruktury drogowej.

- *Zamierzamy dokończyć kanalizację i kontynuować modernizacje dróg w Piotrowicach, Brzeźcach, Brzezinach i Długowoli. Co do jednego z tych zadań czekamy na odpowiedź z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg, a osobny wniosek złożymy w ramach Funduszu Ochrony Gruntów Rolnych* - mówi wójt Zbigniew Chlaściak.

Jeśli pojawią się dodatkowe pieniądze gmina chce kontynuować asfaltowanie dróg także w samej Stężycy. W planach jest również współpraca z powiatem.

- *Zwłaszcza mam tu na myśli drogę od Kletni w kierunku Dęblina* - dodaje wójt.

PRZEDSZKOLE, OPS I REMIZA

Plany władz gminy sięgają dalej niż tegoroczny budżet. Samorząd chce zaadaptować część pomieszczeń w starej szkole na potrzeby przedszkola.

- *A w miejsce, gdzie obecnie przedszkole się znajduje, czyli w budynku banku, dobrze by było umieścić ośrodek pomocy społecznej. OPS ma coraz więcej zadań i brakuje miejsca do obsługi mieszkańców* - przyznaje Zbigniew Chlaściak.

W planach jest także modernizacja remizy OSP w Stężycy.

- *Zamierzamy wyremontować budynek i zastosować odnawialne źródła energii. To ważne, bo straże muszą być w stałej gotowości a budynki być ogrzewane zimą zwłaszcza te należące do KSRG* - podkreśla wójt.

BUDŻET STABILNY I ROZWOJOWY

Wójt gminy ocenia przyjęty budżet pozytywnie.

- *Budżet wcale nie jest mały. Część inwestycji została przesunięta z ubiegłego roku na bieżący* - mówi Zbigniew Chlaściak.

Skarbnik gminy podkreśla dobrą kondycję finansową samorządu.

- *Zadłużenie na koniec 2025 roku wyniosło 12,61 procent i ma tendencję spadkową* - zaznacza Wioletta Błaszczuk.

Tomasz Kępka

Inwestycje na 2026 rok

Rozbudowa sieci wodociągowej w Brzezinach i budowa sieci kanalizacyjnej w Nadwiślance - 3.994.000 zł
Budowa drogi w Kletni „Kletnia-Góry" - 30.000 zł
Wykonanie dokumentacji na drogę w Nowej Rokitni - 24.648 zł
Rezerwa celowa na budownictwo drogowe - 508.000 zł
Remont drogi w Długowoli (do wiertni) - 300.000 zł
Remont drogi w Brzezinach - 300.000 zł
Remont drogi w Brzeźcach - 120.000 zł
Przeciwdziałanie zmianom klimatycznym na terenie gminy - 1.704.897 zł
Wpłata na zakup pojazdu służbowego dla KPP w Rykach - 10.000 zł
Wykonanie oświetlenia w Nadwiślance - 71.809 zł
Zakup kontenera na świetlicę w Paprotni - 36.000 zł

Zwłoki w mieszkaniu

Po siłowym otwarciu drzwi jednego z mieszkań na osiedlu Lotnisko znaleziono ciało 40-letniego mężczyzny. Sprawę bada policja pod nadzorem prokuratury

Do zdarzenia doszło w ubiegłym tygodniu w bloku przy ulicy gen. Kowalskiego w Dęblinie. Od dłuższego czasu nie było kontaktu z 40-latkiem. Zaniepokojeni bliscy wezwali pomoc. Na miejsce skierowano patrol policji oraz zespół ratownictwa medycznego.

Po przyjeździe służb nikt nie reagował na pukanie ani wołanie.

- *Pod wskazanym adresem nikt nie odpowiadał. Zapadła decyzja o siłowym otwarciu drzwi* - informuje aspirant Łukasz Filipek, rzecznik prasowy Komendy Powiatowej Policji w Rykach.

Na miejsce wezwano straż pożarną.

- *Działania zastępu polegały na zabezpieczeniu miejsca zdarzenia. Następnie przy użyciu podręcznego sprzętu burzącego w asyście policji otworzono mieszkanie* - mówi mł. bryg. Jarosław Lasek, rzecznik prasowy Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Rykach.

W środku znajdował się mężczyzna, który nie dawał oznak życia. Lekarz przybyły na miejsce potwierdził zgon 40-latka.

Policja prowadzi czynności pod nadzorem prokuratora. Ciało zostało zabezpieczone i przekazane do Zakładu Medycyny Sądowej, gdzie sekcja zwłok ma ustalić przyczynę śmierci mieszkańca Dęblina. Jak się dowiedzieliśmy śledczy raczej wykluczają udział osób trzecich w śmierci mężczyzny.

Od szkolnego etapu do wojewódzkiego finału

Filip Cuch w lutym wystartuje w wojewódzkim finale konkursu językowego (fot. ZSP w Stężycy)

Uczeń ze Stężycy odniósł sukces w konkursie z języka angielskiego organizowanym przez Kuratorium Oświaty w Lublinie

Filip Cuch z klasy 8a Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Stężycy zakwalifikował się do wojewódzkiego etapu konkursu z języka angielskiego. To doroczny konkurs lubelskiego kuratorium, który składa się z trzech etapów: szkolnego, rejonowego i wojewódzkiego.

Celem konkursu jest wyłonienie uczniów o bardzo dobrych umiejętnościach językowych oraz sprawdzenie wiedzy z języka angielskiego, kultury krajów anglojęzycznych, gramatyki i słownictwa wykraczającego poza podstawę programową.

Filip z powodzeniem przeszedł etap szkolny i rejonowy, osiągając bardzo wysokie wyniki. Dzięki temu znalazł się w gronie najlepszych uczniów w województwie. Finał wojewódzki odbędzie się w lutym.

To duże osiągnięcie, które pokazuje pracowitość, zdolności językowe i konsekwencję ucznia. Teraz za Filipa kciuki trzyma cała szkoła oraz lokalna społeczność.

Oszust udawał syna. Ojciec stracił 15 tysięcy

Jedna wiadomość wystarczyła, by mieszkaniec powiatu ryckiego stracił oszczędności

- *Przestępcy nadal wykorzystują metodę polegającą na podszywaniu się pod członków rodziny, wysyłając wiadomości z prośbą o pilne przekazanie pieniędzy. Oszuści liczą na pośpiech, emocje oraz brak weryfikacji informacji* - przestrzega asp. Łukasz Filipek z ryckiej policji.

Ofiarą oszustwa padł 66-letni mieszkaniec powiatu ryckiego. Mężczyzna otrzymał wiadomość z nieznanego numeru od osoby podającej się za jego syna. Nadawca tłumaczył, że ma uszkodzony telefon i korzysta z nowego numeru. Następnie poprosił o pilną pomoc finansową i przesłał dane do przelewów.

Przekonany, że pomaga synowi, 66-latek wykonał trzy przelewy natychmiastowe na łączną kwotę blisko 15 tysięcy złotych. Po kilku dniach fałszywy syn odezwał się ponownie, prosząc o kolejne 12 tysięcy złotych. Twierdził, że musi zapłacić mechanikowi.

Tym razem mężczyzna nabrał podejrzeń. Zamiast robić przelew, zadzwonił do syna. Wtedy okazało się, że ten nie prosił o żadne pieniądze. Stało się jasne, że doszło do oszustwa. Pokrzywdzony zgłosił sprawę w banku i zawiadomił policję.

- *Apelujemy o zachowanie szczególnej ostrożności. W przypadku otrzymania wiadomości z prośbą o pilne przekazanie pieniędzy, zwłaszcza gdy nadawca informuje o zmianie numeru telefonu, zawsze należy potwierdzić taką informację, dzwoniąc bezpośrednio do bliskiej osoby lub kontaktując się z innym członkiem rodziny. Nie działajmy pod presją czasu. Chwila rozwagi może uchronić nas przed utratą oszczędności* - podkreśla asp. Łukasz Filipek.

eprasa.pl 99fa34175c

KALENDARZ LITURGICZNY

20 stycznia, wtorek
WSPOMNIENIE ŚW. FABIANA, PAPIEŻA I MĘCZENNIKA ALBO WSPOMNIENIE ŚW. SEBASTIANA, MĘCZENNIKA

21 stycznia, środa
WSPOMNIENIE ŚW. AGNIESZKI, DZIEWICY I MĘCZENNICY
- ZOSTAŁ USTANOWIONY ORDYNARIAT POLOWY WOJSKA POLSKIEGO. BP. POLOWYM ZOSTAŁ KS. SŁAWOJ LESZEK GŁÓDŹ (1991 R.)

22 stycznia, czwartek
WSPOMNIENIE ŚW. WINCENTEGO, DIAKONA I MĘCZENNIKA ALBO WSPOMNIENIE ŚW. WINCENTEGO PALLOTTIEGO, PREZBITERA
- NA ZLECENIE PAPIEŻA JULIUSZA II DO RZYMU WKROCZYŁO 150 SZWAJCARSKICH NAJEMNIKÓW, DAJĄC POCZĄTEK GWARDII SZWAJCARSKIEJ (1506 R.)

23 stycznia, piątek
PATRON DNIA: BŁ. WINCENTY LEWONIUK I 12 TOWARZYSZY MĘCZENNIKÓW
- ZM. KARD. JÓZEF GLEMP , PRYMAS POLSKI (2013 R.)

24 stycznia, sobota
WSPOMNIENIE ŚW. FRANCISZKA SALEZEGO, BISKUPA I DOKTORA KOŚCIOŁA
- ZM. HELENA KMIEĆ , POLSKA MISJONARKA (2017 R.)

26 stycznia, poniedziałek
WSPOMNIENIE ŚWIĘTYCH BISKUPÓW TYMOTEUSZA I TYTUSA

POPROSILI O WSPARCIE SWOJEGO PATRONA

20 stycznia wierni wspominają św. Sebastiana. Z tej okazji w niedzielę w Brzezinach miał miejsce doroczny odpust. Święty męczennik patronuje tutejszym mieszkańcom

Na zakończenie uroczystości odpustowych wierni modlili się do świętego Sebastiana o wsparcie

„Święty Sebastianie, patronie nasz, opiekunie naszej parafii módl się za nami” - zaśpiewali uczestnicy sumy odpustowej. Przewodniczył jej ks. Przemysław Świderski, dyrektor Katolickiego Radia Podlasie. To właśnie ks. Przemysław przejął tę funkcję po opuszczeniu jej przez ks. kan. Marka Bieńkowskiego, który nieco ponad rok temu został proboszczem Brzezin.

CZŁOWIEK Z ZASADAMI

Patron brzezińskiej parafii zaliczany jest do tzw. czternastu wielkich orędowników. Jest patronem żołnierzy, strażaków, myśliwych, kamieniarzy i ogrodników. - *Najbardziej w jego życiorysie ujęło mnie to, że był mężczyzną, który miał zasady. Jako żołnierz mógł wieść sobie życie ciche i spokojne. Widząc jednak okrucieństwo Dioklecjana, nie mógł się zgodzić na takie traktowanie ludzi przez cesarza i zwrócił mu uwagę. Mógł udawać, że nie widzi, a jednak potrafił na głos mówić o tym co ważne, potrafił ująć się za drugim człowiekiem, a dzisiaj jest świętym. Uczy nas tego, że trzeba mieć zasady i tych zasad warto się trzymać* - mówił w swoim kazaniu ks. Świderski.

Sebastian urodził się w Narbonie, stolicy jednej z prowincji imperium rzymskiego. Gdy dorósł, zdecydował się na karierę wojskową. Do Rzymu przybył około 283 roku już jako chrześcijanin. Dzięki starannemu wychowaniu i stanowisku ojca, Sebastian został przywódcą gwardii cesarza Marka Aurelego Probusa. Za wyznawanie nauki Chrystusa został przywiązany do słupa (drzewa) i przeszyty strzałami. Sebastian nie zginął jednak. Kobieta, która postanowiła go pochować zauważyła oznaki życia i doprowadziła go do zdrowia. Gdy Sebastian wyzdrowiał, poszedł bezpośrednio do cesarza Dioklecjana i zarzucił mu barbarzyństwo w stosunku do chrześcijan.

PRZEŚLADOWANIA, UDRĘKI, PRZECIWNOŚCI

- *Tyś jest Sebastian, którego kazałem rozstrzelać?* - zapytał. - *Jam jest od Boga, którego chwalę, od śmierci wskrzeszony, abyś znał moc Boga, którego niewinne święte sługi prześladujesz, zabijając ludzi cnotliwych. Poznaj przynajmniej z tego cudu, który widzisz, Bóstwo Chrystusowe, a brzydź się tymi swoimi bałwanami i szatańską służbą* - odrzekł męczennik.

Cesarz w przypływie gniewu kazał go bić pałkami, żeby mieć pewność, iż tym razem Sebastian na pewno zginie. Prawdopodobnie nastąpiło to w 288 roku. Ciało męczennika wrzucono do kanału ściekowego. Wolą Boga było jednak zachować relikwie męczennika dla przyszłych pokoleń. Sebastian ukazał się we śnie pewnej chrześcijance, Lucynie i wskazał miejsce, gdzie jego ciało się znajdowało. Wydobyte spoczęło w katakumbach i stało się przedmiotem kultu wiernych.

Jego krew stała się posiewem nowych wyznawców, bo już niedługo, w roku 313, chrześcijaństwo uzyskało wolność. Cesarz Konstantyn wydał edykt mediolański i pozwolił na swobodne wyznawanie wiary chrześcijańskiej.

Zbigniew Jończyk

Zaśpiewali najpiękniejsze kolędy

Okres Bożego Narodzenia już minął, ale zgodnie z polską tradycją w naszych kościołach wciąż rozbrzmiewają kolędy

Na scenie wystąpiły połączone siły scholi z parafii Piusa V oraz Chrystusa Miłosiernego

Śpiewamy je jako oprawa mszy świętych, ale nie brakuje również specjalnych koncertów. Występują soliści, zespoły, chóry. W święto Objawienia Pańskiego, po sumie a jeszcze przed wymarszem Orszaku Trzech Króli w kościele Piusa V w Dęblinie w repertuarze najpiękniejszych i najpopularniejszych kolęd i pastorałek zaprezentowała się młodzież. Na scenie przy akompaniamencie gitar i pianina wystąpiły połączone siły dwóch scholi, właśnie z parafii Piusa V oraz sąsiedniej Chrystusa Miłosiernego w Dęblinie. Występy zostały nagrodzone gromkimi brawami publiczności. W ostatnią niedzielę wierni mieli okazję posłuchać kolęd w wykonaniu seniorów z chóru „Zorza” ze Stężycy.

eprasa.pl 99fa34175c

» POD MEDIALNYM PATRONATEM „TWOJEGO GŁOSU"

MAŁA ARMIA JANOSIKA ZNÓW ROZŚPIEWAŁA RYKI

To była uczta dla ucha, oka i serca. Koncert „Z gór płynie kolęda" przyciągnął tłumy. Wypełnił się kościół i plac przed świątynią

Mała Armia Janosika po raz kolejny wystąpiła w Rykach. Tym razem z koncertem kolęd i pastorałek. Wydarzenie przyciągnęło tłumy mieszkańców oraz gości z okolicznych miejscowości.

To nie był pierwszy występ zespołu w ryckim kościele. W 2024 roku Mała Armia Janosika zagrała tu wiosną, podczas koncertu z okazji rocznicy pontyfikatu Jana Pawła II. Wtedy starosta rycki zapowiedział, że zespół jeszcze wróci do Ryk - tym razem z koncertem bożonarodzeniowym. Obietnica została spełniona.

- *Słowa trzeba dotrzymywać* - podkreślił starosta Dariusz Szczygielski. - *Cieszymy się, że kolejny raz mogliśmy gościć u siebie Małą Armię Janosika* - dodał.

Pod wrażeniem sobotniego wieczoru był także proboszcz parafii Najświętszego Zbawiciela ks. Stanisław Chodźko.

- *Mróz na dworze, ale u nas gorąca atmosfera. Serce mocno bije i wzruszenie człowieka ogarnia, że są z nami tak zacni goście, parafianie i przyjezdni nawet z dalekich stron, że są z nami ci młodzi górale, którzy uwielbiają Pana Jezusa, bo to on jest najważniejszy i dla niego się tutaj zebraliśmy i dla niego kolędujemy* - mówił ks. prałat, witając uczestników koncertu.

Góralskie kolędy i pastorałki w folkowych aranżacjach przeniosły słuchaczy na Podhale. oddając magię góralskiego Bożego Narodzenia. Koncert był prawdziwą ucztą nie tylko dla ucha i oka, ale przede wszystkim dla serca. Był okazją do wspólnego przeżywania radości, wzruszeń i duchowej atmosfery świąt.

Organizatorami wydarzenia byli Starostwo Powiatowe w Rykach, parafia Najświętszego Zbawiciela oraz Powiatowa Biblioteka Publiczna. Honorowy patronat nad koncertem objęła Pierwsza Dama RP Marta Nawrocka, która osobiście przybyła na koncert w Rykach.

Zbigniew Jończyk

Pomysłodawcą projektu Mała Armia Janosika jest Damian Pałasz, skrzypek, muzyk i wizjoner, który w 2015 roku utworzył w Rabie Wyżnej sekcję nauki gry na skrzypcach oraz basach podhalańskich i tak to się zaczęło. - Nazywając zespół Mała Armia Janosika już wtedy wiedziałem, że ten zespół będzie wielki, bo przecież armie są duże - mówi dyrygent

„Mała Armia Janosika" jest mała tylko z nazwy. Tak naprawdę, to największa kapela góralska. Liczy blisko 300 członków (od 2 do 70 lat). Powstała w 2015 roku i od tamtej pory cyklicznie wyrusza w trasy koncertowe na terenie całej Polski i nie tylko

Gośćmi honorowymi starosty Dariusza Szczygielskiego oraz ks. prałata Stanisława Chodźki wyjątkowego koncertu w ryckim kościele byli: małżonka Prezydenta RP Marta Nawrocka oraz biskup siedlecki Kazimierz Gurda

Frekwencja i tym razem dopisała. Przedział wiekowy publiczności był bardzo różny. Od malutkich dzieci, przez młodzież i dorosłych, aż po seniorów. Wszyscy byli pod ogromnym wrażeniem występu artystów na scenie

Siedziba zespołu znajduje się w Rabie Wyżnej na południu Polski. Tam też zespół regularnie odbywa próby i przygotowania do występów artystycznych. W Rykach pod kierunkiem Damiana Pałasza młodzi wykonawcy zaśpiewali i zagrali te najbardziej i mniej znane kolędy i pastorałki

Temperatura na zewnątrz kościoła sięgała minus 10 stopni. Mimo to na placu zebrało się mnóstwo osób, dla których zabrakło miejsca w kościele. Koncert oglądali na telebimie, a zmarznięte ręce można było ogrzać przy rozstawionych koksownikach

eprasa.pl 99fa34175c

Twój Głos nr 3(1144) | 20 stycznia 2026 | www.twojglos.pl

FELIETON

Moc, która doskonali się w słabości

Karol Gałkowski

Nauczyciel religii i psychoterapeuta, teolog. Autor bloga o terapii i rozwoju osobistym karolgalkowski.pl.

Gdybyś potrzebował wsparcia, napisz: karolgalkowski02@gmail.com

Siedzę w nocnej ciszy, w domu wypełnionym miarowym oddechem śpiących dzieci. Słucham tego rytmu - to dla mnie najczystsza z modlitw. W takie wieczory, gdy odkładam na bok książki i notatki z gabinetu, zostaję sam z pytaniem, które pewnie i Ty sobie czasem zadajesz: co z nami będzie?

Piszę do Ciebie po prostu jako człowiek, który w gęstniejącym mroku współczesności próbuje nie zgubić światła. Czuję w piersi ten specyficzny ucisk - rodzaj lęku o to, czy w świecie, który stał się hałaśliwym targowiskiem, wystarczy nam jeszcze miejsca na szept i czułość. Czy starczy nam odwagi na delikatność?

Płyniemy rzeką, która pędzi coraz szybciej. Widzę to w oczach moich pacjentów, w pytaniach uczniów i w lustrze własnych niepokojów.

Boję się, że błękitna łuna ekranów ostatecznie zastąpi nam żywe światło spojrzenia drugiego człowieka. Zdaje mi się, że uciekamy w technologię nie dlatego, że jest ciekawsza od rzeczywistości, ale dlatego, że cisza zaczęła nas boleć. W tej ciszy słychać bowiem to, co tak rozpaczliwie próbujemy zagłuszyć: głęboką tęsknotę za byciem naprawdę zobaczonym, a nie tylko „polubionym".

Jako ojciec i mąż wciąż uczę się, że prawdziwa siła mężczyzny to nie pancerz, lecz odwaga, by go zdjąć. Ten niezwykły paradoks, w którym psychologia podaje rękę wierze, potwierdza się w moim życiu: moc najpełniej doskonali się w słabości. Bo przecież „Im większy jesteś, tym bardziej się uniżaj" - jak pisał mądry Syrach.

Nasze człowieczeństwo nie jest przecież gotowym produktem, który kupuje się na własność i na zawsze. Pomimo tego, że jest darem jest także zadaniem. Ono jest procesem, który wydarza się „pomiędzy" nami - w kruchym prześwicie spotkania i dialogu.

Rodzi się ono w tej krótkiej chwili, gdy zamiast rzucić łatwą ocenę, wybierasz uważne spojrzenie. Mieści się w nim cała ludzka pokora: zdolność dostrzeżenia w kimś, kto myśli inaczej, brata, który tak samo kocha swoje dzieci i tak samo jak Ty boi się jutra.

Nie mam dla Ciebie gotowej recepty, bo życie to nie apteka. Nie mam jej też dla siebie. Wiem tylko, że ratunkiem jest powrót do miejsc, w których czas płynie wolniej. Dla mnie takim miejscem jest cisza spotkania w Eucharystii, w której Miłość Boga dotyka mojej kruchości. Czasem jest to po prostu spacer, na którym jedynym powiadomieniem jest szum drzew. Chciałbym na nowo nauczyć się chronić swój „wewnętrzny ogród" przed zadeptaniem przez cudze oczekiwania i własny pośpiech.

Kładę te słowa na Twoim stole, obok porannej kawy lub nocnej lampki.

Niech będą jak uścisk dłoni kogoś, kto idzie tym samym szlakiem i tak samo jak Ty czasem potyka się o kamienie. Jutro, gdy wstaniesz, spójrz w lustro z łagodnością, a potem przenieś ten blask na kogoś, kto będzie go potrzebował. Tylko tyle i aż tyle. W tym drobnym geście obecności ukryta jest nasza największa moc.

Do zobaczenia gdzieś na szlaku.

O ZDROWIU

O nadwrażliwości na zimno

Leszek Marek Krześniak

Specjalista chorób wewnętrznych, absolwent Akademii Medycznej w Warszawie. Od ponad 30 lat prowadzi własny gabinet lekarski

www.drkrzesniak.pl

Nie tylko podczas mrozów, jakie występują tej zimy, ale i w okresach jesiennych czy wiosennych chłodów, wiele osób wykazuje szczególną wrażliwość na wychłodzenie organizmu. W związku z tym znacznie łatwiej zapadają one na różnego rodzaju przeziębienia oraz infekcje wirusowe i bakteryjne. O takich osobach mówi się najczęściej, że mają „zimne dłonie i stopy".

U niektórych pacjentów można wręcz mówić o alergii na niskie temperatury. Podobnie jak w przypadku innych alergii, może pojawić się pokrzywka z bąblami i świądem oraz nadmierne wydzielanie histaminy. Wystąpienie i nasilenie tych objawów wiąże się z nagłym ochłodzeniem ciała lub dalszym spadkiem temperatury otoczenia. Trudno jednoznacznie określić, jaka temperatura wywoła reakcję, ponieważ jest to kwestia indywidualna.

Nadwrażliwość na zimno towarzyszy wielu chorobom metabolicznym, takim jak: niedoczynność tarczycy, cukrzyca, anemia, choroba wieńcowa, miażdżyca (najczęściej naczyń kończyn dolnych) oraz niedobory witamin i minerałów. Występuje ona także w przebiegu chorób neurologicznych, w których zaburzone jest odczuwanie chłodu.

Innym rodzajem dolegliwości jest nadwrażliwość zębów na zimno. Pojawia się ona w momencie ubytków szkliwa korony zęba lub ubytków cementu na szyjce i korzeniach.

Na nadwrażliwość skarżą się również osoby cierpiące na przewlekłe i nawracające zapalenia zatok obocznych nosa.

Częściej niż pokrzywka występują objawy nerwicy kurczowej naczyń krwionośnych. Pod wpływem zimna lub stresu dochodzi u takich osób do gwałtownego skurczu małych naczyń, co objawia się najpierw blednięciem palców (tzw. objaw umierania), a następnie ich zasinieniem, zaczerwienieniem, drętwieniem i bólem.

Bardziej nasiloną postacią tej dolegliwości jest zespół Raynauda. Poza objawami typowymi dla nerwicy kurczowej kończyn, obejmuje on także blednięcie, sinienie i ból nosa oraz uszu. Zespół ten występuje często w przebiegu chorób autoimmunologicznych, takich jak toczeń rumieniowaty układowy czy twardzina układowa (sklerodermia).

Podstawową kwestią w każdym przypadku jest dociekanie przyczyny nadwrażliwości. Nierzadko wymaga to konsultacji u lekarzy wielu specjalności - alergologa, dermatologa, diabetologa, laryngologa, kardiologa czy neurologa - oraz wdrożenia odpowiedniego leczenia przyczynowego.

Osoby nadwrażliwe na zimno powinny przede wszystkim dbać o właściwą ochronę przed chłodem. Należy ubierać się stosownie do własnych potrzeb, nie zważając na to, że inni mimo niskich temperatur wciąż noszą lekką odzież. W ich przypadku niewskazane są również zabiegi hartowania organizmu zimnem.

Aplikacja mobilna **egarwolin.pl** jest już dostępna!

Google Play App Store

eprasa.pl 99fa34175c

MECENAS OŚKO MÓWI, JAK JEST

„Kilka dni bez OC, które kosztują kilkanaście tysięcy”

Mecenas
Tomasz Ośko

Radca prawny, absolwent studiów prawniczych oraz studiów MBA. Certyfikowany Audytor Wiodący ISO 27001. Prowadzi własną kancelarię w Garwolinie przy ulicy Senatorskiej 6, tel. 501 011 773.

Jednym z najdroższych błędów, jakie można popełnić jako właściciel samochodu, jest przekonanie, że „przecież OC było”. Było - ale się skończyło. I to wystarczy, żeby po kilku tygodniach w skrzynce pocztowej pojawiło się pismo, które psuje humor skuteczniej niż mandat czy wezwanie z urzędu skarbowego.

Autorem takich listów jest Ubezpieczeniowy Fundusz Gwarancyjny (UFG) - instytucja, która nie zajmuje się domysłami, tylko faktami. A fakt jest prosty: jeśli pojazd nie miał ciągłości ubezpieczenia OC, kara się należy. Wysoka. Bardzo wysoka.

Najczęstszy scenariusz wygląda niewinnie. Ktoś kupuje samochód. Sprzedający mówi: „OC jest, ważne jeszcze miesiąc”. I to prawda. Problem w tym, że OC zbywcy nie przedłuża się automatycznie. Wygasa dokładnie w dniu, na który została zawarta umowa. Jeśli nowy właściciel nie zawrze własnej polisy - choćby następnego dnia - powstaje luka. Czasem jednodniowa. Czasem kilkutygodniowa. Dla UFG to bez znaczenia.

Z praktyki: młody mężczyzna kupił używane auto, ubezpieczenie „przechodziło” jeszcze przez trzy tygodnie. Samochód stał pod domem, nie jeździł nim, bo planował drobne naprawy. OC skończyło się w piątek. Nową polisę wykupił w poniedziałek. Trzy dni przerwy. Po dwóch miesiącach przyszło wezwanie do zapłaty - kilka tysięcy złotych. Argumenty o tym, że „auto stało”, że „nie wiedział”, że „sprzedający mówił inaczej” - nie miały żadnego znaczenia.

Automatyczne przedłużenie OC działa gdy to my jesteśmy stroną umowy i opłaciliśmy składkę w całości. Wtedy ubezpieczenie „samo się przedłuża”. Przy zakupie auta - nie. I to jest różnica, o której wielu kierowców dowiaduje się dopiero po fakcie.

Dlatego przy zakupie samochodu warto sprawdzić nie tylko numer VIN i przebieg, ale też dokładną datę końca polisy OC. Nie „mniej więcej”, nie „jeszcze chyba obowiązuje”, tylko konkretny dzień. Najbezpieczniej przyjąć prostą zasadę: w dniu zakupu zawieramy własne OC, nawet jeśli poprzednia polisa formalnie jeszcze trwa. Kilka minut i kilkadziesiąt złotych różnicy w składce mogą uchronić przed wielotysięczną karą.

Kary są zależne od długości przerwy i rodzaju pojazdu. Dla samochodu osobowego mogą sięgać kilkunastu tysięcy złotych. I nie, to nie jest uznaniowe. UFG działa w oparciu o systemy informatyczne, które automatycznie wyłapują przerwy w ubezpieczeniu. Co istotne, system widzi sam fakt braku OC, a nie to, czy samochód był używany. Brak jazdy, brak kolizji czy parkowanie na prywatnej posesji nie mają tu żadnego znaczenia.

Gdy ktoś uświadomi sobie, że ma przerwę w OC, czasem pojawia się pokusa, żeby „ratować się” pomysłami z pogranicza fikcji. Najczęściej słyszę o rzekomej sprzedaży auta na tzw. „słupa”, często cudzoziemca, z datą wsteczną - tak, aby to „ktoś inny” odpowiadał za brak ubezpieczenia. Po kilku dniach samochód miałby wrócić do pierwotnego właściciela, już ubezpieczony. Na papierze wygląda to sprytnie. W rzeczywistości jest bardzo ryzykowne i zazwyczaj kończy się źle.

Takie działania wymagają realnej, prawdziwej transakcji, faktycznego wydania pojazdu, zapłaty ceny i możliwości ich udowodnienia. W przeciwnym razie mówimy nie o „ratowaniu się”, tylko o składaniu nieprawdziwych oświadczeń, a to może oznaczać dodatkowe kłopoty - także karne. Zamiast jednej sprawy robią się dwie. I żadna nie jest łatwa ani tania.

A co, jeśli pismo z UFG już przyszło? Można wnioskować o ulgę w spłacie: raty, odroczenie terminu, wyjątkowo częściowe umorzenie. Trzeba jednak mieć świadomość, że Fundusz robi to rzadko i wyłącznie w sytuacjach naprawdę nadzwyczajnych. Pomyłka, pośpiech czy „dobra wiara” w praktyce nie wystarczą.

Prawo w tej sprawie nie pyta o intencje. Pyta o daty. I robi to bez emocji.

I na koniec rada banalna, ale skuteczna: OC musi być ciągłe, bez ani jednego dnia przerwy. Nawet jeśli samochód stoi. Nawet jeśli „dopiero co kupiony”. Kilka minut uwagi przy zakupie auta może oszczędzić kilka lat spłacania kary, nerwów i bezsilnych prób tłumaczenia się z czegoś, czego prawo po prostu nie chce słuchać.

Bo kilka dni bez OC potrafi być najdroższymi dniami w życiu kierowcy.

REKLAMA

ukwaś sam

JOGURT
sprzyjający odchudzaniu

zawiera szczep Lactobacillus gasseri
znany jako “probiotyk fitnesss”

zrób jogurt bez cukru, konserwantów i GMO

Więcej informacji
www.jogurt-domowy.pl

Kupisz w Internecie, ponad 300 sklepach stacjonarnych lub pod tel. 600-58-99-79

Oddali cześć niezłomnym bohaterom

Mieli po dwadzieścia kilka lat i chłopskie pochodzenie. Ich marzeniem była Polska wolna od sowieckiego okupanta. 79 lat temu stracili życie w wyniku przeprowadzonego w Rykach haniebnego, pokazowego procesu sądowego

Po Mszy w intencji rozstrzelanych w wyniku pokazowego procesu, kwiaty i znicze pod krzyżem przy stadionie złożyli przedstawiciele Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej, Urzędu Miejskiego w Rykach i grupy biegusiem.pl

Losy czterech partyzantów: Władysława Warownego, Jana Filipka, Adama Zdrojewskiego i Stefana Kamarka ponownie ożyły we wspomnieniach potomnych. W rocznicę tragicznych wydarzeń pamięć pomordowanym oddały władze Ryk, i sympatycy środowisk akowskich.

CHCIELI WYCISNĄĆ „PRAWDĘ"

Połowa grudnia 1946 r. była momentem krytycznym dla żołnierzy podziemia antykomunistycznego z terenu Ryk. Do domów wielu z nich wkroczyły służby Urzędu Bezpieczeństwa Publicznego. Poszukiwały członków organizacji Wolność i Niezawisłość. Pochwyconych przewozili na posterunek MO w Rykach lub do siedziby PUBP w Garwolinie. Podejrzanych umieszczono w ciasnych i surowych pomieszczeniach aresztu. Wkrótce nastąpiły brutalne przesłuchania. Oprócz tortur cielesnych, stalinowscy oprawcy stosowali szykany psychologiczne. Ciągłym biciem i powtarzającymi się pytaniami usiłowali wydobyć informacje o nazwiskach kolegów i miejscach ich pobytu. Ci jednak nie wydali towarzyszy broni.

Mimo to, zebrane w toku śledztwa „dowody" pozwoliły prokuraturze wystawić akt oskarżenia i skierować sprawę do sądu wojskowego. Datę procesu wyznaczono na 15 stycznia. Na dzień przed rozprawą do Ryk zostali przywiezieni aresztanci. W południe oczom przechodniów ukazał się przejmujący widok. Z posterunku MO zostali wyprowadzeni akowcy. Skrępowani kajdankami, zbici w śledztwie bohaterowie z trudem podążali pieszo na miejsce sądu - do Domu Strażaka. Kolumnę eskortowali ubecy oraz wojsko.

SŁYCHAĆ BYŁO HUK STRZAŁÓW

Jako miejsce pokazowego procesu wybrano salę Domu Strażaka. Tamten czas dobrze pamięta mieszkanka Leopoldowa. - *Mieszkałam wtedy w Rykach i chodziłam jeszcze do szkoły podstawowej. Poszłam na proces zobaczyć, jak będzie wyglądał. Był wieczór, przyszło bardzo wiele ludzi, przede wszystkim rodzin sądzonych partyzantów. Jedni byli zaciekawieni, a drudzy przerażeni tym widokiem* - opowiada pani Zofia.

Więźniom rozkuto ręce i odczytano akt oskarżenia. Głównym zarzutem była przynależność do bandy rabunkowej. Z innych oskarżeń pojawiły się: bezprawne posiadanie broni, kradzieże i rozboje. Zarzucane przestępstwa poparli specjalnie dobrani świadkowie.

Po naradzie zapadły wyroki. Warowny, Filipek, Zdrojewski i Kamarek zostali skazani na śmierć i utratę praw publicznych. Zofia Gągała za pomoc partyzantom otrzymała 10 lat pozbawienia wolności. Jadwigę Narajczyk oskarżoną o członkostwo w WiN sąd skazał na 6 lat więzienia. Pięć lat w więzieniu mieli spędzić: Stanisław Madoń i Arkadiusz Olek. A wobec Kazimierza Filipka sąd zawiesił wykonanie kary i wypuścił go na wolność.

Skazani zaraz po procesie trafili na miejsce egzekucji w okolice posterunku MO. Rozebrano ich do bielizny a ich ręce skrępowano drutem. Pluton oddał serię z karabinów maszynowych. - *Gdy wracałam do domu słychać było huk wystrzałów znad stawu* - wspomina mieszkanka Leopoldowa.

Tomasz Kępka

Pamięć o Romualdzie Traugucie

Żołnierze, seniorzy lotnictwa i młodzież uczcili 200. rocznicę urodzin Romualda Traugutta. Pod tablicą pamiątkową w Twierdzy Dęblin złożono kwiaty i oddano hołd bohaterowi Powstania Styczniowego

W Dęblinie rocznicę urodzin Romualda Traugutta uczcili przedstawiciele wojska, seniorów lotnictwa i uczniowie (fot. Anna Sawińska)

13 stycznia w Twierdzy Dęblin odbyła się uroczystość upamiętniająca Romualda Traugutta - ostatniego dyktatora Powstania Styczniowego. Okazją była 200. rocznica jego urodzin. Kwiaty pod tablicą pamiątkową złożyli żołnierze, członkowie Stowarzyszenia Seniorów Lotnictwa Wojskowego RP oraz uczniowie dęblińskiego liceum.

Uroczystość zorganizowało Stowarzyszenie Seniorów Lotnictwa Wojskowego RP, oddział w Dęblinie, wspólnie z dowództwem 4 Pułku Saperów. Miejscem spotkania nieprzypadkowo była Twierdza Dęblin. To właśnie tutaj w połowie XIX wieku służył Romuald Traugutt. Dziś jego pamięć przypomina tablica pamiątkowa oraz fakt, że Traugutt jest patronem 4 Pułku Saperów.

W imieniu pułku wiązanki złożyli dowódca jednostki płk Radosław Podolski oraz sierż. Barbara Dziuban. Obecni byli także przedstawiciele SSLW RP: prezes ppłk Mirosław Michaluk, wiceprezesi płk dypl. pil. Zdzisław Mularski i płk dypl. pil. Krzysztof Żuk. W uroczystości uczestniczyli również uczniowie Ogólnokształcącego Liceum Lotniczego w Dęblinie - Adam Szlendak i Norbert Goryszewski. Całość dopełniła wojskowa asysta honorowa.

ŻOŁNIERZ I PATRIOTA

Romuald Traugutt urodził się w Szostakowie, na terenie dzisiejszej Białorusi, ale zapisał się na trwałe w historii Polski. Część swojego życia związał z naszym regionem. Do Żelechowa trafił 1 lutego 1845 roku, gdzie służył w 3 batalionie saperów, wspierającym budowę Twierdzy Dęblin.

W 1847 roku wyjechał do Petersburga, by zdać egzamin oficerski, który ukończył z wynikiem celującym. W 1852 roku poślubił Annę Pikiel. Ślub odbył się w Warszawie, a wesele w pałacu Ordęgów w Żelechowie. Kolejne lata Traugutt spędzał między Żelechowem a Dęblinem. O jego pobycie w Twierdzy świadczy m.in. zapis w księgach parafii w Stężycy o narodzinach córki Anny Innocenty 28 lipca 1853 roku.

Traugutt brał udział w walkach Wiosny Ludów na Węgrzech w latach 1848-1849. Z tej wyprawy przywiózł do Żelechowa srebrny krucyfiks ze złotym relikwiarzem, który ofiarował do kościoła św. Stanisława. Później walczył także w wojnie z Turcją w latach 1853-1854.

Choć w 1862 roku, w stopniu podpułkownika, odszedł z wojska, nie porzucił spraw narodowych. Jako zwolennik niepodległości przystąpił do Powstania Styczniowego. 17 października 1863 roku objął funkcję dyktatora powstania. Starał się wzmocnić struktury państwa podziemnego i przekształcić oddziały partyzanckie w regularne wojsko.

W nocy z 10 na 11 kwietnia 1864 roku został aresztowany w Warszawie w wyniku denuncjacji. Był więziony na Pawiaku, a później w X Pawilonie Cytadeli Warszawskiej. Podczas śledztwa nie zdradził współpracowników. 19 lipca 1864 roku rosyjski sąd wojskowy skazał go na śmierć. Wyrok wykonano 5 sierpnia 1864 roku na stokach Cytadeli.

Dziś Romuald Traugutt jest uznawany za jednego z największych bohaterów narodowych. Kościół, doceniając jego postawę i wierność wartościom chrześcijańskim, prowadzi starania o uznanie go za błogosławionego.

Tomasz Kępka

eprasa.pl 99fa34175c

Tu spędził najszczęśliwsze lata życia

200 lat temu urodził się Romuald Traugutt - ostatni dyktator Powstania Styczniowego, mieszkaniec Żelechowa w latach 1845-1853

Dawny Żelechów

200 lat temu urodził się Romuald Traugutt - ostatni dyktator Powstania Styczniowego, mieszkaniec Żelechowa w latach 1845-1853

Romuald Traugutt urodził się 16 stycznia 1826 r. w Szostakowie w guberni grodzieńskiej. Po ukończeniu gimnazjum w Świsłoczy próbował podjąć studia w Instytucie Inżynierów Dróg Komunikacyjnych w Petersburgu, ale nie został przyjęty. Zdecydował się więc na służbę w wojsku, by tam zdobywać wiedzę inżynierską. Skierowano go do 3 Batalionu Saperów Pułku Smoleńskiego stacjonującego w Żelechowie.

Przybył do miasta 1 lutego 1845 r. Dowództwo i koszary batalionu mieściły się przy ul. Oficerskiej (dzisiejsza ul. Lelewela). Traugutt uczył się początkowo w miejscowej szkole oficerskiej, a następnie mieszkał tu jako oficer. W żelechowskim batalionie kształtował się jego dojrzały charakter, tutaj zdobywał wiedzę i doświadczenie, które wykorzystał później w walce o niepodległość Ojczyzny.

Podczas pobytu w Żelechowie przyjaźnił się z najważniejszymi osobami w mieście - ks. proboszczem Andrzejem Krasuskim, dziedzicem Janem Ordęgą i burmistrzem Janem Rejmontem. W 1852 r. sprowadził do Żelechowa świeżo poślubioną w Warszawie Annę Pikiel i - według legendy - w pałacu Ordęgów odbyło się ich przyjęcie weselne.

Zapisał się w lokalnej historii jako dobrodziej miejscowej parafii. Podczas kampanii węgierskiej w 1849 r. zdobył srebrny krucyfiks ze złotym relikwiarzem, który ofiarował do kościoła filialnego św. Stanisława. Natomiast w 1852 r. przeznaczył znaczną sumę pieniędzy na remont tej świątyni.

Przebywał w mieście do 1 grudnia 1853 r. Mieszkał tutaj z żoną, babcią i maleńką córeczką. Były to najszczęśliwsze lata jego życia.

W kwietniu 1863 r. Traugutt przystąpił do powstania. 14 sierpnia 1863 r. Rząd Narodowy mianował go generałem i wysłał do Paryża, by tam szukał wsparcia dla sprawy polskiej. Po powrocie do kraju, widząc nieudolne działania dotychczasowych władz powstania, postanowił sam przejąć odpowiedzialność za jego losy. 17 października 1863 r. objął władzę dyktatorską nad powstaniem.

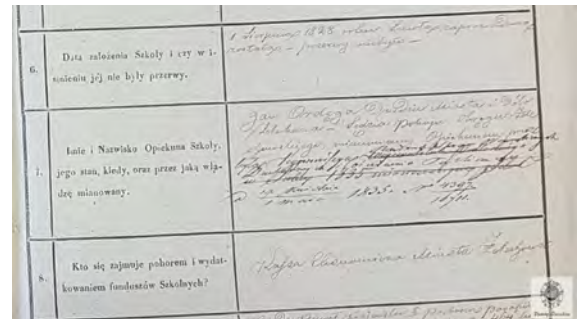
Traugutt przejął ster powstania w sytuacji już beznadziejnej, wykazując niezwykłą odwagę i poświęcenie, a potem nieprzeciętną energię i potęgę woli. Dążył do przekształcenia luźno zorganizowanych oddziałów partyzanckich w jednolitą armię, zabiegał o zdobycie pożyczki na wyposażenie i utrzymanie wojsk powstańczych, szukał poparcia dla powstania za granicą, przygotował koncepcję zwołania pospolitego ruszenia i mobilizacji całego społeczeństwa do walki z Rosją.

Heroiczne wysiłki Traugutta nie ocaliły jednak powstania. Na reformy było już za późno. W nocy z 10 na 11 kwietnia 1864 r. dyktator został aresztowany przez policję carską. Początkowo przetrzymywany był na Pawiaku, później więziono go w X Pawilonie Cytadeli Warszawskiej. Podczas śledztwa nie zdradził współtowarzyszy, całą odpowiedzialność wziął na siebie.

5 sierpnia 1864 r. Traugutt został stracony na stokach Cytadeli.

Michał Sztelmach, Dawny Żelechów

Szkoły w Żelechowie



Za dwa lata przypadnie 200 (albo 230) - lecie szkoły elementarnej w Żelechowie

Szkoła elementarna w mieście została założona 1 sierpnia 1828 r. Opiekunem szkoły był Jan Ordęga - dziedzic miasta i dóbr Żelechowa, sędzia pokoju Okręgu Żelechowskiego. Poborem i wydatkowaniem funduszów szkolnych zajmowała się Kasa Ekonomiczna Miasta Żelechowa. Informacja ta pochodzi z Archiwum Rządu Gubernialnego Lubelskiego. Materiał publikuję dzięki uprzejmości Sebastiana Jędrycha.

Nie była to pierwsza szkoła w Żelechowie. Szkoła parafialna została założona w 1798 r. przez proboszcza żelechowskiego ks. kanonika Pawła Krajewskiego. Są również wcześniejsze wzmianki o szkolnictwie w Żelechowie. Teodor Wierzbowski w opracowaniu „Szkoły parafjalne w Polsce i na Litwie za czasów Komisji Edukacji Narodowej 1773-1794" (wyd. w Krakowie w 1921 r.) podaje, że w 1777 r. w Żelechowie miejscowy organista za darmo uczył razem chłopców i dziewczęta. W lutym 1791 r. nauczycielem był Jan Pruchnicki - uczył 15 chłopców i 5 dziewcząt, a w styczniu 1792 r. miał na nauce tylko 10 chłopców (na 34 dzieci w wieku szkolnym).

W początkach Królestwa Kongresowego utworzono ponadto w Żelechowie Szkołę Niedzielną Rządową dla tzw. terminatorów rzemieślniczych, którzy zdobywali w niej przez trzy lata elementarne wykształcenie w zakresie czytania, pisania i wiedzy ogólnej. Oprócz tych szkół istniała również w Żelechowie wyznaniowa szkoła żydowska (tzw. cheder).

Michał Sztelmach, Dawny Żelechów

HISTORIA FOTOGRAFIĄ PISANA

120 lat Orkiestry

Dawny Powiat Garwolin i okolice

W bieżącym roku Orkiestra OSP Żelechów obchodzić będzie 120-lecie istnienia. Powstała przy żelechowskiej Straży Ogniowej w 1906 r. Na prezentowanym zdjęciu członkowie Orkiestry Dętej Straży Ogniowej Ochotniczej w Żelechowie. Fotografia wykonana została przed 1921 r. W środkowym rzędzie pierwszy od lewej siedzi Michał Szelążek, czwarty to Antoni Gronkiewicz - pierwszy kapelmistrz orkiestry, siódmy to Leonard Szelążek. Na dole z prawej strony siedzi Michał Gronkiewicz - późniejszy kapelmistrz. Fotografia pochodzi ze zbiorów Alicji Wróbel z d. Szelążek i Wojciecha Wróbla. **Dawny Powiat Garwolin i okolice**

HISTORIA FOTOGRAFIĄ PISANA

Był żywą historią Garwolina

Dawny Powiat Garwolin i okolice

18 stycznia przypadła rocznica śmierci człowieka, który był żywą historią Garwolina. 18 stycznia 2020 roku zmarł Józef Siarkiewicz. Znamy go jako wieloletniego nauczyciela fizyki i człowieka związanego ze szkołą „Jedynką", ale jako pasjonaci historii zawdzięczamy mu coś jeszcze - jego wspomnienia. W swojej książce i opowieściach utrwalił obraz miasta, którego już nie ma: Garwolina przedwojennego, czasów okupacji i trudnych lat powojennych. Dzięki niemu pamięć o dawnych mieszkańcach i ich historiach przetrwała. Cześć Jego pamięci! Na zdjęciu Józef Siarkiewicz pierwszy z prawej, Józef Grędzik (też nauczyciel) drugi z lewej, pozostali NN. Warszawa 1954 r. Archiwum Józefa Siarkiewicza/Garwolin.org. **Dawny Powiat Garwolin i okolice**

eprasa.pl 99fa34175c

Twój Głos nr 3(1144) | 20 stycznia 2026 | www.twojglos.pl

NasTroje w Literaturze

Dlaczego „więcej” nas nie nasyca?

Edyta Pasik

Żyjemy w kulturze przesytu, która nie tylko stresuje nas i przytłacza, ale też w dużym stopniu zniewala i przesłania nam nasze prawdziwe potrzebny i najważniejszy sens naszej egzystencji - przekonuje już na samym początku swojej książki Emily Rand-Przykaza. Jesteśmy bowiem jak ptaki, które krępuje każdy niepotrzebny ciężar czy nawet cienka nitka, przywiązując je do ziemi i nie pozwalając wzlecieć w przestworza. Paradoksalnie wręcz „każdy naddatek potrafi być supełkiem, który blokuje szczęście i zabiera mały kawałek wolności”!

Jako alternatywę albo nawet antidotum na ten wszechobecny przesyt proponuje Autorka ideę „wystarczalizmu”, którego filozofię wypracowała podczas dziesięciu lat prowadzenia bloga „Uwalniam od nadmiaru”. Dzieliła się w nim swoją drogą od przesytu do umiaru i prostoty we wszystkich sferach życia. A ponieważ spotkała się z ogromnym zainteresowaniem czytelników, tak jak Ona zmęczonych nadmiarem, postanowiła zebrać swoje doświadczenia w książce „Wystarczalizm. Jak uporządkować mieszkanie, głowę i ducha”. Jej lektura według intencji Autorki ma być „małą, podręczną motywacją do zmian, kiedy czujemy, że wszystkiego jest już za dużo”.

Co znaczy „wystarczalizm”?

Konsumpcjonizm, w którym żyjemy, sprawia, że sami nie umiemy już stawiać sobie granic i gromadzimy setki albo nawet tysiące niepotrzebnych rzeczy. Zapominamy przy tym o starej jak świat prawdzie, że „co za dużo, to nie zdrowo”, a oddajemy hołd tej bardziej obecnie popularnej, która brzmi „od przybytku głowa nie boli”. Autorka tłumaczy, że w „wystarczalizmie” nie chodzi o to, żeby wpaść w kolejną skrajność i żyć w zupełnej ascezie, wszystkiego sobie odmawiając, ale o to, by spotkać się z naszymi prawdziwymi potrzebami i wiedzieć, gdzie jest to nasze „wystarczy”. To właśnie będzie ten umiar, który każdy zdefiniuje inaczej, kierując się swoją miarą.

Czy chodzi tylko o rzeczy?

Już we wstępie do książki Emily Rand-Przykaza mocno podkreśla, że w filozofii „wystarczalizmu” celem nie jest tylko i wyłącznie ograniczenie przedmiotów zalegających w naszych szafach i na półkach, ale zmiana myślenia, przekonań i nawyków. Prawda jest taka, że to przede wszystkim nasza skrępowana dusza i zniewolony umysł sprawiają, że nie umiemy pozbywać się niechcianych rzeczy i nie pamiętamy o umiarze w jedzeniu, korzystaniu z cyfrowej technologii, wypowiadanych słowach i praktykach duchowych. Przesyt dotyka praktycznie każdej sfery naszego życia. Dlatego, żeby cokolwiek zmienić i zacząć porządkować przestrzeń, w której funkcjonujemy, trzeba zacząć od… głowy!

Umiar zaczyna się na zakupach

Mocno poruszyły mnie rozważania, w których przygląda się Autorka mechanizmom, jakim ulegamy pod wpływem przemyślanych i cynicznych strategii marketingowych. Zadaje przy tym trafne pytania, które każą nam przyjrzeć się naszym relacjom z rzeczami i konieczności wzięcia za nie odpowiedzialności. Pomaga odnaleźć źródło nadmiaru rzeczy, które, ulegając impulsom, gromadzimy, a których później nie używamy. Mocno podkreśla, że ilość rzeczy i ich zorganizowanie może mieć realny wpływ na ogólną atmosferę panującą w domu i nasze samopoczucie np. podwyższony poziom kortyzolu we krwi. Co ważne i realnie przydatne, Emily Rand-Przykaza podpowiada, jak zagraconą przestrzeń oczyścić i jak bez wyrzutów sumienia pozbywać się niechcianych rzeczy, do których jesteśmy nadmiernie i niepotrzebnie przywiązani.

> Kiedy zbyt wygodnie rozsiądziemy się na ziemi i damy się splątać ziemskim sprawom, może się okazać, że w pewnym momencie zabraknie nam sił, aby nasza dusza wzbiła się ponad to, co przyziemne
>
> **Emily Rand-Przykaza**

„Cyfrowa tkanka” naszego życia

Jednym z najważniejszych rozdziałów w książce wydaje mi się ten poświęcony zniewoleniu współczesnego człowieka przez narzędzia cyfrowe, które zawłaszczają niemal całą naszą codzienność. Jesteśmy przecież „wiecznie dostępni i zawsze powiadomieni”, co nie pozostaje obojętne dla funkcjonowania naszego mózgu i naszych relacji. Żeby więc uświadomić nam rangę tego zjawiska, Autorka odwołuje się do najnowszych badań psychologicznych i sama nie ukrywa swoich problemów związanych z próbami kontrolowania i ograniczania czasu spędzonego w sieci. Nie moralizuje, ale szczerze i z pokorą dzieli się ponoszonymi przez siebie porażkami w tej dziedzinie, proponując skuteczne i praktyczne sposoby na walkę z zabierającym nam niepostrzeżenie czas skrolowaniem czy nawet uzależnieniem od smartfona. Przekonuje nas przy tym, jak istotny jest umiar również w tej sferze życia.

Cisza wewnętrzna

W kolejnych rozdziałach Emily Rand-Przykaza z nie mniejszym wyczuciem i kompetencją obnaża nadmiar w słowach, myślach, problemach, a nawet w życiu duchowym, któremu na co dzień ulegamy. Z dużym taktem nawołuje do konieczności uporządkowania serca i umysłu i do nawiązania prawdziwego kontaktu ze sobą i z Bogiem. Jej idea „wystarczalizmu” ma bowiem wymiar duchowy, dlatego autorka często odwołuje się do Biblii i nauczania ojców pustyni. Podkreśla znaczenie ciszy, która może pomóc nam usłyszeć siebie i Boga.

Umiar to sztuka wyboru

Przyznam, że przestudiowałam tę książkę bardzo wnikliwie. Jej lektura zapaliła wiele czerwonych lampek w mojej głowie, zwróciła uwagę na konieczność uporządkowania relacji ze smartfonem i wyrzucenia niepotrzebnych, a zagracających przestrzeń, przedmiotów. Uświadomiła mi też, że umiar wiąże się ze smakowaniem życia, sztuką wyboru i zgodą na to, że wiele rzeczy mnie w życiu ominie… Bardzo doceniam empatię i delikatność Autorki, Jej rzeczowy i klarowny styl, a także uczciwość, która budziła moje zaufanie. Jestem wdzięczna, że Emily Rand-Przykaza podzieliła się własną intuicją i doświadczeniem, zachęcając do prostoty i życia w wolności od przywiązań. Jej świadectwo życia inspiruje i motywuje do zrobienia prawdziwych porządków w swoim życiu!

Emily Rand-Przykaza - absolwentka dziennikarstwa na Uniwersytecie Jagiellońskim. Ideą wystarczalizmu dzieli się na profilu „Uwalniam od nadmiaru”, który jest pierwszym polskim kontem o minimalizmie z nutką perspektywy chrześcijańskiej

eprasa.pl 99fa34175c

23-29 stycznia 2026

Treść programu i foto dzięki uprzejmości: Prasowej Agencji Telewizyjnej, Polsatu, TVP1, TVP2, TVN, TV4, TVN7, TV Puls, TV Trwam, TVP Kultura
INFORMUJEMY, ŻE REDAKCJA NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA ZMIANY W PROGRAMACH TV
Wydawca: Dodatek sp. z o.o., ul. Wiatrakowa 11/3, 85-115 Bydgoszcz, tel. 516-018-821, e-mail: iwona@magraf.pl. Redaktor naczelny: Sławomir Grzmiel
ISSN 1643-2460 • Skład komputerowy: Magraf sp.j.
NR 04

Piątek

20:00 TVP KULTURA

Kino Mistrzów: Ptasiek

Film fabularny, USA 1984

Ptasiek po ciężkich przeżyciach na wojnie cierpi na schizofrenię. Duchowo należy do innego świata, w którym jako ptak prowadzi normalne życie. Nikt, nawet przyjaciel z dzieciństwa, który jak on przeżył koszmar wojny, nie potrafi go zrozumieć. Akceptują się jednak nawzajem, a między nimi zawiązuje się silna męska przyjaźń, w której obaj są dla siebie nauczycielami. Obydwaj próbują znaleźć swoje miejsca w otaczającym ich świecie.

INNE DATY EMISJI: SOBOTA, 23:15

Sobota

11:50 TVP KULTURA

Mój przyjaciel Hachiko

Dramat, USA, Wielka Brytania, 2009

Oparty na historii z życia wziętej film o wielkim przywiązaniu i miłości, łączących psa i jego pana. Opowieść snuje Ronnie, wnuk właściciela uroczego pupila o imieniu Hachiko. To właśnie historię psa dziadka wybrał chłopiec do prezentacji w szkole na temat „Mój bohater".
Profesor Parker Wilson znajduje na stacji kolejowej zagubionego szczeniaka, który odbył podróż z Japonii do USA i uciekł z transportu w pobliżu Providence. To tu mieszka profesor, który zabiera szczeniaka na noc do domu, by następnego dnia znaleźć jego właściciela.

INNE DATY EMISJI: PONIEDZIAŁEK, 13:35

Niedziela

01:20 TVN 7

Na rauszu

Dramat, komedia, Dania, Szwecja, Holandia, 2020

Martin to nauczyciel historii, mąż i ojciec dwojga dzieci, a przede wszystkim mężczyzna na skraju załamania nerwowego. Lekarstwem na kryzys wieku średniego, wypalenie zawodowe i problemy w związku staje się dla niego alkohol. Bierze udział w kumpelskim eksperymencie - czterej nauczyciele sprawdzają na sobie teorię, że człowiek jakoby urodził się z niedostatkiem alkoholu w organizmie, który stale trzeba uzupełniać. I tak oto klasyczny dramat płynnie przechodzi w komedię, która zatacza się nieuchronnie w stronę tragicznego kaca.

INNE DATY EMISJI: PONIEDZIAŁEK, 00:15
ŚRODA, 20:00

Poniedziałek

20:30 TVP 1

Dzień listopadowy

Teatr Telewizji, 2025

Kameralny dramat psychologiczny, trudne relacje, nastrój i konflikty pomiędzy czterema postaciami dramatu, które nie straciły na aktualności. Przyzwyczajonego do samotności, żyjącego na odludziu mężczyznę niespodziewanie odwiedza matka. Mężczyzna ma do niej żal, że całe życie poświęciła swojej karierze. Nadarza się więc okazja, aby doszło do szczerej rozmowy. Ona jednak jest skupiona na sobie. To będzie opowieść o ludziach, którzy chcieliby być kochanymi, jednak sami są egoistami i nie potrafią kochać. Przejmujące studium samotności.

Wtorek

20:15 TVP KULTURA

Punkty tkliwe

Teatr Telewizji, 2025

Głęboko poruszający dramat o ciele, granicach intymności, trosce i przemocy, które nierozerwalnie współistnieją w codziennych relacjach. Opowiada o tęsknocie za dotykiem i jego potencjalnie destrukcyjnej sile, o obecności czułości i jej braku, a także o samotności wypełnianej przez głęboką potrzebę bliskości z drugim człowiekiem.

Środa

15:00 TVP KULTURA

Potop, część 2

Historyczny, kostiumowy, Polska, 1974

Po dojściu do zdrowia chorąży orszański Andrzej Kmicic udaje się z Soroką i Kiemliczami do Częstochowy. Broni klasztoru przed Szwedami, wysadza groźną kolubrynę. Dostaje się do niewoli, z której ucieka na Śląsk, do Jana Kazimierza. Omal nie ginie, własnym ciałem zasłaniając króla w bitwie w wąwozie. W bitwie pod Prostkami toczy pojedynek z księciem Bogusławem i bierze go do niewoli. Postrzelony w następnej bitwie chce umrzeć w rodzinnych stronach. Jednak widok dawnej narzeczonej dodaje mu sił.

INNE DATY EMISJI: CZĘŚĆ 2, CZWARTEK, 9:40
CZĘŚĆ 1: WTOREK, 14:35, ŚRODA, 9:40

Czwartek

20:00 TVN 7

W starym dobrym stylu

Komedia, USA, 2017

Trzej kumple Willie (Morgan Freeman), Joe (Michael Caine) i Al (Alan Arkin) łączą siły i postanawiają obrabować bank po tym, jak dowiadują się, że ich fundusz emerytalny został zlikwidowany.

PIĄTEK • 23 stycznia

TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze - serial
06:15 Akacjowa 38 - serial, 2017
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Agape Blisko Ciebie - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:20 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
09:00 Ranczo - serial obycz. 2012
10:00 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial krym.
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 Świat tętniący życiem - dok., Szwajc., Franc., 2024
14:00 Wichrowe wzgórze - serial
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja

17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia?
18:10 Klan - telenowela TVP
18:45 Akacjowa 38 - serial, 2017
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Zaraz wracam - serial, 2025
21:10 Komisarz Alex - serial krym.
22:10 Sekielski wieczorową porą - talk-show
23:15 Strzępy - dram., Polska, 2022
01:05 Pianista - dram., Polska, Wlk. Bryt., Franc., 2002
03:40 Sekielski wieczorową porą - talk-show
04:40 Notacje - Małgorzata Braunek. Jaka ja jestem... - dokument

TVP 2

04:30 Na dobre i na złe - serial
05:25 M jak miłość - serial, 2022
06:15 Anna Dymna - spotkajmy się
06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:50 Operacja zdrowie - magazyn medyczny
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:00 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023
16:00 Koło fortuny - teleturniej

16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obyczajowy, Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
20:45 Postaw na milion - teleturniej
21:45 To jest grane - magazyn muzyczny
22:25 James Bond - Śmierć nadejdzie jutro - sens, USA, Wlk. Bryt., 2002. Superagent 007 wpada w kolejne tarapaty.
00:50 Usłane różami - fab., Francja, 2020. Bohaterce zaczepiono poczucie piękna i miłość do kwiatów.
02:35 Akacjowa 38 - serial

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:35 Kartoteka - serial dokumentalno-kryminalny
14:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 Detektywi - program kryminalny. Młody chłopak próbuje okraść Macieja Dębosza. W trakcie ucieczki przewraca się i traci przytomność.
19:00 Fakty

19:27 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga! - program interwencyjny
20:00 Harry Potter i kamień filozoficzny - przygod., USA, Wlk. Bryt., 2001
23:20 Szogun - miniserial, Jap., USA
00:55 Kuba Wojewódzki - talk- show
02:05 Nieobecni 2 - serial, Polska
04:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA
05:10 Uwaga! - program interwencyjny
05:25 Nauka jazdy - reality show

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - poranny program informacyjno-rozrywkowy
11:30 Gliniarze - serial paradokumentalny
14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy
17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Disco Star - talent show

21:45 Więzień labiryntu - sens., USA, Kan., Wlk. Bryt., 2014. Chłopak budzi się w środku mrocznego labiryntu rządzonego przez tajemnicze siły. Razem z innymi uwięzionymi szuka sposobu ucieczki.
00:10 Strzelec wyborowy - sens., USA, 2021. Były snajper piechoty morskiej i weteran wojny wietnamskiej pomaga służbom, zgłaszając nielegalnych imigrantów.
02:30 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
03:45 Ewa gotuje - program kulinarny
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:15 Muzyczne poranki
06:55 Tamte lata, tamte dni - Maciej Wojtyszko - mag.
07:35 Bursztynowym szlakiem - dokument, Polska, 2016
08:20 Mieszczanie żywieccy - Grzegorz ojciec i Grzegorz syn - dok., 2021
09:00 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
10:05 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka - mag.
10:45 Ludwig van Beethoven - IX Symfonia d-moll op. 125 - koncert, Franc., 2015
12:10 Belmondo Wspaniały - dok., Franc., 2017
13:15 Kulturalni - magazyn
14:05 Dobre strony - Kasia Lins i Piotr Domalewski - rep.
14:25 Na kredyt - obycz., Polska, 2008
15:10 Spokój - film TVP, 1976
16:45 Bielsko-Biała. Polska Stolica Kultury

18:30 Informacje kulturalne
18:50 Karnawał w Salvador de Bahia -dok., Franc., 2015
20:00 Kino Mistrzów - Ptasiek - fab., USA, 1984 ●
22:10 Tygodnik Kulturalny
23:05 Scena muzyczna - Eklektik Selektah - koncert, 2021
23:40 Nauczyciel - fab., Franc., 2017
01:40 Noc krótkich filmów - To nie będzie film festiwalowy • Slow Light
02:15 Witajcie w krainie Lyncha - dok., Franc., 2024
03:20 Mody Polskie - Górny Śląsk - rep.
04:05 Ciemnego pokoju nie trzeba się bać - film krótkometrażowy, 2009
04:55 Teledyski

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial krym.
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny. Kolejna seria przygód niemieckich policjantów patrolujących autostradę.
10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy
11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy. Zrealizowana z rozmachem historia z życia dworu osmańskiego, w okresie panowania sułtana Sulejmana Wspaniałego.
13:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny. Nowe postaci i zaskakujące przedmioty, które pojawią się w lombardzie na Cichej. Jednym z nich będzie... noga, którą przyniesie znajomy Ziutka.

15:50 Ranczo - serial kom., Polska
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
20:00 Po własnych śladach - akcja, 2018
22:05 Długi pocałunek na dobranoc - akcja, USA, 1996. Świetne kino sensacyjne, ze sporą szczyptą doskonałego humoru!
00:35 Przyspieszenie - akcja, USA, 2019
02:10 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
03:10 Dyżur - serial medyczny
04:00 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dyżur - serial medyczny

TVN 7

05:10 Ten moment - program obycz.
05:45 Szkoła - program obyczajowy. Paulina Domańska z licealnej 1d upokarza przed całą klasą prymuskę, Wiktorię Sobiecką. Dziewczyna nie zamierza tego zostawiać i chce się zemścić.
08:40 Ukryta prawda
11:45 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:55 Detektywi - program kryminalny. Mężczyzna podejrzewa, że do śmierci matki doprowadziła jego siostra, która ma długi.
14:55 Zapukaj do moich drzwi - telenowela
16:00 Sąd rodzinny - program sądowy
17:00 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny
18:00 Zagadki losu - program obycz.

19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Zostańmy przyjaciółmi - kom., USA, Kan., Niemcy, 2005
22:05 Fenomen - dokument, Polska, 2023. Jurek Owsiak zdradza w jaki sposób zrodził się pomysł powołania Orkiestry i jak wyglądały jej początki.
00:05 Kolory miłości - melodramat, Kan., 2021
02:00 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabójcą
03:00 SOS Ekipy w akcji - program policyjny
04:00 Usterka - program poradnikowy
04:40 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradokumentalny **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **14:55** Ktoś tu kłamie? **15:55** Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show **18:00** Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny **20:00** Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy **22:00** Most szpiegów - sensacyjny, USA, Niemcy, 2014
01:00 STOP Drogówka - serial policyjny **02:00** Love Island. Wyspa miłości - reality show **03:05** Interwencja - magazyn reporterów **03:25** Lubię disco! - program muzyczny **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:35 Św. na każdy dzień **09:45** Jestem mamą **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:25** Głos Polski **11:35** Natura et Homo **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Głos serca **13:05** Don Hoppe **13:30** Msza św. **14:30** Drzwi do lasu **14:55** Słowo życia
15:00 Modlitwa do Bożego Miłosierdzia **15:20** Mocni w Wierze **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Natura Obiektywnie **16:40** Zniewolenie **16:55** Ulmowie. Świadectwo sprawiedliwych **17:30** Łączy Nas Historia **17:55** Poczet Wielkich Polaków
18:00 Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Westerplatte Młodych **19:00** Warto zauważyć... **19:30** Brat Franciszek **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Informacje dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Cierpliwa ufność **23:05** Przegląd Tygodnika „Niedziela"

eprasa.pl 99fa34175c

SOBOTA • 24 stycznia

TVP 1

05:00 Film dla kosmitów - fab., Polska, 2022
06:20 Balans bieli - magazyn
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:40 Rok w ogrodzie
08:05 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
08:20 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych
08:55 Ranczo - serial obycz. TVP, 2012
09:55 Komisarz Alex - serial krym.
10:55 Ojciec Mateusz - serial krym.
11:50 Gwiazdy w południe - Kowboj - western, USA, 1958
13:55 Życie na biegunach - dok., Australia, 2022
15:05 Tajemnice kultowych seriali - dok., 2025
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress

17:20 Pogoda
17:35 Żona dla Polaka - reality show
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia
20:05 Sport
20:15 Pogoda
20:25 Krew z krwi - serial, 2024
21:25 Hit na sobotę - Idź pod prąd - biograficzny, muzyczny, Polska, 2024
23:20 Siedem sióstr - thriller, SF, Belgia, Wlk. Bryt., Franc., USA, 2017
01:30 Strzępy - dram., Polska, 2022
03:20 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
04:15 Siedem dni na Marsie - dok., Wlk. Bryt., 2021

TVP 2

04:40 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
06:25 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial, 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:30 Górna półka smaku - cykl kulinarno-detektywistyczny
12:05 Postaw na milion - teleturniej
13:05 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2025 - widowisko muzyczne
16:20 Na dobre i na złe - serial
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024

18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Słowo na niedzielę
19:00 Informacje kulturalne
19:25 Rodzinka.pl - serial kom.
20:00 The Voice Senior - Przesłuchania w ciemno - widowisko muzyczne
22:35 Trener bardzo osobisty - kom., USA, 2012
00:25 Morderstwa na Cote Bleue - film kryminalny, Franc., 2024
02:10 Chłopiec w pasiastej piżamie - dram. wojenny, USA, 2008. Akcja została osadzona w realiach II wojny światowej. Reżyser roztacza kawałek ówczesnej rzeczywistości widziany oczami dziecka, syna hitlerowskiego oficera.
03:55 Akacjowa 38 - serial

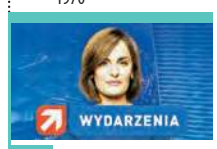
TVN

05:55 Uwaga! - program interwencyjny
06:10 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:10 Magda gotuje internet - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
11:30 Na Wspólnej Omnibus - serial obycz., Polska
13:00 Anatomia piękna - program rozrywkowy
14:05 Listy do M. IV - kom., Polska, 2020
16:40 Listy do M. V - kom., Polska, 2022
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:45 Uwaga! - program interwencyjny

20:00 Harry Potter i komnata tajemnic - przygod., USA, Wlk. Bryt., 2002
23:30 Szogun - miniserial, Jap., USA
01:25 Tożsamość - sens., USA, Kan., Niemcy, Franc., Jap., Wlk. Bryt., 2011. Doktor Martin Harris budzi się po wypadku w Berlinie i odkrywa, że żona go nie rozpoznaje, a jego tożsamość przyjął inny mężczyzna.
03:45 Szpital św. Anny - program obycz. Kaja przyjmuje na kardiologię chłopaka z problemami z sercem.
04:50 Uwaga! - program interw.
05:05 Ej, Stara! - program poradnikowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - poranny program informacyjno-rozrywkowy
11:00 Darek Stolarz - remont w 3 dni
12:20 Gru, Dru i Minionki - anim., USA, 2017. Trzecia odsłona przebojowej serii, która urzeka publiczność w każdym wieku i kulturze. Minionki, czyli super fajni, tajni agenci ponownie ruszają do akcji!
14:05 Niesamowity Spider-Man 2 - sens., USA, 2014. Kolejna przebojowa odsłona przygód Człowieka-Pająka, jednego z najpopularniejszych bohaterów komiksowych na świecie.
17:10 Jak rozpętałem II wojnę światową cz. 3 - Wśród swoich - kom., Polska, 1970



18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Prezydenci i Premierzy - rozmowy Jarosława Gugały
19:30 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Sopocki Hit Kabaretowy - Słaba Płeć - program rozrywkowy, Polska, 2020. Najlepsze skecze „Sopockich Nocy Kabaretowych".
22:55 Baby Driver - sens., Wlk. Bryt., USA, 2017.
01:30 Anioły i demony - sens., USA, 2009. Kontynuacja „Kodu Da Vinci" z gwiazdorską obsadą.
04:25 Kabaretowa Ekstraklasa
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Rififi po sześćdziesiątce - kom., Polska, 1989
07:35 Kolekcja - Gruppa - felieton
08:00 Ludwig van Beethoven - IX Symfonia d-moll op. 125 - koncert, Franc., 2015
09:25 Informacje kulturalne
09:55 Od ucha do ucha - Siostra • Parasolki
10:30 Van Gogh. - Prawdziwa historia. Narodziny holenderskiego mistrza - serial dok., Wlk. Bryt., 2024
11:50 Mój przyjaciel Hachiko - dramat, USA, Wlk. Bryt., 2009 ●
13:35 Dama Kameliowa - melodramat, Polska, 1994
15:30 Sposoby widzenia - reportaż
16:05 Dokument tygodnia - Christopher Reeve - wieczny Superman - dok., Franc., 2024

17:20 Tamte lata, tamte dni - Feliks Falk - magazyn
18:00 Retro kino - Gorączka złota - fab., USA, 1925
19:25 20×20 lat TVP Kultura - Boris Kudlicka, Mariusz Treliński
20:00 Reguła milczenia - dram., USA, 2012
22:10 To jest mój sen - Edyta Bartosiewicz - koncert
23:15 Kino Mistrzów - Ptasiek - fab., USA, 1984 ●
01:25 Tamte lata, tamte dni - Mariusz Szczygieł - magazyn
02:05 Drzazgi - obycz., Polska, 2008
04:10 20×20 lat TVP Kultura - Boris Kudlicka, Mariusz Treliński
04:45 Teledyski

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
09:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.
10:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny. Tomek Gąska to dziennikarz śledczy lokalnej rozgłośni radiowej. Po ujawnieniu informacji o lokalnej firmie, która zatruwa rzekę odpadami poprodukcyjnymi zostaje zdegradowany.
20:00 Gorące krzesło - akcja, USA, 2022. Haker Orlando Friar jest przywiązany do krzesła z tykającą bombą. Przez jeden telefon jest zmuszony do współpracy z zamachowcem.

22:05 Bodyguard zawodowiec - akcja, USA, 2017. Michael Bryce uznawany jest za najlepszego ochroniarza na świecie. Tym razem musi przetransportować byłego płatnego zabójcę, który chce zeznawać przed Międzynarodowym Trybunałem Sprawiedliwości.
00:20 Amerykański Sicario - akcja, 2021
02:25 Dyżur - serial medyczny
03:05 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.
04:00 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dyżur - serial medyczny

TVN 7

05:00 Szkoła - program obycz.
05:55 Wiza na miłość - serial paradokumentalny
06:50 Batwheels - animacja
07:05 Narodziny - obycz., USA, 2006
09:05 Ukryta prawda - program obyczajowy
13:10 Detektywi - program kryminalny
14:10 Pogromcy Chaosu - program poradnikowy
15:15 Mój biegun - obycz., Polska, 2013. Prawdziwa historia Jaśka Meli, najmłodszego w historii zdobywcy dwóch biegunów, a zarazem pierwszej niepełnosprawnej osoby, która dokonała takiego wyczynu.
17:05 Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a - przygodowy, USA, Wlk. Bryt., 2022

20:00 Matrix: Zmartwychwstania - SF, USA, Australia, 2021. Znowu wracamy do świata dwóch rzeczywistości. Pierwsza stanowi zwykłe życie na Ziemi. Druga jest ukryta za codziennością.
23:05 Ocean strachu II - sens., Niemcy, 2006
01:10 Śmiertelna głębia - sens., USA, Wlk. Bryt., RPA, Niemcy, Franc., 2012. Kate jest ekspertem od rekinów. Dostaje propozycję nurkowania wśród drapieżników.
03:35 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabójcą
04:30 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show **07:00** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki **09:05** Jesteśmy dla Dzieci **09:30** Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy
10:00 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki **13:00** Gruby i chudszy - komedia, USA, 1996 **15:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny
00:00 Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy **02:05** STOP Drogówka - serial policyjny **03:15** Interwencja - magazyn reporterów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:00 Telewizyjny Uniwersytet Biblijny **10:00** Inf. dnia **10:15** Sympozjum „Oblicza edukacji" **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Warto zauważyć... **12:50** Natura Obiektywnie **13:20** Ocalić od zapomnienia **13:30** Msza św. **14:30** Przegląd Tyg. „Niedziela" **14:35** Słowo życia
14:40 Św. na każdy dzień **14:45** Jak wygrać małżeństwo? **15:00** Dzielna niewiasta **15:15** Mateczniki Polskości **15:30** Wierzę w Boga **16:00** Inf. dnia **16:10** Historia PL **17:00** Dom w serce wpisany **17:30** Przełamując bariery **17:55** Poczet Wielkich Polaków
18:00 Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Moja Katolicka Rodzina **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Informacje dnia

NIEDZIELA • 25 stycznia

TVP 1

05:25 Sprawa dla reportera
06:20 Słownik polsko@polski - talk-show prof. J. Miodka
06:55 Słowo na niedzielę
07:00 Transmisja Mszy Świętej
08:00 Tydzień
08:45 Zmiennicy - serial, 1986
09:50 Ojciec Mateusz - serial
10:50 Komisarz Alex - serial krym.
11:40 Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański, Watykan
12:15 Między ziemią a niebem
12:45 Pielgrzymi Nadziei - Maria Szczygielska - rep.
13:00 Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy
13:10 BBC w Jedynce - Serengeti - dok., Wlk. Bryt., 2023
14:05 Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy
14:20 Dom - serial, 1980

15:50 Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress; Pogoda
17:35 U Pana Boga w Królowym Moście
18:25 WOŚP
18:40 Jaka to melodia?
19:30 Program inform. 19.30
20:10 Sport; Pogoda
20:25 U Pana Boga w Królowym Moście - serial
21:15 WOŚP
21:25 Żona dla Polaka - reality show
22:25 Zakochani w Rzymie - kom. romant., USA, Włochy, 2012
00:25 Idź pod prąd - biograficzny, muzyczny, Polska, 2024
02:10 Sprawdzamy - magazyn
02:35 Kowboj - western, USA, 1958
04:20 Jaka to melodia?

TVP 2

05:10 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
06:25 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial, 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka - magazyn
11:30 Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy
11:35 The Voice Senior - Przesłuchania w ciemno - widowisko muzyczne
13:50 Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:05 WOŚP
15:15 Szansa na sukces. Opole 2025 - widowisko muz.
16:15 Tak to leciało - teleturniej muzyczny

17:15 Hrabia Monte Christo - serial kostiumowy, Włochy, Franc., 2024
18:15 Pan Mama - serial komediowy, 2025
18:45 WOŚP
19:00 James Bond - Śmierć nadejdzie jutro, USA, Wlk. Bryt., 2002
21:25 Czarny motyl - fab., USA, 2017
23:05 Podsumowanie 34. Finału WOŚP
23:25 Organek pod prąd na dobry wieczór - widowisko muzyczne
00:35 Krucjata - Prawo serii - serial krym., Polska, 2020
01:35 Trener bardzo osobisty - kom., USA, 2012
03:30 Rodzinka.pl - serial komediowy

TVN

05:35 Uwaga! - program interw.
05:50 Ukryta prawda
06:40 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN
11:30 Magda gotuje internet - program kulinarno-rozrywkowy
12:05 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
12:25 Co za tydzień - program rozrywkowy
13:05 Będzie pięknie - program poradnikowy
14:05 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
14:30 Akademia policyjna III: Ponowne szkolenie - kom., USA, 1986
16:15 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
16:40 Dzieciak rządzi - kom., USA, 2017

18:45 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:45 34. Finał WOŚP
20:05 Randka w ciemno - kom. romant., Polska, 2010
22:00 34. Finał WOŚP
23:25 Tata - obycz., Ukraina, Polska, 2022
01:50 Kuba Wojewódzki - talk -show
03:00 MasterChef - program kulinarno-rozrywkowy
04:25 Uwaga! - program interwencyjny
04:40 Ej, Stara! - program poradnikowy
05:05 Nauka jazdy - reality show

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - poranny program informacyjno-rozrywkowy
11:25 Ron Usterka - anim., USA, Wlk. Bryt., 2021. Historia nieśmiałego ucznia szkoły średniej i jego chodzącego, gadającego, połączonego cyfrowo urządzenia, które ma być jego „najlepszym przyjacielem od razu po wyjęciu z pudełka".
13:40 Park jurajski - obycz., USA, 1993. Milioner zakłada park rozrywki, w którym umieszcza dinozaury.
16:25 Więzień labiryntu - sens., USA, Kan., Wlk. Bryt., 2014
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Państwo w Państwie - program interwencyjny

19:55 Czarna pantera - sens., USA, 2018. Widowisko science-fiction na podstawie serii komiksów o superbohaterze o tym samym imieniu.
22:55 Spadaj tato - kom., USA, 2012
01:15 Dwóch gniewnych ludzi - kom., USA, 2003. Niezwykle spokojny biznesmen w wyniku nieszczęśliwego splotu wypadków zostaje uznany za agresywnego psychopatę.
03:40 Świat według Kiepskich - serial komediowy
04:15 Kabaretowa Ekstraklasa
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:00 Jana Tadeusza Stanisławskiego recital - widowisko, 1973
06:50 Rozmowy (nie)wygodne - Anna Seniuk
07:45 Czarne czy białe - anim., Polska, 1967
08:00 Liturgia prawosławna w Boratyńcu Ruskim
09:00 Niepojęte - Dietrich Bonhoeffer i chrześcijaństwo ateistyczne - felieton
09:15 Wątki - dok., Polska, 2025
09:55 Dokument tygodnia - Christopher Reeve - wieczny Superman - dokument, Franc., 2024
11:10 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
12:15 Dobre strony - Andrzej Stasiuk i Serhij Żadan - rep.
12:30 Niebywała kariera Taylor Swift - dok., Wlk. Bryt., 2024
13:25 Retro kino - Gorączka złota - fab., USA, 1925

14:45 Kolekcja - Gruppa - felieton
15:10 Wczoraj, dziś, jutro - kom., Włochy, 1963
17:15 Niedziela z... Juliuszem Machulskim
18:15 Ostatnia akcja - kom. sens., Polska
20:00 Pani Bovary - fab., Franc., 1991
22:30 Kulturalni - magazyn
23:25 Zakład karny - o stówę - spektakl teatralny, 2017
00:35 Noc krótkich filmów - Funeralia • Ludwik I. Barani król
01:15 Kino nocne - Dekalog - Pięć - film TVP, 1988
02:30 To jest mój sen - Edyta Bartosiewicz - koncert
03:35 Niedziela z... Juliuszem Machulskim
04:30 Teledyski

TV Puls

06:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd oraz naukowe ciekawostki. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.
07:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
08:45 Ranczo - serial kom., Polska
13:40 Krokodyl Dundee II - przygod., Australia, USA, 1988
16:15 Przypadkowy mąż - kom., USA, Wlk. Bryt., 2008. Emma radzi fance Sofii, żeby odwołała ślub. Mężczyzna postanawia się zemścić na prezenterce.
17:50 Na pewno, być może - kom., USA, 2008.

20:00 Ostatni ślad - akcja, USA, 2022. Zaskakujący thriller z Gerardem Butlerem w roli głównej!
22:05 Porwanie - akcja, USA, 2011. Taylor Lautner i Lily Collins odkryją, że nie wszystko jest takie, na jakie wygląda.
00:10 Jak dogryźć mafii - akcja, USA, 2017
02:05 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.
02:55 Menu na miarę - program kulinarny
04:00 Dyżur - serial medyczny
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

04:55 Szkoła - program obycz. Trzej gimnazjaliści, lanser, kujon i rozrabiaka, którzy się nie lubią, zaprzyjaźniają się ze sobą.
05:50 Wiza na miłość - serial paradokumentalny
06:55 Batwheels - animacja
07:10 Anatomia piękna - program rozrywkowy
08:10 Duma: Podróż do domu - przygod., USA, 2005. Umiejscowiony w egzotycznej części Południowej Afryki, film opowiada o sile przyjaźni pomiędzy gepardem Duma i chłopcem o imieniu Xan.
10:15 Ukryta prawda - Mechanik samochodowy znajduje walizkę pełną pieniędzy.
13:20 Detektywi - program kryminalny. Prokuratorka zajmująca się sprawą mafii odkrywa, że ktoś ją śledzi.

15:20 Gremliny II - SF, USA, 1990.
17:35 Zimowa opowieść - melodramat, USA, 2014
20:00 Player One - przygodowy, SF, USA, Indie, 2018. Steven Spielberg zaprasza do świata, gdzie ludzie wolą przeżywać przygody w wirtualnej rzeczywistości, niż zmagać się z realnym życiem.
22:55 Przychodzi facet do lekarza - film, Francja, Belgia, 2014
01:20 Na rauszu - obycz., Dania, Szwecja, Holandia, 2020 ●
03:45 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabójcą
04:45 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show **06:55** Polowanie na Hitlera **08:50** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki **10:50** Diamentowa afera - sens., USA, Niemcy, 1999
12:50 Gruby i chudszy 2: Rodzina Klumpów - komedia, USA, 2000 **15:00** Most szpiegów - sensacyjny, USA, Niemcy, 2014 **18:00** Uroczysko - serial kryminalny **20:00** Sprawiedliwi. Trójmiasto **00:05** STOP Drogówka - serial policyjny
01:05 Miłość i seks w Ameryce - dokument, Franc., 2019 **02:25** Nieznane zdjęcia Hitlera **03:25** Lubię disco! - program muzyczny **04:25** Top 10 - Lista Przebojów - program muzyczny **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:25 Przegląd Tyg. „Niedziela" **09:30** Msza św. **10:30** Stanisław Kulon - świadek Sybiru **11:00** Głos serca **11:45** Solidarność - narodziny Wolności **12:00** Anioł Pański z Ojcem Św. Leonem XIV **12:15** Papież Polak do Rodaków **12:40** Współpracownicy Prawdy
14:30 Polonia **15:00** Wieś to też Polska **16:00** Inf. dnia **16:10** Koncert życzeń **16:50** Mateczniki Polskości **17:00** Natura et Homo **17:30** Sól ziemi **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok.
19:25 Św. na każdy dzień **19:30** Moja Katolicka Rodzina **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Retrospekcja **21:45** Stan Bezp. Państwa **21:55** Św. na każdy dzień **22:00** Mocni Jego mocą **22:45** Jak wygrać małżeństwo? **23:00** Jak my to widzimy

eprasa.pl 99fa34175c

PONIEDZIAŁEK • 26 stycznia

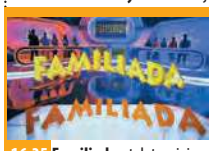
TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze - serial
06:10 Akacjowa 38 - serial, 2017
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Studio Raban - magazyn
08:00 Serwis Info
08:10 Pogoda Info
08:25 Zaraz wracam - serial, 2025
09:05 Ranczo - serial obycz., 2012
10:05 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial krym.
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 BBC w Jedynce - Serengeti - dok., Wlk. Bryt., 2023
14:00 Wichrowe wzgórze - serial obycz., Turcja, 2024
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda

17:30 Jaka to melodia? - telet.
18:10 Klan - telenowela TVP
18:45 Akacjowa 38 - serial, 2017
19:30 Program inform. 19.30;
19:55 Pytanie dnia
20:10 Sport; Pogoda
20:30 Dzień listopadowy - Teatr Telewizji, 2025 ●
21:35 Postscriptum - dyskusja
22:05 Buntownicy z Placu Powstańców - dok., 2025
23:10 Balans bieli - magazyn
23:55 Excentrycy czyli po słonecznej stronie ulicy - obycz., Polska, 2015
01:50 Wykrywacz kłamstw - magazyn
02:15 Siedem sióstr - fab., Belgia, Wlk. Bryt., Franc., USA, 2017
05:00 Notacje - Antoni Janusz Pastwa. Historie ukryte w rzeźbach - dokument

TVP 2

04:25 Na dobre i na złe - serial
05:25 M jak miłość - serial obyczajowy, 2022
06:15 Rodzina (nie od) święta - magazyn
06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:50 Dla niesłyszących - Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023
16:00 Koło fortuny - teleturniej



16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
20:40 Kulisy serialu „M jak miłość"
20:55 M jak miłość - serial, 2026
21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany
22:50 Słowa od serca
22:55 Davos wojna szpiegów - serial, Szwajc., Niemcy, 2023
23:50 Kafarnaum - dram., Liban, 2018
02:05 Instynkt - serial krym., Polska, 2011
03:00 Akacjowa 38 - serial

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:35 Kartoteka - serial dokumentalno-kryminalny
14:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interw.
20:10 Doradca smaku - program kulinarny

20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska. Brygida w szoku - Klusek ma sponsorkę?!
20:55 Niebezpieczny - sens., USA, 2021. Były więzień dąży do spokojnego przeżycia okresu zwolnienia warunkowego. Gdy jego rodzeństwo doznaje tragicznej śmierci, łamie zasady zwolnienia warunkowego.
23:05 Tenet - przygod., USA, Wlk. Bryt., Kan., 2020
02:10 Refugium - horror, USA, Bułg., 2023
04:05 Co za tydzień - program rozrywkowy
04:40 Uwaga! - program interw.
04:55 Nauka jazdy - reality show

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:30 Gliniarze - serial paradokumentalny
14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy
17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:45 Pogoda

19:55 Mega hit - Drapacz chmur - sens., USA, 2018. weteran wojenny i emerytowany dowódca oddziału ratunkowego FBI, ekspert do spraw bezpieczeństwa drapaczy chmur z misją w Hongkongu.
22:10 Pukając do drzwi - sens., USA, Jap., Chiny, 2023. Rodzina zostaje uwięziona przez uzbrojonych nieznajomych.
00:15 Korpus weteranów - sens., USA, Kan., 2006
02:45 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
03:55 Ewa gotuje - program kulinarny
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:15 Muzyczne poranki
07:05 Tamte lata, tamte dni - Teresa Lipowska - magazyn
07:40 Podróże z historią - Na ratunek w górach - dok., Polska, 2016
08:25 Wydarzenie aktualne
09:00 Przygody psa Cywila - serial przygodowy
09:45 Spokój - film TVP, 1976
11:20 Van Gogh. - Prawdziwa historia. Narodziny holenderskiego mistrza - serial dok., Wlk. Bryt., 2024
12:20 Od ucha do ucha - Siostra • Parasolki,
12:55 Tamte lata, tamte dni - Feliks Falk - magazyn
13:35 Mój przyjaciel Hachiko - obycz., USA, Wlk. Bryt., 2009 ●
15:20 Cwał - komediodramat, Polska, 1995

17:15 Przygody psa Cywila - serial przygodowy
18:00 Tygodnik Kulturalny - magazyn
18:55 Oni wszyscy byli w Montreux - serial dokumentalny, Wlk. Bryt., Polska, 2023
20:00 Poniedziałek z Bondem - Goldeneye - sens., USA, Wlk. Bryt., 1995
22:20 Pani Bovary - fab., Franc., 1991
00:50 Sen Sultany - anim., Hiszp., 2023
02:30 Porozmawiajmy szczerze - Michał Czernecki
03:10 Kino nocne - Reguła milczenia - dram., USA, 2012
05:25 Teledyski

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial krym. Nash próbuje nie dopuścić do egzekucji niewinnego mężczyzny. Czy detektywowi uda się odnaleźć prawdziwego zabójcę?
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy. Mili i Ivo przeżywają najszczęśliwsze chwile w swoim życiu. Ivo spotyka się z Gustavo, by potwierdzić finansową sytuację swojej rodziny.
11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
13:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
15:50 Ranczo - serial kom., Polska
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny

20:00 Cobra - akcja, USA, 1986
21:55 Po własnych śladach - akcja, 2018. Brawurowy skok na bank wstrząsnął całym miastem i szybko stał się jego najgłośniejszym przestępstwem.
23:50 Operacja: Zemsta - akcja, Wlk. Bryt., 2018
01:30 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
02:30 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:25 Menu na miarę - program kulinarny
04:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:10 Ten moment - program obycz. Każdy to zna, każdemu się przytrafia - nikt jednak nie wie, kiedy się wydarzy: ten decydujący moment, który może zmienić całe życie.
05:45 Szkoła - program obyczajowy
08:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:45 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:55 Detektywi - program kryminalny. Bunt nastolatki. Matka 16-latki prosi detektywów o odnalezienie córki.
14:55 Zapukaj do moich drzwi - telenowela
16:00 Sąd rodzinny - program sądowy
17:00 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny
18:00 Zagadki losu - program obyczajowy

19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Ocean strachu II - sensacyjny, Niemcy, 2006. Szóstka znajomych z czasów szkolnych wypływa luksusowym jachtem daleko w głąb morza, aby tam uczcić urodziny jednego z przyjaciół.
22:00 Dar - sens., USA, Australia, Chiny, 2015
00:15 Na rauszu - obycz., Dania, Szwecja, Holandia, 2020 ●
02:45 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabójcą
03:45 SOS Ekipy w akcji - program policyjny
04:45 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **14:55** Ktoś tu kłamie? **15:55** Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show **18:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **21:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **22:00** Sprawiedliwi. Trójmiasto **23:00** Nikita - sensacyjny, Franc., Włochy, 1990 **01:30** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:40** Interwencja - magazyn reporterów **02:50** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:30 Moja Katolicka Rodzina **09:55** Św. na każdy dzień **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:20** Stan Bezp. Państwa **11:30** Warto być ojcem **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Opactwo Heiligenkreuz **13:10** Męczennik za prawdę - bł. ks. Antoni Rewera **13:30** Msza św. **14:30** Historia, której nie pamiętam **15:25** Centrum Ewangelizacji **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Sanktuaria polskie **16:30** Porady Medyczne Bonifratrów **17:00** Świadkowie **17:30** Moja parafia **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Poznajemy Polskę **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia

WTOREK • 27 stycznia

TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze- serial
06:10 Akacjowa 38 - serial, 2017
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Kościół z bliska
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:20 Zaraz wracam - serial, 2025
09:00 Ranczo - serial, 2012
10:00 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial krym.
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Magazyn Rolniczy
12:55 Natura w Jedynce - Świat tętniący życiem - dokument, 2024
14:00 Wichrowe wzgórze - serial
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny

18:10 Klan - telenowela TVP
18:45 Akacjowa 38 - serial kostiumowy, 2017
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Zaraz wracam - serial, 2025
21:10 Człowiek mafii - fab., USA, 2015
22:45 Polska Stolica Kultury, 2026 - Bielsko-Biała
23:30 Koko - komedia, Francja, 1963
01:10 Zakochani w Rzymie - kom. romant., USA, Włochy, 2012
03:10 Excentrycy czyli po słonecznej stronie ulicy - obycz., Polska, 2015

TVP 2

04:30 Na dobre i na złe - serial
05:30 M jak miłość - serial obyczajowy, 2022
06:20 Ku przyszłości - reportaż
06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:40 Słowa od serca
11:50 Rosół polski - kulinarny
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obyczajowy, Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fab.
15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, 2023
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - telet.

19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
20:40 Kulisy serialu „M jak miłość"
20:55 M jak miłość - serial, 2026
21:55 Na sygnale - serial
22:25 Magazyn Ekspresu Reporterów
23:30 Rozmowy kontrolowane - kom., Polska, 1991. Pierwsza komedia poświęcona stanowi wojennemu.
01:20 Czarny motyl - fab., USA, 2017. Miejsce akcji to położone w górach miasteczko w stanie Kolorado, gdzie dochodzi do serii tajemniczych zaginięć i zabójstw.
03:05 Mel Brooks, genialny komik - dok., Franc., 2017

TVN

TVN, wtorek, 2026-01-27
05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:35 Kartoteka - serial dokumentalno-kryminalny
14:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interw.

20:10 Doradca smaku - program kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
20:55 Mission: Impossible - Fallout - sens., USA, Chiny, Franc., Wlk. Bryt., Nor., 2018
00:00 Batman Forever - przygod., USA, 1995. Za dnia - milioner-filantrop, w nocy - Książe Ciemności, Batman staje w obronie pokrzywdzonych i nie ma sobie równych.
02:30 Kuba Wojewódzki - talk-show
03:40 Nastolatki rządzą... kasą
04:40 Uwaga! - program interwencyjny
04:55 Nauka jazdy - reality show

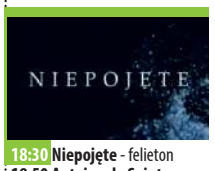
POLSAT

05:55 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - serial paradokumentalny
14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy
17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:45 Pogoda
20:00 Inferno - sens., USA, Węgry, 2016

22:30 Kolekcjoner kości - sens., USA, 1999. W nowojorskiej metropolii grasuje psychopata. Mogą go powstrzymać tylko błyskotliwy, lecz sparaliżowany detektyw policji i wykonująca jego polecenia policjantka.
01:05 Misjonarz - sens., USA, 2007. Współczesny kowboj, przybywa do małego miasteczka na pogrzeb swojego najlepszego przyjaciela, który był Indianinem.
03:10 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:20 Kabaretowa Ekstraklasa
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:15 Muzyczne poranki
07:00 Tamte lata, tamte dni - Alicja Majewska - mag.
07:35 Kulisy dawnych podróży - dokument, Polska, 2016
08:20 Szlakiem Kolberga - Radzimir Dębski - reportaż
09:00 Przygody psa Cywila - serial przygodowy
09:40 Cwał - komediodramat, Polska, 1995
11:35 Oni wszyscy byli w Montreux - serial dok., Wlk. Bryt., Polska, 2023
12:40 Mody Polskie - Górny Śląsk - reportaż
13:20 Wydarzenie aktualne
14:35 Potop - cz. 1, kostiumowy, Polska, 1974 ●
17:20 Przygody psa Cywila - serial przygodowy
18:05 20×20 lat TVP Kultura - Boris Kudlicka, Mariusz Treliński



18:30 Niepojęte - felieton
18:50 Antoine de Saint-Exupery. Ostatni romantyk -dokument, Franc., 2016
20:00 Wstęp do teatru
20:15 Punkty tkliwe - Teatr Telewizji, 2025 ●
21:45 Biały potok - komedio-dramat, Polska, 2021
23:20 Tamte lata, tamte dni - Alicja Majewska - magazyn
24:00 Klub Jazzowy - Aleksandra Kryńska Quintet - koncert, 2025
01:10 Ostatnie metro - dram., Franc., 1980
03:30 Awatar, czyli zamiana dusz - film TVP, 1964
04:40 Wspólny dom
05:15 Teledyski

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial krym.
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny. Zespół bada sprawę absolwentki liceum Jette, która utonęła w jeziorze. Semir i Vicky odkrywają tajemnice, które skrywała dziewczyna.
10:00 Zbuntowany anioł - serial
11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
13:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
15:50 Ranczo - serial kom., Polska
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 Operacja: Soulcatcher - akcja, 2023. Kieł służył w polskich jednostkach antyterrorystycznych, dziś pracuje jako najemnik dla prywatnej firmy wojskowej.

22:10 Bartkowiak - akcja, Polska, 2021. Młody profesjonalny zawodnik MMA Tomek zostaje zdyskwalifikowany po walce o mistrzostwo. Postanawia zniknąć i zmienić swoje dotychczasowe życie.
00:05 Nocny łowca - thriller, Kan., 2018
02:05 Dzielnica strachu - serial kryminalny. Na klatkę schodową wybiega kobieta z odciętym palcem.
03:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
04:00 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:10 Ten moment - program obycz.
05:45 Szkoła - program obycz. Urszula Wrońska z licealnej 2b niedawno została matką. Jest przemęczona i z trudem godzi nowe obowiązki ze szkołą.
08:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:45 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:55 Detektywi - program kryminalny. 43-latka z dnia na dzień zostaje porzucona przez męża. Kobieta jest załamana i nie może uwierzyć, że mąż rzeczywiście zostawił ją i dzieci.
14:55 Zapukaj do moich drzwi - telenowela
16:00 Sąd rodzinny - program sądowy
17:00 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny

18:00 Zagadki losu - program obycz. Nie wszystko jest takie, jakie się wydaje.
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy. 27-letnia Anita ma cukrzycę. Zapomina o zastrzyku insuliny.
20:00 Śmiertelna głębia - sens., USA, Wlk. Bryt., RPA, Niemcy, Franc., 2012
22:35 Matrix: Zmartwychwstania - SF, USA, Australia, 2021
01:30 Gremliny II - SF, USA, 1990
03:45 SOS Ekipy w akcji - program policyjny. Patrol dostaje wezwanie do restauracji, w której mężczyzna zostawił 5-letnią córkę.
04:45 Dorota was urządzi 3 - program lifestylowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **14:55** Ktoś tu kłamie? **15:55** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **21:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **22:00** Sprawiedliwi. Trójmiasto **23:05** Lęk wysokości - sens., Franc., 2008 **00:45** Love Island. Wyspa miłości - reality show **01:55** Hardkorowy lombard **02:25** Interwencja - magazyn reporterów **02:55** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:35 Św. na każdy dzień **09:40** Bogumiła czyli opowieść o Warszawskiej Syrenie **10:00** Inf. dnia **10:15** Jak my to widzimy **10:45** Zew natury **11:05** Mocni w Wierze **11:35** Słowo życia **11:40** Ma się rozumieć **11:50** Św. na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Zuzela - tu wszystko się zaczęło **13:00** Pędzelkiem z ogona wiewiórki pisane **13:30** Msza św. **14:30** Pierwszy zmysł **15:00** Muzeum Papiernictwa **15:50** Ma się rozumieć **16:00** 81. rocznica wyzwolenia KL Auschwitz II-Birkenau **17:30** Rajd Katyński **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia

eprasa.pl 99fa34175c

ŚRODA • 28 stycznia

TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze - serial
06:15 Akacjowa 38 - serial, 2017
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Rodzina (nie od) święta - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:20 Zaraz wracam - serial, 2025
09:00 Ranczo - serial obycz., 2012
10:00 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial krym.
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
12:55 Nieposkromione Wielkie Jeziora - dok., Kan., Austria, 2022
14:00 Wichrowe wzgórze - serial
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja

17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:10 Klan - telenowela TVP
18:45 Akacjowa 38 - serial, 2017
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia
20:10 Sport; Pogoda
20:25 Zaraz wracam - serial, 2025
20:55 Piłka Nożna: Liga Mistrzów
23:10 C.K. Dezerterzy - cz. II - komedia, Polska, Węgry 1985
00:25 Wykrywacz kłamstw - magazyn
00:50 Koko - kom., Franc., 1963
02:25 Oczy niebieskie - obycz., Polska, 1994
03:55 Magazyn Ekspresu Reporterów

TVP 2

04:50 Rodzinka.pl - serial kom.
05:25 M jak miłość - serial, 2022
06:15 Pożyteczni.pl - magazyn
06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:40 Słowa od serca
11:50 Gwiazdorska kuchnia Ani - magazyn kulinarny
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial
15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej

18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial obyczajowy, 2025
20:40 Przepis dnia
20:55 Na dobre i na złe - serial
21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany
22:50 Słowa od serca
22:55 Peaky Blinders - serial, Wlk. Bryt., 2019
24:00 Księgarnia w Paryżu - obycz., Franc., Włochy, 2021
01:45 Davos wojna szpiegów - serial, Szwajc., Niemcy, 2023
02:35 Jak zostać Japończykiem - dok., Fin., Jap., Franc., 2023
04:15 Akacjowa 38 - serial obyczajowy

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy. 30-letnia Martyna, popularna vlogerka, kończy pozorowany związek z innym influencerem.
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:35 Kartoteka - serial dokumentalno-kryminalny
14:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 Detektywi - program kryminalny

19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interwencyjny
20:10 Doradca smaku - program kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial
20:55 Nieobecni 2 - serial, Polska
23:00 Szukając sprawiedliwości - sens., USA, 1991
00:55 Szpital św. Anny - program obycz.
02:00 Anatomia piękna - program rozrywkowy
03:05 MasterChef - program kulinarno-rozrywkowy
04:35 Uwaga! - program interw.
04:50 Ej, Stara! - program poradnikowy

POLSAT

05:55 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - serial paradokumentalny
14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy
17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:20 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:40 Pogoda

19:55 Komediowa środa - Duże dzieci - kom., USA, 2010. Przyjaciele z dzieciństwa spotykają się po latach, by powspominać stare dobre czasy.
22:05 Witajcie w dżungli - sens., USA, 2003
00:20 Rok pierwszy - kom., USA, 2009. Wygnani z własnej wioski jaskiniowcy ruszają w pełną komicznych przygód podróż, w trakcie której spotkają kilka biblijnych postaci.
02:35 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
03:45 Ewa gotuje - program kulinarny
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:15 Muzyczne poranki
06:55 Tamte lata, tamte dni - Krystyna Tkacz - magazyn
07:35 Podróże z historią - Najdalsze zakątki dawnej Polski - dok., Polska, 2016
08:15 Mody Polskie - Górny Śląsk - rep.
09:00 Przygody psa Cywila - serial przygodowy
09:40 Potop - cz. 1, kostiumowy, Polska, 1974 ●
12:30 Antoine de Saint-Exupery. Ostatni romantyk - dokument, Franc., 2016
13:35 Kolekcja - Gruppa - felieton
13:55 Niedziela z... Juliuszem Machulskim
14:45 Niepojęte - Dietrich Bonhoeffer i chrześcijaństwo ateistyczne - felieton

15:00 Potop - cz. 2, kostiumowy, Polska, 1974 ●
17:30 Przygody psa Cywila - serial przygodowy
18:10 Którędy po sztukę - Nikita Kadan - Pogrom - magazyn
18:30 Informacje kulturalne
18:50 Reżyserzy - Joseph Mankiewicz - dok., Wlk. Bryt., 2018
20:00 Chrzciny - fab., Polska, 2021
21:40 Eklektik Selektah - koncert, 2021
22:25 Goldeneye - sens., USA, Wlk. Bryt., 1995
00:45 Biały potok - komedio-dramat, Polska, 2021
02:20 Sen Sultany - anim., Hiszp., 2023
04:00 Niepojęte - felieton
04:25 Informacje kulturalne
04:45 Teledyski

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial krym.
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy
11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
13:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
15:50 Ranczo - serial kom., Polska
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny. 25-letnia Alicja Kostrzewa po wyjściu z więzienia walczy o odzyskanie córeczki Tosi.
20:00 Sposób na świętego - akcja, Wlk. Bryt., Kan., USA, 2020. Mel Gibson w czarnej komedii o wyjątkowo nietypowym Świętym Mikołaju.

22:10 Gorące krzesło - akcja, USA, 2022
00:05 Na straży prawa - akcja, USA, 2020. Po zakończeniu kariery Strażnika Teksasu Jim zostaje zesłany do małego wymierającego miasteczka Silver Rock. Obejmuje tam posadę szeryfa. Aresztuje zakłócającego spokój motocyklistę, ale jeszcze nie wie, że to będzie początek jego problemów.
02:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
04:00 Dyżur - serial medyczny
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:10 Ten moment - program obycz.
05:45 Szkoła - program obycz. Nowa uczennica 3d ma skłonności do piromanii. Swój stres podczas pierwszego dnia w szkole próbuje uspokoić, podpalając kosz na śmieci.
08:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:45 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:55 Detektywi - program kryminalny. Po 18 latach wychodzi z więzienia kobieta skazana za zabójstwo.
14:55 Zapukaj do moich drzwi - telenowela
16:00 Sąd rodzinny - program sądowy
17:00 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny
18:00 Zagadki losu - program obyczajowy

19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Na rauszu - obycz., Dania, Szwecja, Holandia, 2020. Historia przyjaciół, zainspirowanych teorią, że mała dawka alkoholu pozwala lepiej funkcjonować. ●
22:35 Odnajdę cię - sens., Polska, 2018. Policjantka musi w ciągu 24 godzin odnaleźć córkę. Rozpoczyna wyścig z czasem.
00:15 Fenomen - film dokument, Polska, 2023
02:25 Pogromcy Chaosu - program poradnikowy
03:25 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabójcą
04:25 Dorota was urządzi 3 - program lifestylowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Trudne sprawy - obyczajowy **14:55** Ktoś tu kłamie? **15:55** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:00** Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny **20:00** Uroczysko - serial kryminalny **21:05** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **22:05** Sprawiedliwi. Trójmiasto **23:05** Underworld: Bunt Lykanów - sens., USA, N. Zel., 2009 **01:00** Love Island. Wyspa miłości **02:10** Hardkorowy Iombard **02:40** Interwencja - magazyn reporterów **02:55** Śmierć na 1000 sposobów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy

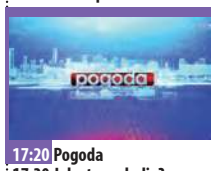
TV Trwam

09:30 Sanktuaria polskie **09:50** Św. na każdy dzień **10:00** Audiencja Generalna Ojca Św. Leona XIV z Watykanu **11:10** Mateczniki Polskości **11:25** Jestem mamą **11:40** Myśląc Historia **11:50** Odnaleźć siebie **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Jasnogórskie cuda i łaski **13:00** Misja Szczecin-Kipsing **13:30** Msza św. **14:30** Mały Katyń - Obóz NKWD w Trzebusce **15:00** Góra św. Michała **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Na zdrowie **16:30** Siostry na posterunku **17:00** Po stronie prawdy **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Historie animowane z Nowego Testamentu **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Informacje dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Przetrwaliśmy

CZWARTEK • 29 stycznia

TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze - serial
06:10 Akacjowa 38 - serial, 2017
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Dobre Historie - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:25 Zaraz wracam - serial, 2025
09:05 Ranczo - serial obycz., 2012
10:05 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 To się opłaca - magazyn
12:55 Natura w Jedynce - Nieposkromione Wielkie Jeziora - dok., Kan., Austria, 2022
14:00 Wichrowe wzgórze - serial obycz., Turcja, 2024
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress



17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:10 Klan - telenowela TVP
18:45 Akacjowa 38 - serial, 2017
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Zaraz wracam - serial, 2025
21:10 Ojciec Mateusz - serial krym.
22:10 Sprawa dla reportera
23:10 Zasada - dokument, Polska, 2022
00:25 Wykrywacz kłamstw
00:50 Człowiek mafii - fab., USA, 2015
02:35 C.K. Dezerterzy - cz. II - kom., Polska, Węgry 1985
03:55 Sprawa dla reportera

TVP 2

05:25 M jak miłość - serial, 2022
06:15 Operacja zdrowie - magazyn medyczny
06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:40 Słowa od serca
11:50 Podróż po jeden uśmiech - rep.
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024

18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - telet.
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
20:45 Tak to leciało - teleturniej
21:45 Szef roku - komedia, Hiszpania, 2021
23:55 Morderstwa w Montauban - film kryminalny, Francja, 2024. W Montauban odbywa się coroczna fiesta o kilkuwiekowej tradycji. Nastrój zakłóca tragiczna śmierć.
01:35 Lepsza połowa - serial, 2020
02:15 Kruk - Czorny Woron nie śpi - serial krym., Polska, 2021. Justyna manipuluje Rudym, podpuszcza go, by pozbył się Ruskiego.

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Kuchenne rewolucje - kulinarno-rozrywkowy
13:35 Kartoteka - serial dokumentalno-kryminalny
14:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Kuchenne rewolucje - kulinarno-rozrywkowy
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga!
20:10 Doradca smaku - program kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska

20:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
22:00 Razem czy osobno? - kom., USA, 2014. Po śmierci żony Oren Little staje się zgorzkniałym, zamkniętym w sobie człowiekiem. Pewnego dnia zmuszony jest przyjąć pod swój dach 9-letnią wnuczkę.
23:55 Mission: Impossible - Fallout - sens., USA, Chiny, Franc., Wlk. Bryt., Nor., 2018
02:55 Szpital św. Anny - program obycz.
04:00 Uwaga! - program interwencyjny
04:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA

POLSAT

05:55 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - serial paradokumentalny
14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy
17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:40 Pogoda

19:55 Mamma Mia: Here We Go Again - obycz., Wlk. Bryt., USA, Jap., 2018. Dziesięć lat po premierze hitu „Mamma Mia!", oryginalna obsada filmu powraca w kontynuacji tego musicalu.
22:25 Parkingowy - kom., USA, 2022
01:10 Plan lotu - sens., USA, 2005. Thriller psychologiczny z Jodie Foster w roli pogrążonej w żałobie kobiety, której kilkuletnia córka nagle znika podczas lotu z Niemiec do Ameryki.
03:25 Nasz Nowy Dom
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:15 Muzyczne poranki
07:05 Tamte lata, tamte dni - Jan Jakub Kolski - magazyn
07:45 Podróże z historią - Burzliwe dzieje Kresów - dok., Polska, 2016
08:25 Informacje kulturalne
09:00 Przygody psa Cywila - serial przygodowy
09:40 Potop - cz. 2, kostiumowy, Polska, 1974 ●
12:10 Reżyserzy - Joseph Mankiewicz - dok., Wlk. Bryt., 2018
13:05 Rozmowy (nie)wygodne - Anna Seniuk
14:00 Informacje kulturalne
14:25 Papusza - dram., Polska, 2013
16:45 Przygody psa Cywila - serial przygodowy
17:25 Mody Polskie - Wrocław - reportaż
18:00 Niepojęte - felieton

18:20 Portrety - Mów mi Kate - dokument, Wlk. Bryt., 2023
20:00 Na wschód od Hollywood - Anna i wilki - dram. obyczajowy, Hiszp., 1973
21:50 Więcej niż fikcja - Sean Penn, amerykański wichrzyciel - dok., Franc., 2024
22:55 Wariaci - fab., Polska, 2023
01:05 Informacje kulturalne
01:35 Tygodnik Kulturalny
02:30 Dobra Nocka - DUSS - koncert, 2018
03:30 Mody Polskie - Wrocław - reportaż
04:15 Panorama kina polskiego - Chrzciny - fab., Polska, 2021
05:35 Teledyski

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial krym. Nash i Caitlin podają się za parę żyjącą w wolnym związku. Chcą bowiem przeniknąć do gangu złodziei, którzy żerują na zamożnych amatorach przelotnej miłości.
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
10:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy. Marichuy w wieku 14 lat ucieka z sierocińca. Przygarnia ją pod swój dach opiekuńcza praczka Candeleria.
11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
13:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
15:50 Ranczo - serial kom., Polska

18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
20:00 Straszny film 3 - kom., USA, Kan., 2003
21:50 Porady na zdrady 2 - kom., Polska, 2022
23:45 Czy jest tu lekarz? - kom., Franc., 2019
01:30 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
02:30 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:30 Menu na miarę - program kulinarny
04:05 Taki jest świat - Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:10 Ten moment - program obycz.
05:45 Szkoła - program obycz.
08:40 Ukryta prawda - program obyczajowy. 28-letnia Kasia i 30-letni Darek cieszą się, że już wkrótce zostaną rodzicami, jednak po porodzie okazuje się, że ich synek Henryk ma zespół wad genetycznych w tym hemofilię.
11:45 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:55 Detektywi - program kryminalny
14:55 Zapukaj do moich drzwi - telenowela
16:00 Sąd rodzinny - program sądowy
17:00 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny
18:00 Zagadki losu - program obycz.
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 W starym dobrym stylu - kom., USA, 2017. Trzej kumple postanawiają obrabować bank po tym, jak dowiadują się, że ich fundusz emerytalny został zlikwidowany. ●
22:05 Zostańmy przyjaciółmi - kom., USA, Kan., Niemcy, 2005. Chris, jest zakochany w przyjaciółce, Jamie.
00:15 W nowym zwierciadle: Wakacje w nowym zwierciadle: Wakacje - kom., USA, 2015
02:25 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabójcą
03:25 SOS Ekipy w akcji - program policyjny
04:25 Dorota was urządzi 3 - program lifestylowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **14:55** Ktoś tu kłamie? **15:55** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **21:05** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **22:05** Sprawiedliwi. Trójmiasto **23:05** Killerman - sens., USA, 2019 **01:30** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:30** Interwencja - magazyn reporterów **02:55** Śmierć na 1000 sposobów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:20 Opowieści biblijne **09:50** Oświadczenie Fundacji Lux Veritatis **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:25** Myśląc Ojczyzna **11:35** Przyroda i ludzie **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Katolicy a tożsamość Europy **13:05** Mateczniki Polskości **13:20** Przegląd Tyg. „Niedziela" **13:30** Msza św. **14:30** S.O.S. dla Ziemi Świętej **15:20** Mała Nellie od Św. Boga **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Z wędką nad wodę **16:35** Sól ziemi **17:05** Akademia pro-life **17:30** Odpowiedzialni za Kościół **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Głos Polski **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia

eprasa.pl 99fa34175c

DODAJ SWOJE OGŁOSZENIE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne w gazecie? Wybierz jeden ze sposobów.

SMS

Wyślij SMS z treścią ogłoszenia (maksymalnie 160 znaków), pod nr **74550** zaczynając od skrótu **TGO.** Przykład: TGO.oddam szczeniaki w dobre ręce.
Podaj miejscowość oraz numer telefonu kontaktowego. Koszt SMS-a wynosi 4,92 zł z VAT.
Ogłoszenie ukaże się w kolejnym wydaniu gazety.
Serwis funkcjonuje we współpracy z firmą Bild Presse z siedzibą w Łodzi.

KUPON

Napisz treść ogłoszenia na wyciętym z gazety, ważnym kuponie i dostarcz go do redakcji lub wrzuć do skrzynki kontaktowej gazety. Możesz także wysłać go pocztą.
Ogłoszenie jest bezpłatne i ukaże się w kolejnym wydaniu gazety.

REDAKCJA

Przyjdź do redakcji i podaj treść ogłoszenia. Cena za jedną emisję wynosi 5,00 zł z VAT.

Ogłoszenie dostarczone do piątku w godzinach pracy sekretariatu ukaże się w najbliższym wtorkowym wydaniu. W przypadku wysłania kuponu pocztą lub wrzucenia do skrzynki kontaktowej o terminie publikacji decyduje data dotarcia kuponu do redakcji.
Redakcja zastrzega sobie prawo ingerencji w treść ogłoszenia w przypadku, gdy podana kategoria jest niezgodna z treścią ogłoszenia, lub gdy treść ogłoszenia zawiera błędy ortograficzne lub stylistyczne.

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń.

UWAGA!
JEDEN KUPON = JEDNA OFERTA

Pamiętaj, że w jednym ogłoszeniu można podać tylko jedną ofertę sprzedaży, kupna, czynności. W przypadku, gdy w ogłoszeniu będzie więcej ofert, opublikowana zostanie pierwsza w kolejności.

Przykład: z ogłoszenia „Sprzedam kosiarkę rotacyjną, meble kuchenne, rower górski..." opublikowana zostanie oferta sprzedaży kosiarki rotacyjnej. Pozostałe dwie rzeczy należy podać w kolejnych ogłoszeniach.

OGŁOSZENIA

MIESZKANIE SPRZEDAM

MIESZKANIE własnościowe w bloku, 48 m2, 1 piętro, 3 pokoje, kuchnia, łazienka i wc. Dęblin. 330 000 zł do uzgodnienia. Tel: 783 767 970

MIESZKANIE - Ostatnie wolne mieszkania w wyjątkowej rewitalizowanej kamienicy zlokalizowanej w zabytkowej części Żyrardowa od 9200zl m2. Żyrardów ul. Chopina 7. Tel: 606 649 385 https://chopina-loft.pl/

MIESZKANIE w bloku 49 mkw, Ryki ul. Witosa 16/21. Cena do uzg. Tel. 507 833 702.

DO WYNAJĘCIA POSIADAM

KAWALERKA do wynajęcia od zaraz na os. Kochanowskiego w Rykach, pow. 36 mkw. Tel. 668 138 019.

DOM murowany do wynajęcia od zaraz, okolice Ryk. Tel. 512 315 399.

KAWALERKA 30m2, umeblowana z balkonem. Dęblin, os.Staszica. Tel: 609 777 346

MIESZKANIE w Dęblinie 2 pokoje, kuchnia, łazienka, osiedle Wiślana w bloku na I piętrze. Tel. 577 236 819.

DZIAŁKA POLE SPRZEDAM

SIEDLISKO w Woli Rębkowskiej o pow. 4200m2, na działce znajduje się budynek mieszkalny, drewniany z bali, zdrowy, kryty blachą, do remontu, budynek gospodarczy i garaż murowany. Cena do uzgodnienia. Tel: 720 915 815

DZIAŁKA uzbrojona, budowlana, 1600m^2 w Woli Rębkowskiej - Zacisze. Cena do uzgodnienia. Tel: 720 915 815

DZIAŁKA budowlana w Rykach, 1425 mkw, atrakcyjnie położona przy ulicy Myśliwskiej, wszystkie media, cena do uzg. Tel. 602 408 921.

DZIAŁKA budowlana 11a. Górzno. Cena do uzgodnienia. Tel: 510 432 093

DZIAŁKA budowlana Ryki ul. Królewska (łącznik z ul. Warszawską), działki około 1000 mkw dwie szt. lub inna wielkość do uzgodnienia. Cena adekwatna do lokalizacji. Tel. 699 125 747.

LAS 1,46 ha, w czterech

KUPIĘ POLE, ŁĄKĘ, LAS, SIEDLISKO
tel. 720-777-788

Nowy wygodny sposób dodawania bezpłatnych ogłoszeń

Teraz możesz dodać bezpłatne ogłoszenie bez wychodzenia z domu. Wyślij do nas zdjęcie wypełnionego kuponu MMS-em lub na adres e-mail. Oczywiście nadal możesz dostarczyć kupon osobiście do siedziby redakcji lub wrzucić do skrzynki kontaktowej.

WYPEŁNIJ KUPON → ZRÓB ZDJĘCIE → WYŚLIJ WIADOMOŚĆ

tel: 510 332 855 | e-mail: redakcja@twojglos.pl

KUPON NA BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DROBNE

*PROSIMY WYPEŁNIĆ CZYTELNIE DRUKOWANYMI LITERAMI

TREŚĆ OGŁOSZENIA: .....

.....

.....

MIEJSCOWOŚĆ: .....

CENA: .....

TELEFON KONTAKTOWY: .....

TWÓJ Głos

KUPON WAŻNY DO 30 stycznia

eprasa.pl 99fa34175c

HURTOWNIA SPOŻYWCZA
Maria Pawlak u Heleńki
Oferujemy:
- mrożonki, flaki,
- świeży drób,
- wędliny, konserwy,
- napoje, słodycze,
- lody
- konserwy rybne

BARDZO DUŻY WYBÓR RYB i ŚLEDZI
OBSŁUGUJEMY CHRZCINY, KOMUNIE IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE
ryby mrożone, wędzone, smażone i śledzie
RYKI, ul. Żytnia 10 (za budynkiem OSI)
☎ 81 8652 103
Zapraszamy: Pn-Pt 7.00-17.00 Sob 7.00-15.00

USŁUGI ZIEMNE
KOPARKĄ KOŁOWĄ I MINIKOPARKĄ
ODŚNIEŻANIE dojazdów, posasji, parkingów
TRANSPORT 20-30 T żwir, piach, kruszywa i inne
JARKOP Jarosław Dembek
Czernic 38, 08-550 Kłoczew
tel. 721 094 302

SKUP ZŁOMU
AUTOROMANO
ATRAKCYJNE CENY, ŁATWY DOJAZD
Dęblin, ul. Kocka 179 (PRZY STACJI LOTOS)
573 779 889

TARTAK
DREWNOHURT
- drewno budowlane
- więźby dachowe
- krokwie, deski, łaty, kantówki
- trociny, obrzyny tartaczne
- drewno opałowe do pieców C.O. i kominków sosna, brzoza, dąb, grab i inne w wałku i rąbane
- deska elewacyjna, podbitka
- boazeria, deska tarasowa
- Kupno dęba na pniu
- stęple budowlane

REGAMET
SPRZEDAŻ NOWOCZESNYCH POKRYĆ DACHOWYCH
WYCEŃ BEZPŁATNIE DREWNO NA SWÓJ DACH U PRODUCENTA
Nowodwór 102A
drewnohurt1@wp.pl
790 219 819

działkach: Leopoldów 0,2816 ha, Nowodwór (okolice Wrzosówki) 0,6175ha + 0,2815ha + 0,2797ha. Tel. 796 735 375

NIERUCHOMOŚĆ pod działalność gospodarczą, nr działki 2257, lokal 79mkw + działka 1200 mkw. Stężyca ul. Rokicka2. Tel. 661 488 814, 661 909 466.

DZIAŁKA budowlana sprzedam lub wydzierżawię. Ryki, ul. Królewska. Tel: 660 765 218

DZIAŁKA POLE KUPIĘ

DZIAŁKA rolna, pole o pow. od 4 do 10 ha, położoną nie więcej niż 20 km od Ryk, klasa ziemi bez znaczenia. Tel: 600 248 257 600 766 118

GRUNTY ROLNE - Kupię lub przyjmę w dzierżawę grunty rolne Przykwa, Janopol, Budki Rososz. Tel. 663 855 914

KUPIĘ działkę rolną, pole, o pow. od 4 do 10 ha, położoną nie więcej niż 20 km od Ryk, klasa ziemi bez znaczenia. Tel: 600 248 257 / 600 766 118

LAS lub samosiejki. Tel: 501 316 158

DZIERŻAWA - przyjmę grunty rolne w dzierżawę w miejscowościach Brusów, Oszczywilk, Jakubówka, Wrzosówka, Nowodwór, Borki. Tel. 518 564 715.

SAMOCHÓD SPRZEDAM

AUDI A4 B6 kombi, 2003 r., 1.8T, 163 KM, przebieg 385 tys. km, manual, kolor srebrny, jeździ bez zarzutu,olej wymieniany co 10 tys. km, opony zimowe stan bardzo dobry, za dopłata komplet letnich kół. Cena 9.900 zł. Ryki, tel: 608 055 027

CITROEN Berlingo 1,6 HDI, model 2017r. moc 120 KM, 6 biegów, szklany dach, hak , nawigacja, komputer, najbogatsza wersja wyposażenia, koła zima lato, kolor ciemny brąz, cena 39.900 zł. Ryki. Tel: 600 449 265

CITROEN C4 1.6 HDI bardzo dobry stan techniczny, serwisowany. Pierwszy właściciel w Polsce. Przebieg 218 000 km. Wymiana rozrządu przy 179,500. Olej świeżo wymieniony. Zadbany. Dwa komplety opon. Tel: 502 695 272

OPEL CORSA 1.2 benzyna + gaz, prod. 2013r. kolor szary met. cena 13.000 zł. Ryki. Tel. 731 125 600, 609 334 333.

PEUGEOT 208 GT hybryd z 2024r. ładuje się sam podczas hamowania, poj. 1199 cm3, przebieg 7800 km, stan idealny, automat, kolor biały, nie wymaga wkładu finansowego, wbudowana nawigacja, czujniki parkowania, funkcja utrzymania pasa ruchu, cena 97.000 zł. Ryki. Tel. 695 571 745.

PEUGEOT 3008 1.6 HDI 120KM 2017r. automat, 176 tys.km. przebiegu, brązowy met, hak, czujniki parkowania, podgrzewane fotele, stan b.dobry, bez wkładu finansowego, zarejestrowany i opłacony, cena do uzg. Ryki. Tel. 663 238 782.

SKODA octavia, 2019r., 160 tys. km przebiegu, srebrna, bogate wyposażenie, kamera cofania, czujniki parkowania, asystent parkowania, podgrzewane fotele itp. stan bdb. Tel: 602 605 367

TOYOTA COROLLA 2003r. 5 drzwi, 1.6 benzyna, przebieg 223 tys.km. samochód na na co dzień użytkowany, zarejestrowany i opłacony, cena do uzg. Dęblin. Tel. 512 777 218.

TOYOTA YARIS 2006r. poj. 1.3 B srebrny metalik, nowe opony, nowy akumulator, nowe sprężyny, cena do uzg. Ryki. Tel. 508 770 550.

VW Golf Plus 1.6, benzyna i gaz, elektryczne szyby x4, czujniki cofania, klimatyzacja, Isofix, podgrzewane przednie siedzenia, przyciemnione tylne szyby, alufelgi i hak, 12.900zł. Tel. 793 502 842

SAMOCHÓD KUPIĘ

KUPIĘ Skodę Octavia, Passata B5 1.9 TDI w każdym stanie. Tel. 666 941 477

MOTO RÓŻNE SPRZEDAM

OPONY zimowe 16cali 4 opony, 4 felgi, 4 kołpaki z logo renault rozm 205/60 R16. cena 175 zł. Ryki. Tel. 721 039 000.

OPONY zimowe Vredestein 4 szt. rozm. 225/65 16C zużycie 10%. Michelin 4 szt. rozm. 215.75 16C zużycie 30%. Continental 2 szt. rozm. 195/65 15c zużycie 30%. Michelin 2 st. 215/65/16C zużycie 10 %. Tel. 606 14 12 10.

PRZYCZEPKA samochodowa SAM z plandeka, dł. 2m szer. 120, zarejestrowana, cena 3.000 zł. Lendo. Tel. 604 648 767.

MASZYNY ROLNICZE SPRZEDAM

URSUS c330, 1978r. stan dobry. Tel: 511 079 554

SADZARKA, kopaczka, pielacz 315, siewnik Meprozet 23, Poznaniak 2,7, pługi 2/4, kultywator z wałkiem1,8 i 2,1/2,4, rozdrabniacz 1,5m. Tel. 570 530 800.

CIĄGNIK nazwa MICKORNIK, stan bdb, opony nowe, cena 32.000 zł do neg. KULTYWATOR nowy, dwa razy używany, cena 4.000 zł. BRONY nowe cena 3.000 zł. SIEWNIK stan bdb, łączone dwa w jeden samoróbka, cena 7.000 zł. Sprzęt garażowany. Kłoczew. Tel. 507 638 680.

AGREGAT uprawowo-siewny z hydropakiem firmy Agrolift w zestawie z siewnikiem poznaniakiem, razem lub osobno. Tel: 511 079 554

SPRZEDAM sprzęt rolniczy. Likwidacja gospodarstwa. Ownia. Tel. 604 924 765.

AGREGAT uprawowy Henryk Batyra 3,6m, składany ręcznie, dwa wałki strunowe stan bdb, cena 4.100 zł. Kopaczka konna 550 zł. Przykwa. Tel. 663 855 914.

TAŚMOCIĄG 7 metrów, opryskiwacz , cena do uzg. Ryki. Tel. 508 770 550.

BRONA talerzowa 2x10, firma Międzyrzec, 2000r., stan bdb. Tel: 692 290 910

PRASA simpa, 1997r., czerwona w oryginale z wałkiem i z drabinką. Tel: 692 290 910

ROZSIEWACZ lejek strumyk do nawozu 400, 2008r., stan bdb. Tel: 692 290 910

ZETOR 7211 z turem, 1989r., Ursus c360 3p, 1990r., Ursus c360, 1986r., Ursus c360, 1985r., wszystkie stan bdb, bez wkładu finansowego. Tel: 692 251 139

SIEWNIK do zboża szer. 2,5m bez rdzy, intertional, cena 2.000 zł do uzg. Okolice Ryk. Tel. 794 746 840.

BLACHY na rozrzutniki 3mm 2x4 i 2x6 docinamy na wymiar, cena 120 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

PRASA prasa kostka Sipma Z-224/1 czerwona. Sprawna, mało używana, parę lat nie pracuje w gospodarstwie od 10 lat zastąpiona przez belarkę. Zawsze garażowana. Tel. 516 977 727

GLEBOGRYZARKA Akpil truskawka 3. Maszyna jest na 3 sekcje. Mam ją od nowości, sprawna, ładna, zadbana, nowe noże. Tel: 663 436 660

MASZYNY ROLNICZE KUPIĘ

MASZYNY rolnicze sprawne lub do remontu oraz ciągnik z przednim napędem o mocy do 80 KM. cena do 50.000 zł. Tel: 511 079 554

CIĄGNIK rolniczy Ursus C-330 lub C-360 w każdym stanie. MF 255 235 . Tel.666 941 477

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW
- MECHANIKA POJAZDOWA
- SKLEP MOTORYZACYJNY
- STACJA PALIW

Włodzimierz Lesisz
Pełny zakres badań technicznych
08-530 Dęblin, ul. Szpitalna 2
kom. 506 17 00 95, tel. 81 88 01 920

ALMAR trans
- KRUSZYWA DROGOWE
- PIASEK-ŻWIR-POSPÓŁKA
- WAPNO NAWOZOWE
- KAMIEŃ OGRODOWY
- PIASEK DO MIXOKRETA
- OTOCZAKI

KŁOCZEW
tel. 502 215 457

MARTYNK Sp. z o.o.
POSADZKI MIXOKRETEM
TYNKI TRADYCYJNE
DOCIEPLENIA BUDYNKÓW
Realizujemy prace w programie czyste powietrze zdrowy wybór
604 566 208
08-550 Kłoczew, Sosnówka 23

eprasa.pl 99fa34175c

PRYWATNY GABINET
DERMATOLOGICZNY
Ryki, ul. Sienkiewicza 12
Barbara BOJAR
Przyjmuje w piątki, godz. 11 -15. Rejestracja telefoniczna codziennie.
tel. 602 305 421

GABINET NEUROLOGICZNY
lek. neurolog
Mirosław LORENC
Ryki, ul. Żytnia 8 (budynek OSI) – czwartek 15 – 17
rejestracja – 601 445 807
INNE TERMINY PO UZGODNIENIU TELEFONICZNYM
nagłe przypadki – ✆601 445 807

CENTRUM STOMATOLOGICZNE
LUXDENT
Ryki, ul. K. Wojtyły 3
I piętro, nad MediVitą
lek. dent.
Sławomir KONCEWICZ
tel. 534 260 870
• leczenie próchnicy
• stomatologia estetyczna
• odbudowa zębów
• chirurgia
• protetyka
• profilaktyka
• stomatologia dziecięca
• RTG: pantomogram, zdjęcia zębowe
Rejestracja telefoniczna prowadzona jest przez 7 dni w tygodniu

SALONY OPTYCZNE
OPTYKA RĘKAS Agnieszka Rękas
RYKI
ul. Warszawska 100
Medivita, tel. 509 728 764
DĘBLIN
ul. Krzywa 2/4
Przychodnia rodzinna, tel. 509 728 638
czynne: od pon. do piątku w godz. 10-18
szkła korekcyjne
szkła przeciwsłoneczne
soczewki kontaktowe
duży wybór oprawek
Fachowa i miła obsługa
tel. 504 086 922

KOPACZKA do ziemniaków i opryskiwacz sadowniczy Ślęza . Tel: 666 941 477

MASZYNY URZĄDZENIA SPRZEDAM

PIEC CO na drzewo i węgiel 110m, cena 4.500 zł. Tel. 694 966 771.

FREZARKO PILARKA do drewna, możliwość cięcia, blat żeliwny fabryczny, 400 V, cena 1.800 zł. Tel. 787 380 145.

ŁUPARKA hydrauliczna do drzewa 8 T nacisku, silnik 3,5 kW, sprowadzona z Niemiec. Ownia. Tel. 604 924 765.

KOWADŁO kowalskie 135 kg. stan bdb, cena 1850 zł. Ryki. Tel. 600 449 265.

WIDLAK rak Suchedniów, stan bdb. Kłoczew. Dobra cena. Tel: 504 962 483

RĘBAK do drewna lub kamienia, stan bdb. Dobra cena. Kłoczew. Tel: 504 962 483

ŁUPARKA hydrauliczna napędzana silnikiem siłowym do drzewa stan dobry, cena do uzg. Ryki. Tel. 511 110 818.

ŁUPARKA do drewna 8 ton, udźwigu, silnik siłowy z Niemiec w bdb stanie. Ryki. Tel. 600 931 201.

PIEC na węgiel oraz drewno 1,7 kW w dobrym stanie wraz ze sterownikiem i dmuchawą, producent Stąporków. Tanio. Ryki. Tel. 600 931 201.

PRODUKTY I PŁODY ROLNE SPRZEDAM

SIANO w belach pogodne, Owies, pszenżyto. Stary Miastków. Tel. 512 896 334.

ŻYTO, pszenżyto , cena do uzg. Długowola. Tel. 783 019 102.

SIANOKISZONKA w belach 125x130cm po prasie McHale, bele po 15stu nożach, z łąk sianych. Tel: 663 855 914

MARCHEW jadalna ekologiczna oraz paszowa. Paprotnia. Tel. 608 887 301.

CEBULA, cena 2 zł/kg. Tel. 608 887 301.

JĘCZMIEŃ, OWIES, PSZENŻYTO, Stryj. Tel. 504 086 345.

ZIEMNIAKI jadalne żółte lord i constans oraz białe irga. Cena 1,20 zł/kg. Grabów Szlachecki. Tel. 604 372 193.

BALE sianokiszonki z sianych łąk, pszenica oraz jęczmień, okolice Kłoczewa. Tel. 607 231 715.

ZBOŻE - owies, pszenżyto. Okolice Ryk. Tel. 667 643 262.

ZIEMNIAKI jadalne różne odmiany (denar, catania, owacja i rykarda). Na terenie Ryk możliwy transport gratis. Cena do uzgodnienia. Ryki Tel. 605 340 777.

PSZENICA ozima, owies, różne odmiany po centrali. Cena do uzgodnienia. Ryki. Tel. 605 340 777.

SIANO i słoma w belach. Cena do uzgodnienia. Tel: 609 537 929

BELE siana. 120 zł/szt. Tel: 661 717 860

ŁUBIN gorzki oskar. Tel: 693 034 704

SIANO w belach. Cena do uzgodnienia. Tel: 609 537 929

SŁOMA owsianaą i SIANO w belach. Tel: 724 114 573

OPAŁ SPRZEDAM

DREWNO opałowe suche, pocięte - dąb, grab. Tel. 600 824 588.

DREWNO suche, dębowe, połupane, idealne do kominka, sezonowane. Tel: 782 639 060

DREWNO opałowe różne, zrzyny tartaczne. Tel: 602 264 122

DREWNO sosnowe podsuszone lub liściaste brzoza, olcha, dąb, osika, rąbane lub walki, możliwy dowóz. Okolice Stężycy. Tel: 663 953 782

DREWNO OPAŁOWE sosna łupany 200 zł. Opał brzoza łupany 300 zł. Dąb 330 zł. Korytnica. Tel. 607 607 700.

AGD RTV SPRZEDAM

PIEKARNIK elektryczny nieużywany, na dwie blaszki, grill, rożen, cena 350 zł do neg. Okolice Kłoczewa. Tel. 507 638 680.

DEKODER TV nowym, gwa-

SANMED
Specjalistyczne Centrum Medyczne SANMED
CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA
WOLNE TERMINY NA NFZ
Więcej informacji pod numerami telefonu oraz osobiście w rejestracji
535 202 010 lub 81 865 12 27
Placówka znajduje się w pawilonie handlowym „MERKURY"
ul. Słowackiego 4/5C

PRODUCENT OPAKOWAŃ KARTONOWYCH
BOX - MASTER
Tworzymy kartony dopasowane do Twoich potrzeb
- opakowania w standardzie Fefco
- pudła klapowe
- pudła fasonowe
- pudełka do paczkomatów
- wypełniacze tekturowe
Oszczywilk 61 , 08-500 Ryki
boxmaster_@outlook.com 734 036 346

kicWent
KLIMATYZACJA CHŁODNICTWO WENTYLACJA
KOMPLEKSOWE INSTALACJE SANITARNE
KLIMATYZACJA
WENTYLACJA
POMPY CIEPŁA
CHŁODNICTWO
KONSERWACJA
NAPRAWA
MONTAŻ
SERWIS
ul Warszawska 55
08-500 Ryki
tel. 722 125 180
www.kicwent.pl

• Stoły, Krzesła
• Ławostoły
• Drewno wykończeniowe (listwy, boazeria, kantówki)
• Deska elewacyjna
• Schody, tralki, poręcze
• Parapety, podłogi, sklejka
sek
www.sek.sklep.pl
RYKI ul. Przemysłowa 90 660 71 16 70 606 14 12 10

Części do zgarniaczy obornika
➢ Koła linowe i napędowe
➢ Liny stalowe i syntetyczne
➢ Prowadnice i wysięgniki
➢ Rolki
➢ Napędy
➢ Napinacze
➢ Szufle
➢ Inne części na zamówienie
AGRO-PROFIL Moszczanka 94b
tel. 693 374 150 e-mail: agroprofil@wp.pl

STUDNIE
Mirosław Izdebski
Dąbrówka Stany 74
✔STUDNIE WIERCONE
✔POMPY CIEPŁA
✔DESZCZOWNIE
✔ODWODNIENIA
✆ 608 046 239
✆ 504 320 592

MAKLESZ
• wykopy, zasypy, plantowanie
• transport piachu, żwiru, pospółki, ziemi ogrodowej
• transport 20-30 ton
• piasek kwarcowy
• kruszywo betonowe, drogowe i ozdobne
• układanie kostki brukowej
• zamiatanie dróg i parkingów
WAGA 60 ton
08-500 Ryki, ul. Swatowska 20
tel. 602 284 292, 698 642 151

eprasa.pl 99fa34175c

rancja, kosztował 149 zł, sprzedam za 120 zł. Ryki. Tel. 662 121 322.

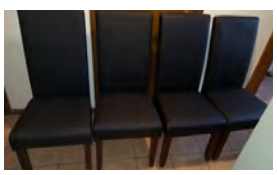
KUCHNIA gazowa 4-palnikowa z piekarnikiem gazowym, z obrotowym rożnem i reduktorem, kolor biało-brązowy, typ Mesko 46511. Cena do uzg. Tel. 795 862 073.

TELEFON
SPRZEDAM

SAMSUNG GALAXY S21 ultra 5G ram 8/128 GB, stan idealny, bez rys i uszkodzeń, bateria bdb, cena 750 zł. Ryki. Tel. 504 866 604.

MEBLE
SPRZEDAM

REGAŁ POKOJOWY z szafa dwudrzwiową, o wym. 4 metry x 2,10 metra w bardzo dobrym stanie, wyprodukowany w fabryce mebli w Swarzędzu, cena 500 zł. Tel. 507 114 046.



KRZESŁA tapicerowane, 4 szt. nowe pokrycie ekoskóra, kolor czarny, cena 120 zł/szt. Ryki. Tel. 662 121 322.

NAROŻNIK w dobrym stanie, jasny brąz z małą aplikacja kwiatową. Gmina Stężyca. 400 zł. Tel: 698 112 839

BUDOWLANE
SPRZEDAM

OFERUJEMY: - okna PCV, - drzwi zewnętrzne, - bramy garażowe, - drzwi stalowe, - rolety, - plisy, - moskitiery, - parapety wew. i zew. Najwyższa jakość w najniższej cenie. Garwolin Kościuszki 48B. Tel. 513 307 104.

KRATKI WEMA ocynkowane masywne 4cm x 100cm x 200cm cena 6 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

RUSZTOWANIA warszawskie, nowe duże, cena 79 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

SŁUPKI ocynkowane nowe rura fi.42x1,5mm cena 10 zł/mb. Garwolin Stawex. Tel. 600 126 019, 888 302 303.

PRĘTY żebrowane fi.8 i fi.10 wyprzedaż cena 2,80 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

KRATKI WEMA ocynkowane , cena 7 zł/kg. Maciejowice Ryki Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

BLACHY trapezowe T18 i T35, końcówki z produkcji różnej długości, cena 22 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SZTACHETY ocynkowane 1mm 8cm x 135cm 3x taniej jak na giełdzie w Słomczynie, cena 8 zł. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

PROFILE ocynkowane 80x20x1,5mm cena 10 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

BLACHA na rozrzutniki 3mm 2x6 , docinamy na wymiar, cena 120 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PUSTAKI suporex całe i połówki, cena do uzg. Ryki. Tel. 600 375 564.

RUSZTOWANIA warszawskie 1m 14 szt. cena 45 zł/szt. Ryki. Tel. 602 580 841.

BLACHY trapezowe T18 i T35 końcówki z produkcji, cena 22 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPY na wiaty zdjęte z konstrukcji 3 szt. po 530cm, cena 2 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

PRZĘSŁA ogrodzeniowe ładne z kształtowników przyspawanych poziomo, cena 350 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

RUSZTOWANIA warszawskie , cena 79 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303.

SŁUPKI ocynkowane z rur fi.42x1,5mm cena 10 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

CEOWNIKI ocynkowane 40x30x1,5mm cena 3 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PROFIL 20x20x1,5 mm tanio 3,50 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

KRATKI WEMA ocynkowane cena 7 zł/kg. Maciejowice Garwolin Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

SIATKI leśne od 120cm do 200cm wysokości, cena od 3 zł/mb. Kozienice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PRZĘSŁA ogrodzeniowe super tanio 120cm x 220cm, cena 60 zł/szt. Garwolin Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

SZTACHETY z blachy 0,5mm 8cmx100cm ocynkowane, cena 4 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

BLACHA ocynkowana 0,5mm 64cm x 100cm. cena 10 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

KĄTOWNIK zimnogiety 20x20x1,5mm sztangi po 6mb, cena 8 zł/sztanga. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI ocynkowane z profila 60x40x13mm II gatunek, cena 5 zł/mb. Ryki Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375285.

BLACHA zimnowalcowana 2mm 2x1mb, cena 160 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PRĘTY żebrowane fi.10 i fi.8 długość 6mb, cena 3zł/mb. Tel. 888 302 303.

LISTWA przypodłogowa dąb. Cena 8 zl/mb. Tel. 607 607 700.

PARKIET jesion 50x250x22 mm, cena 70 zł+vat. Tel. 607 607 700 .

DESKA podłogowa, tarasowa, elewacyjna, cena 74 zł + vat m.kw. Tel. 607 607 700.

SCHODY dębowe, jesionowe, cena 100 zł/mb + vat. Tel. 607 607 700.

DREWNO TARTACZNE sosna cena 500 zł/ m3. Tel. 607 607 700 .

PRĘTY żebrowanefi.10 i fi.8 długość 6mb, cena 3 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SZTACHETY z blachy akrylowej białej 0,8mm x 8cm x 142cm trzy razy taniej jak na giełdzie w Słomczynie, cena 8 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI ocynkowane z profila 60x40x1,3 mm I gatunek 3x taniej jak w marketach, cena 10 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

RURA na wiaty fi.219x6 używane, cena 2,40 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

PRĘTY żebrowane fi.12 cena 34 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

DESKI i BALE dębowe 5 m długości, szeroki, ok 1.5m3. Leżą kilka lat, dobrze suche są, nadają się na schody, poręcze czy na podłogę. Tel: 663 436 660

ZWIERZĘTA
SPRZEDAM

KOGUTY z wolnego wybiegu, 20 szt. cena 50 zł. Paprotnia. Tel. 608 887 301.

TUCZNIK waga około 130 kg, cena do uzg. Swaty koło Ryk. Dzwonić wieczorem. Tel. 796 407 068.

KRÓLIKI waga około 4 kg, do uboju. Długowola. Tel. 511 334 794.

KROWA 3 lata, z cielęciem, czarno-biała, okolice Ryk. Tel. 666 220 178.

TUCZNIKI waga 120-130 kg, Ry-

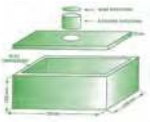
eprasa.pl 99fa34175c

RECYKLING CENTER
RYKI, UL. LUBELSKA 43
KIERUNEK Chrustne

SKUP ZŁOMU
- NAJWYŻSZE CENY W REGIONIE
- Odbiór złomu systemem kontenerowym
- Płatne GOTÓWKĄ
- Waga elektroniczna
- Auto kasacja

AUTO KASACJA
- Wydawanie zaświadczeń do wyrejestrowania pojazdu
- Odbiór pojazdu od właściciela
- Płatność gotówką za odebrany pojazd
- Skup katalizatorów
- Sprzedaż części samochodowych

SKUP ZŁOMU 609 126 733
AUTOKASACJA 781 200 418
SPRZEDAŻ CZĘŚCI 603 756 451

SZAMBA
zbiorniki betonowe na scieki
domowe, przemysłowe, deszczówkę, gnojowicę

tel. 791 519 607
www.szambabetonowe-brat-bet.pl, brat-bet@wp.pl

POSADZKI
MIXOKRETEM UDZIELAM GWARANCJI NA POZIOM
WYLEWKI ANHYDRYTOWE
TYNKI AGREGATEM

T. Panasiewicz - 663 776 972

ki. Tel. 508 770 550.

☒**2** BYCZKI czarno-białe 2-tygodniowe, pojone mlekiem, cena do uzg. Ryki. Tel. 697 664 451.

☒**BYCZEK** 2 tygodniowy, czarno-biały, kontakt po 15. Tel: 604 778 396

☒**PIERWIASTKA** mleczna. Tel: 792 400 522

☒**KRÓLIKI** młode na ubój lub do hodowli, cena do uzg. Ryki. Tel. 609 898 946.

☒**PROSIAKI** wykastrowane i odsadzone, gotowe do dalszego chowu. Okolice Miastkowa. Cena do uzgodnienia. Tel: 692 391 123

RÓŻNOŚCI SPRZEDAM

☒**WIATA** stalowa, dł. 38metrów szer. 9,5 m. Tel. 503 493 002.

☒**SZAFKI** nocne 2 szt. Półka na książki. Kilimy, chodniki - zrobione na krosnach. Szyba przed kominek. Tel. 507 533 143.

☒**KURTKA** płaszcz karakuły - ładna mało noszona, cena 300 zł do uzg. Garwolin. Tel. 509 405 255.

☒**KURTKA** MOTOCYKLOWA skórzana, używana, na osobę 170/180 cm, cena 50 zł. Garwolin. Tel. 509 405 255.

☒**LUSTRO** ładne 80cm x 60cm w dębowej oprawie, ręczna robota, stan bardzo dobry, okolice Ryk. Tel. 531 184 972.

☒**ZLEWOZMYWAK** 2-komorowy, kratka 80cm x 60cm mało używany, z baterią i wężyki, gotowy do montażu, cena 160 zł. Ryki. Tel. 662 121 322.

☒**BUDY** ocieplone, ładne. Żelechów. Tel: 791 711 247

☒**MUNDURY,** płaszcze wojskowe z 1979r., bagnety, hełmy. Ziębice. Tel: 696 603 869

☒**ZEGARKI** 150 szt., 60 krzeseł, monety 2000 szt., medale, kryształy itp. Ziębice. 40 000 zł. Tel: 696 603 869

☒**AKORDEON** WELTMEISTER STELLA szaroperłowy, 120 basów, 11+5 registrów, sprawny, strojony, z futerałem, cena 2.500 zł. Moszczanka. Tel. 795 862 073.

RÓŻNOŚCI KUPIĘ

☒**KUPIĘ** dębinę i sosnę na pniu. Tel. 503 493 002.

☒**KUPIĘ** PILNIE - Szkło kolorowe z epoki PRL Huty Ząbkowice i Tarnowiec, stare kryształy głównie dzbanki i wazony. Szalki mosiężne do wagi, żelazka żeliwne oraz inne ciekawe rzeczy i przedmioty. Płatne gotówka od ręki. Dojazd do klienta. Kontakt cały dzień. Tel. 663 647 909.

PRACA SZUKAM

☒**MŁODA** dziewczyna poszukuje pracy dorywczej lub na stałe, np. sprzątanie, opieka nad osobą starszą. Okolice Miastkowa Kościelnego i Garwolin. Tel: 572 672 214

PRACA DAM

☒**ZATRUDNIĘ** pracownika do stolarni, produkcja i montaż mebli, schodów i drzwi. Tel. 500 066 605.

☒**ZATRUDNIMY** kierowców kat. C - praca na betonomieszarce oraz C+E - praca na cementowozie. Tel. 607 060 797.

☒**ZATRUDNIĘ kierowcę samochodu ciężarowego do prac przy budowie wodociągów i kanalizacji. Możliwość wyjazdów do pracy do Niemiec. Tel.502690419**

☒**KIEROWCA** kat. C+E ciągnik + firanka, kraj, praca od poniedziałku do piątku, dowolna forma zatrudnienia - współpracy, Ryki. Tel. 604 945 500.

☒**ZATRUDNIMY** osobę do pracy w piekarni z doświadczeniem zawodowym, mile widziane także kobiety. Praca od godziny 16, pełny etat. Lokalizacja Piekarnia Parysów Tel. 503 120 454.

☒**ZATRUDNIĘ** osobę z doświadczeniem w pracy Technicznej, Elektrycznej, Elektromontażowej, Utrzymania Ruchu, Wentylacyjnej lub podobnej. Tel: 690 314 500

☒**PRACA** w gospodarstwie rolnym. W większości praca zmechanizowana. Okolice Starego Bazanowa. Tel: 505 621 623

☒**PILNIE** poszukujemy kolej-

INFORMACJA

Burmistrz Miasta Dęblin informuje, że **20 stycznia 2026 roku** na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Dęblin przy ul. Rynek 12 w Dęblinie, został wywieszony wykaz nieruchomości stanowiących własność Miasta Dęblin, przeznaczonych do sprzedaży lub dzierżawy w 2026 roku.

Powyższy wykaz podlega wywieszeniu przez okres **21 dni** oraz jest dostępny na stronie internetowej www.deblin.pl

INFORMACJA

Wójt Gminy Ułęż informuje, że dnia **20 stycznia 2026 r.** na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Ułęż, na okres **21 dni** został wywieszony wykaz nieruchomości stanowiących zasób Gminy Ułęż, przeznaczonych do oddania w użyczenie na czas nieoznaczony.

Wójt Gminy Ułęż
/-/ Izabela Kulik

OGŁOSZENIE
Wójta Gminy Nowodwór

z dnia 20 stycznia 2026 r.
o przystąpieniu do sporządzania „planu ogólnego gminy Nowodwór"

Na podstawie art. 13i ust. 3 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2024 r. poz. 1130 z późn. zm.) oraz art. 39 ust. 1, art. 40, art. 46 ust. 1 pkt 1, art. 54 ust. 2 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2024 r. poz. 1112 z późn. zm.) zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Nowodwór **Uchwały nr III/20/2024 Rady Gminy Nowodwór z dnia 28 czerwca 2024 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego Gminy Nowodwór** oraz o przystąpieniu do przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko skutków jej realizacji.

Granicami obszaru opracowania planu ogólnego są granice Gminy Nowodwór.

Zainteresowani mogą zapoznać się z dostępną na aktualnym etapie postępowania dokumentacją sprawy oraz mogą składać wnioski do planu ogólnego oraz prognozy.

Wnioski dotyczące „planu ogólnego Gminy Nowodwór" mogą być składane w terminie do dnia **18 lutego 2026 r.** w siedzibie Urzędu Gminy Nowodwór, Nowodwór 71A, 08-503 Nowodwór, na piśmie utrwalonym w postaci papierowej lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej na adres: r.banach@nowodwor.pl lub platformy e-doręczenia na adres skrytki AE:PL-60050-50551-JCJUJ-13, na formularzu w postaci papierowej lub w formie dokumentu elektronicznego. Wzór ww. formularza jest dostępny pod adresem https: ugnowodwor.e-biuletyn.pl w zakładce dokumenty do pobrania – pod nazwą: wniosek do planu ogólnego

Wnioski dotyczące prognozy oddziaływania na środowisko w ramach strategicznej oceny oddziaływania na środowisko mogą być składane w terminie do dnia **18 lutego 2026 r.** w siedzibie Urzędu Gminy Nowodwór, Nowodwór 71A, 08-503 Nowodwór, w formie pisemnej, ustnej do protokołu lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich kwalifikowanym podpisem elektronicznym na adres email: r.banach@nowodwor.pl lub platformy e-doręczenia na adres skrytki AE:PL-60050-50551-JCJUJ-13

Wnioski, o których mowa powyżej, powinny zawierać imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej (o ile wnioskodawca taki posiada), informację czy wnioskodawca jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy. Opcjonalnie wnoszący może podać dodatkowe dane do kontaktu: adres do korespondencji lub numer telefonu.

Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Wójt Gminy Nowodwór.

Klauzula informacyjna dotycząca przetwarzania danych osobowych:
Na podstawie Ustawy o ochronie danych osobowych z dnia 10 maja 2018r. (Dz. U. z 2019r. poz. 1781) oraz Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia Dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) – RODO (Dz. Urz. UE. L. 119/1 z 04.05.2016r.) informuję, że :
Administratorem Państwa danych osobowych jest Wójt Gminy Nowodwór, Nowodwór 71A, 08-503 Nowodwór i są one podawane w celu złożenia wniosków do Planu ogólnego.
Administrator wyznaczył inspektora danych osobowych, kontakt z nim możliwy jest również za pomocą poczty elektronicznej z.kryzys@nowodwor.eurzad.eu.
Dane będą udostępniane wyłącznie odbiorcom (w celu realizacji pierwotnego celu).
Dane będą przechowywane przez okres przewidziany przepisami prawa.
Podanie przez Państwa danych osobowych jest wymogiem ustawowym i ma charakter obowiązkowy. Konsekwencją niepodania danych jest pozostawienie wniosku bez rozpatrzenia.
Podstawę prawną przetwarzania danych osobowych stanowi: art. 13 ust. 1 i 2 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych, art. 8a, art. 13i ust. 3 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 roku o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2024 r. poz. 1130 ze zm.) oraz z §7 ust. 1 pkt 5 Rozporządzenia Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 8 grudnia 2023 r. w sprawie projektu planu ogólnego gminy, dokumentowania prac planistycznych w zakresie tego planu oraz wydawania z niego wypisów i wyrysów (Dz. U. z 2024 r. poz. 1775), tzn. dane będą przetwarzane w ramach sprawowania władzy publicznej powierzonej administratorowi.
W związku z przetwarzaniem danych osobowych uzyskanych w toku prowadzenia postępowań dotyczących sporządzania aktów planowania przestrzennego prawo , o którym mowa w art. 15 ust. 1 lit. g ogólnego rozporządzenia o ochronie danych przysługuje, jeżeli nie wpływa na ochronę praw i wolności osoby, od której dane te pozyskano.
Posiadają Państwo prawo dostępu do treści swoich danych oraz ich poprawiania, sprostowania, ograniczenia przetwarzania, przenoszenia danych, usuwania danych.
Mają Państwa prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, gdy przetwarzanie danych osobowych narusza przepisy ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych.

eprasa.pl 99fa34175c

nych pracowników: OPERATOR WTRYSKAREK. Wymagania: doświadczenie na podobnym stanowisku, znajomość technologii procesu wtrysku. Tel: 505 345 962

USŁUGI

☒ **MAM** 20 lat doświadczenia w branży remontowej. Jestem dokładny. Przyjmę zlecenia: malowanie, tapetowanie, panele, biały montaż, składanie mebli, gipsowanie, zabudowy gk, naprawy różne. Tel: 513 082 046

☒ **AFOCOPY** BIURO SERWIS Serwis naprawy sprzedaż sprzętu, urządzeń biurowych: drukarek, kserokopiarek. Wymieniamy i sprzedajemy tonery. Tel: +48 501 671 999, e-mail: biuroserwis@afocopy.pl

☒ **WYCINKA** wysokich i niebezpiecznych drzew, prace wysokościowe, w posesjach i przy drogach, zwyżka 35/50 metrów, rębak, grabienie, zamiatanie liści, prace porządkowe. Tel. 787 168 260.

☒ **REMONTY** i wykończenia kompleksowo. Przeróbki, gładzie, malowanie, płytki, łazienki, podłogi. . .Wolne terminy. Zapraszam do kontaktu, tel. 792 619 112

☒ **KIEROWNIK** budowy – inż. budownictwa z uprawnieniami. Ekspertyzy i opinie techniczne, legalizacja samowoli budowlanych, świadectwa charakterystyki energetycznej (ście). Rzetelnie i terminowo. Tel: 502 911 656

OGŁOSZENIE

o rozpoczęciu konsultacji społecznych dotyczących projektu planu ogólnego Gminy Stężyca

Na podstawie art. 13i ust. 3 pkt 8 w związku z art. 8h ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2024 r., poz. 1130 z późn zm.), art. 39, art. 46 ust. 1 pkt 1, art. 54 ust. 2, 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2024 r., poz. 1112 z późn. zm.) zawiadamiam o rozpoczęciu konsultacji społecznych dotyczących projektu planu ogólnego Gminy Stężyca, sporządzanego na podstawie Uchwały nr IV/19/2024 Rady Gminy Stężyca z dnia 27 września 2024 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego Gminy Stężyca.

Projekt planu ogólnego wraz z prognozą oddziaływania na środowisko będzie dostępny do wglądu **od dnia 27 stycznia 2026 r. do dnia 27 lutego 2026 r.** w Urzędzie Gminy Stężyca, Plac Senatorski 1, 08-540 Stężyca w godzinach pracy Urzędu oraz zamieszczony w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Stężyca (link: https://ugstezyca.bip.lubelskie.pl/index.php?id=331) w zakładce Planowanie przestrzenne.

Konsultacje społeczne obejmują następujące formy:

1. **Zbieranie uwag** do projektu planu ogólnego oraz prognozy oddziaływania na środowisko w terminie **od dnia 27 stycznia 2026 r. do dnia 27 lutego 2026 r**.
2. **Spotkanie otwarte poprzedzone prezentacją projektu planu ogólnego**, które odbędzie się dnia 3 lutego 2026 r. o godzinie 16:00 w Gminnym Ośrodku Kultury, ul. Królewska 4, 08-540 Stężyca.
3. **Dyżur projektanta** dnia 18 lutego 2026 r. w godzinach 16:00 – 18:00 w siedzibie Gminnego Ośrodka Kultury, ul. Królewska 4, 08-540 Stężyca.

Zainteresowani mogą składać uwagi do wyżej wymienionego projektu planu ogólnego. Uwagi należy składać za pomocą „Formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego", dostępnego w Urzędzie Gminy Stężyca oraz w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Stężyca w zakładce: Planowanie przestrzenne.

Uwagi można składać w formie:

▪ papierowej – osobiście w Urzędzie Gminy Stężyca lub listownie na adres Urzędu Gminy Stężyca, Plac Senatorski 1, 08-540 Stężyca,

▪ elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej, na formularzu w postaci papierowej lub w formie dokumentu elektronicznego, na adres elektronicznej skrzynki podawczej: /7yxosx321d lub adres e-mail: sekretariat@stezyca.eurzad.eu

Uwaga musi zawierać imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem lub uwagą.

Projekt planu ogólnego można przeglądać przy użyciu dedykowanego oprogramowania QGIS lub przy wykorzystaniu przeglądarki danych planistycznych, udostępnionej przez Ministerstwo Rozwoju i Technologii pod adresem: https://aplikacje.gov.pl/app/gov_xml_validator/

Zbigniew Chlaściak
Wójt Gminy Stężyca

Klauzula informacyjna

Na podstawie art. 13 ust. 1 i ust. 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych osobowych) (Dz.Urz.UE.L. z 2016r. Nr 119, stron.1) (dalej jako: „RODO"), informujemy Panią/Pana o sposobie i celu, w jakim przetwarzamy Pani/Pana dane osobowe, a także o przysługujących Pani/Panu prawach, wynikających z regulacji o ochronie danych osobowych:

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych przetwarzanych w Urzędzie Gminy Stężyca jest Wójt Gminy Stężyca, (adres siedziby Wójta Gminy Stężyca: 08-540 Stężyca, ul. Plac Senatorski 1).
2. Wyznaczyliśmy inspektora ochrony danych (Pan Paweł Kamola) z którym może Pani/Pan kontaktować się we wszystkich sprawach dotyczących przetwarzania danych osobowych oraz korzystania z praw związanych z przetwarzaniem danych osobowych drogą elektroniczną: inspektor@cbi24.pl lub pisemnie na adres urzędu Gminy Stężyca.
3. Pani/Pana dane osobowe przetwarzane są w celu/celach:
· wypełnienia obowiązku prawnego ciążącego na Administratorze (art. 6 ust. 1 lit. c RODO),
· wypełnienia obowiązków prawnych ciążących na Administratorze (art. 6 ust. 1 lit. e RODO),
· realizacji zawartych umów (art. 6 ust. 1 lit. b RODO),
w pozostałych przypadkach Pani/Pana dane osobowe przetwarzane są wyłącznie na podstawie udzielonej zgody w zakresie i celu określonym w treści zgody (art. 6 ust. 1 lit. a RODO).
4. Podstawą prawną przetwarzania Pani/Pana danych osobowych są obowiązujące przepisy prawa , zawarte umowy lub udzielona przez Panią/ Pana zgoda.
5. Z danych osobowych będziemy korzystać do momentu zakończenia realizacji celów określonych w pkt 3, a po tym czasie przez okres oraz w zakresie wymaganym przez przepisy powszechnie obowiązującego prawa.
6. Pani/Pana dane mogą zostać przekazane: – organom władzy publicznej oraz podmiotom wykonującym zadania publiczne lub działających na zlecenie organów władzy publicznej, w zakresie i w celach, które wynikają z przepisów powszechnie obowiązującego prawa, – innym podmiotom, które na podstawie stosownych umów podpisanych z Gminą Stężyca przetwarzają dane osobowe dla których Administratorem jest Wójt Gminy Stężyca.
7. Pani/Pana dane mogą być przetwarzane w sposób zautomatyzowany i nie będą podlegać profilowaniu.
8. Pan/Pana dane nie trafią poza Europejski Obszar Gospodarczy (obejmujący Unię Europejską, Norwegię, Liechtenstein i Islandię).
9. W związku z przetwarzaniem Pani/Pana danych osobowych, przysługują Pani/Panu następujące prawa:
· prawo dostępu do danych osobowych,
· prawo żądania sprostowania/poprawienia danych osobowych,
· prawo żądania usunięcia danych osobowych przetwarzanych bezpodstawnie; informujemy, że w zakresie, w jakim Pani/Pana dane są przetwarzane na podstawie zgody ma Pani/Pan prawo wycofania zgody na przetwarzanie danych w dowolnym momencie,
· prawo żądania ograniczenia przetwarzania danych osobowych,
· prawo wyrażenia sprzeciwu wobec przetwarzania Pani/Pana danych osobowych ze względu na Pani/Pana szczególną sytuację – w przypadkach, gdy przetwarzamy dane na podstawie naszego prawnie usprawiedliwionego interesu,
· prawo do przenoszenia Pani/Pana danych osobowych, tj. prawo otrzymania od nas swoich danych osobowych; prawo do przenoszenia danych osobowych przysługuje tylko co do tych danych, które przetwarzamy na podstawie Pani/Pana zgody,
· prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego, gdy uzna Pani/Pan, iż przetwarzanie danych osobowych narusza przepisy ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych.
10. W przypadku gdy przetwarzanie danych osobowych odbywa się na podstawie zgody osoby na przetwarzanie danych osobowych (art. 6 ust. 1 lit a RODO), przysługuje Pani/Panu prawo do cofnięcia tej zgody w dowolnym momencie. Cofnięcie to nie ma wpływu na zgodność przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem, z obowiązującym prawem.
11. W sytuacji, gdy przetwarzanie danych osobowych odbywa się na podstawie zgody osoby, której dane dotyczą, podanie przez Panią/Pana danych osobowych Administratorowi ma charakter dobrowolny.
12. Podanie przez Panią/Pana danych osobowych jest obowiązkowe, w sytuacji gdy przesłankę przetwarzania danych osobowych stanowi przepis prawa.

OBSŁUGA MASZYN/PRODUKCJI
OBSŁUGA MAGAZYNU
STANOWISKA SPECJALISTYCZNE
INNE

Szczegóły ofert pracy dostępne są na stronie www.sante.pl, pod nr tel. 609 740 481 lub email: praca@sante.pl

„Krajowy System e-Faktur" - cykl spotkań informacyjnych w Urzędzie Skarbowym w Rykach

Naczelnik Urzędu Skarbowego w Rykach zaprasza do udziału w spotkaniach informacyjnych dotyczących Krajowego Systemu e-Faktur.

KSEF W PIGUŁCE

„Środy z KSeF - KSeF w pigułce" to cykl bezpłatnych szkoleń, podczas których można uzyskać podstawowe informacje oraz poznać praktyczne aspekty korzystania z Krajowego Systemu e-Faktur.

W trakcie każdego ze szkoleń przekażemy podstawowe informacje dotyczące między innymi metod logowania, nadawania uprawnień, wystawiania i odbierania faktur w KSeF.

Terminy spotkań „KSeF w pigułce":

21 stycznia 2026 r., godz. 10:00;
28 stycznia 2026 r., godz. 10.00;
4 lutego 2026 r., godz. 10:00;
11 lutego 2026 r., godz. 10.00.

Miejsce spotkań: siedziba Urzędu Skarbowego w Rykach, ul. Wyczółkowskiego 10A, sala nr 318 (III piętro).

UWAGA: ze względu na ograniczenia organizacyjne (wielkość sali szkoleniowej i ilość miejsc siedzących) prowadzimy zapisy do udziału w spotkaniach. Proszę o przesyłanie zgłoszeń do udziału w szkoleniach ze wskazaniem terminu na adres poczty elektronicznej urzędu: **sekretariat.us.ryki@mf.gov.pl**

W odpowiedzi na zgłoszenie prześlemy Państwu informację zwrotną o zakwalifikowaniu się do udziału w spotkaniu (obowiązuje pierwszeństwo wg kolejności napływających zgłoszeń).

Dzień otwarty z KSeF w Urzędzie Skarbowym w Rykach

W sobotę, 24 stycznia 2026 r. w godzinach 9:00-15:00 organizujemy dla wszystkich zainteresowanych „Dzień otwarty z KSeF", podczas którego przedsiębiorcy będą mogli wziąć udział w konsultacjach i szkoleniu praktycznym z KSeF.

Wydarzenie odbędzie się na Sali Obsługi Podatnika Urzędu Skarbowego w Rykach (parter).

Informacje dodatkowe - wdrożenie KSeF

Krajowy System e-Faktur (KSeF) to system, który służy do wystawiania, przesyłania, odbierania i przechowywania faktur ustrukturyzowanych.

Obowiązek wystawiania faktur w KSeF nastąpi od:
- 1 lutego 2026 r. dla przedsiębiorców, u których wartość sprzedaży (wraz z kwotą podatku) przekroczyła w 2024 r. 200 mln zł,
- 1 kwietnia 2026 r. dla pozostałych przedsiębiorców.

Informacje na temat Krajowego Systemu e-Faktur można znaleźć na www.ksef.podatki.gov.pl

Z wyrazami szacunku
Naczelnik Urzędu Skarbowego w Rykach
Michał Lesicki

eprasa.pl 99fa34175c

MONIKA DĘBEK DYREKTOREM ŻŁOBKA

Nowa placówka dla najmłodszych mieszkańców gminy Kłoczew ma już dyrektora. Od 1 stycznia żłobkiem w Kawęczynie kieruje Monika Dębek

Dotychczas Monika Dębek pracowała jako nauczycielka Przedszkola Samorządowego w Kłoczewie

Zdniem 1 stycznia 2026 r. wójt gminy Kłoczew Zenon Stefanowski powierzył stanowisko dyrektora nowo wybudowanego żłobka samorządowego w Kawęczynie Monice Dębek.

Nowa dyrektor do tej pory pracowała jako nauczycielka w Przedszkolu Samorządowym w Kłoczewie. - *To osoba z doświadczeniem, zaangażowaniem i świetnym podejściem do najmłodszych. Serdecznie jej gratuluję i życzę wielu sukcesów, satysfakcji z pracy, dobrego zespołu oraz radości z codziennych małych i dużych osiągnięć naszych maluchów* - podkreśla wójt Zenon Stefanowski. Jak dodaje, ma nadzieję, że nowy żłobek będzie miejscem bezpiecznym, pełnym ciepła i uśmiechu dla dzieci.

Sama zainteresowana nie kryje wdzięczności. - *Serdecznie dziękuję za okazane zaufanie i powierzenie mi funkcji dyrektora. Jest to dla mnie zaszczyt oraz zobowiązanie do rzetelnej i odpowiedzialnej pracy na rzecz naszej gminy. Dołożę wszelkich starań, aby należycie wywiązać się z powierzonych obowiązków* - zapewnia Monika Dębek.

Budowa żłobka to jedna z ważniejszych inwestycji w gminie Kłoczew. Zadanie zrealizowano dzięki wsparciu z Krajowego Planu Odbudowy, z którego pozyskano 4,5 mln zł. Całość inwestycji kosztowała 5,2 mln zł. Nowy obiekt powstał w miejscu dawnej szkoły, która nie nadawała się do modernizacji i została rozebrana.

Żłobek jest budynkiem parterowym, w pełni dostosowanym do potrzeb najmłodszych. Powierzchnia zabudowy wynosi 717,5 m², a użytkowa 609 m². Placówka pomieści trzy oddziały: dwa dla 24 dzieci oraz jeden dla 16 maluchów. Łącznie opiekę znajdzie tu 64 dzieci. W budynku są sale pobytu, pomieszczenia socjalne i gospodarcze, aneks kuchenny, szatnia, biura oraz sanitariaty, w tym przystosowane dla osób z niepełnosprawnościami.

- *Zakładamy, że w pierwszych latach nie będzie pełnego obłożenia, ale doświadczenie naszego przedszkola pokazuje, że z czasem liczba dzieci znacząco rośnie. Proszę rodziców o zaufanie i zachęcam do zapisów dzieci do naszego żłobka* - mówi wójt.

Zapisy i szczegółowe informacje prowadzi Centrum Usług Wspólnych w Kłoczewie. Zajęcia w żłobku będą wspierać m.in. rozwój mowy, samodzielność, umiejętności społeczne, sprawność ruchową i kreatywność, a także ułatwią dzieciom późniejsze rozpoczęcie nauki w przedszkolu.

z

Znów podzielili się opłatkiem

Zeszłoroczna inicjatywa proboszcza, ks. Marcina Dąbrowskiego została podtrzymana. Świetlica przy OSP w Pawłowicach wypełniła się radosnym gwarem i świąteczną atmosferą

W tym roku spotkanie miało charakter międzyparafialny. Ksiądz Marcin kilka miesięcy temu został również proboszczem parafii Wargocin, dlatego na spotkanie opłatkowe parafii Piotrowice zostali również zaproszeni mieszkańcy sąsiedniej parafii. Sala świetlicy znów wypełniła się chętnymi do spędzenia wspólnego popołudnia. Jeszcze w świątecznej atmosferze uczestnicy mogli obejrzeć m.in. jasełka w wykonaniu uczniów ze Szkoły Podstawowej w Pawłowicach. Nie zabrakło również wspólnego kolędowania. Na stołach pojawiły się wigilijne potrawy, aby jeszcze bardziej nadać świątecznego charakteru spotkania. Wzruszającym momentem było dzielenie się opłatkiem i składanie sobie nawzajem noworocznych życzeń.

Po raz kolejny okazało się, że takie spotkania, które integrują mieszkańców, są bardzo potrzebne.

zj (fot. parafia Piotrowice)

Uczestnicy spotkania mogli obejrzeć m.in. jasełka w wykonaniu uczniów

Dużymi brawami zakończył się występ uczniów ze Szkoły Podstawowej w Pawłowicach

Świetlica w Pawłowicach znów wypełniła się radosnym gwarem i świąteczną atmosferą

Ks. Marcin Dąbrowski, który jest pomysłodawcą spotkania opłatkowego, nie kryje zadowolenia z tego, że tak wielu parafian che brać udział w tym spotkaniu. - Dziękuję wszystkim za tak liczną obecność i wspólną modlitwę. Szczególnie dziękuję wszystkim zaangażowanym w przygotowanie tego pięknego wydarzenia - mówi proboszcz

Wszyscy z uwagą słuchali i oglądali kolejnych występów często przyłączając się do wspólnego śpiewu

eprasa.pl 99fa34175c

BAWILI SIĘ DO BIAŁEGO RANA

Tanecznym krokiem rozpoczęli odliczanie dni do egzaminu maturlanego. 17 stycznia uczniowie Zespołu Szkół Zawodowych nr 2 w Dęblinie spotkali się na balu studniówkowym

Na to wyjątkowe wydarzenie przez pięć lat nauki oczekiwały dwie klasy dęblińskich „Garów": technikum reklamy z rachunkowością (TRR) oraz technikum hotelarstwa, żywienia i usług gastronomicznych (THG), łącznie 32 maturzystów, nie licząc osób towarzyszących. Dorosła już młodzież wybrała na celebrowanie balu „Gościniec pod lasem" w Grabowcach Dolnych. Panie i panowie prezentowali się bardzo elegancko. Wieczorowe suknie i dobrane garnitury zadawały szyku i budziły dumę nauczycieli i rodziców.

W studniówkowy bal wprowadzili zebranych sami uczniowie w duetach. Nikola Urbanik i Aleksandra Kowalczyk wystąpiły jako prowadzące i witające uczestników i gości. Osobne dwie pary pospieszyły zaś z kwiatami w kierunku wychowawczyń. Weronika Drachal i Oskar Mosek udali się do Aldony Bakiery-Walaszek, która opiekowała się technikum reklamy i rachunkowości. Weronika Czerska i Bartek Bany pokłonili się Marcie Cybuli, wychowawczyni hotelarstwa, żywienia i usług gastronomicznych. Obie nauczycielki otrzymały nie tylko bukiet kwiatów, ale i podziękowania za przekazaną wiedzę, życzliwość i cierpliwość.

Studniówka nie mogła się nie zacząć od klasycznego poloneza. Maturzyści z niecierpliwością czekali momentu, by pochwalić się układem, którego nauczył ich nauczyciel Dariusz Piwoński. Każda z klas tańczyła do poloneza Wojciecha Kilara „Pan Tadeusz", ale w innych układach. W klasie VTRR w pierwszej parze można było wypatrzeć Martynę Sokołek i Kacpra Kobiałkę. Zaś w klasie VTHG „chodzonego" dumnie zaczynali Julia Gregorczyk i Mateusz Michalak.

Na tym jednak część oficjalna się nie zakończyła. Uczniowie przygotowali bowiem coś specjalnego dla swoich nauczycieli: przedstawienie, które w sposób humorystyczny ukazało posiedzenie rady pedagogicznej. W skeczu wzięli udział: Martyna Sokołek, Nikola Urbanik, Bartosz Majak, Aleksandra Kowalczyk, Weronika Drachal, Natalia Ochnik, Weronika Czerska, Jakub Babik, Kacper Dąbrówka, Patrycja Lewandowska, Marzena Kamińska i Carmella Oniszek.

Gdy elementy formalne zostały spełnione, przyszedł czas na bal, który trwał do białego rana.

Swoich podopiecznych z dumą obserwowała dyrektor szkoły.

- *Potwierdzili, że potrafią łączyć naukę z odpowiedzialnym i eleganckim celebrowaniem ważnych momentów w życiu szkolnym* - mówi Mariola Sulima.

Tomasz Kępka

Tej nocy nie było mowy o zamartwianiu się maturą. Królowały radość i uśmiech (fot. Paweł Gliwka)

Klasa technikum reklamy z rachunkowością z chęcią zrobiła sobie pamiątkową fotografię z wychowawczynią Aldoną Bakierą-Walaszek i dyrektor Mariolą Sulimą (fot. Paweł Gliwka)

Ten wspólnie spędzony czas balowicze zapamiętają na długo (fot. Paweł Gliwka)

Wspólne zdjęcie z wychowawcą Martą Cybulą i dyrektor Mariolą Sulimą zrobiła sobie również klasa technikum hotelarstwa, żywienia i usług gastronomicznych (fot. Paweł Gliwka)

Dobra muzyka i doborowe towarzystwo sprawiły, że uczniowie bawili się doskonale (fot. Paweł Gliwka)

Wieczór zaczął się klasycznie od wykwintnego poloneza. Uczniowie wybrali „Pana Tadeusza" Wojciecha Kilara (fot. Paweł Gliwka)

eprasa.pl 99fa34175c

WYTWORNE SUKNIE, ELEGANCKIE GARNITURY I MNÓSTWO RADOŚCI

W sobotni wieczór uczniowie trzech klas Technikum Mechanicznego z Ryk balem studniówkowym rozpoczęli swoje odliczanie do matury

Młodzi, którzy już w maju zmierzą się z jednym z najważniejszych egzaminów w swoim życiu spotkali się, by wspólnie świętować przed intensywnym okresem nauki. Panie w pięknych sukniach wieczorowych, panowie w eleganckich garniturach na początek zaprezentowali się w układzie tanecznym do poloneza, przygotowanym pod kierunkiem nauczycielki wychowania fizycznego Edyty Sergiel. Tańczącym przyglądali się nie tylko nauczyciele, ale również licznie przybyli na ten moment rodzice, którzy nie kryli swojego wzruszenia. - *Wśród tegorocznych maturzystów jest mój syn. Najmłodszy z moich dzieci, więc to dla mnie ostatnia studniówka* - mówi Anetta Okoń, przewodnicząca rady rodziców.

Wszystkich uczestników tego dorocznego wydarzenia powitał dyrektor szkoły Grzegorz Kamiński. Życząc młodzieży przede wszystkim wspaniałej zabawy, wyraził również nadzieję, że wiosną wszyscy pomyślnie przejdą przez ten jeden z najważniejszych w życiu egzaminów. - *Życzę aby wiedza, umiejętności, to co zdobyliście w naszym technikum, aby wam pomogło albo w dalszej edukacji, albo założeniu rodziny czy znalezieniu wymarzonej pracy* - przemawiał dyrektor.

Nie mogło również zabraknąć podziękowań. Ze strony uczniów za pięcioletni trud nauki i wychowania. Piękne bukiety kwiatów trafiły na ręce kierownictwa szkoły oraz wychowawców tegorocznych klas maturalnych, czyli Anny Marciniak (kl. Vac), Agnieszki Bilicz (kl. Vb) i Ewy Kłosowskiej (kl. Ve).

Sobotnia noc, choć minęła bardzo szybko, to z całą pewnością na długo pozostanie w pamięci.

Zbigniew Jończyk

Uczniowie podziękowali też swoim wychowawczyniom Agnieszce Bilicz, Ewie Kłosowskiej i Annie Marciniak

Sobotnia noc na długo zapadnie w pamięci maturzystów. Panowała świetna atmosfera

„Matura dzisiaj rządzi na parkiecie" chórem śpiewali razem z zespołem „Relaks" Bartosz Łubianka, Patryk Cuch, Bartosz Siedliski, Igor Gugała i Mateusz Czerski

Tegoroczni maturzyści swój pierwszy w dorosłym życiu bal rozpoczęli tradycyjnym polonezem

Już pierwsze piosenki zachęciły młodzież do wyjścia na parkiet. Do tańca ochoczo ruszyli m.in. Mateusz Bieńczyk, Marcin Sieraj, Szymon Gruza, Bartosz Grabek oraz Mateusz Stępniak z osobami towarzyszącymi

Na to wydarzenie czekali 5 lat. Uczniowie, którzy już za 100 dni zasiądą w ławkach, aby napisać jeden z najważniejszych swoich egzaminów w życiu, w sobotę spotkali się, aby wspólnie zabawić się przed wytężonym czasem nauki. Na zdjęciu Marek Mąkowski, Filip Kępka, Jakub Pilzak, Artur Stopa i Mateusz Pudło z technikum informatycznego

Panie tego wieczoru wyglądały przepięknie, a panowie elegancko

eprasa.pl 99fa34175c

Nominowani do tytułu Sportowiec Roku 2025

IGOR BELKA
Ruch Ryki
piłka nożna
SPORTOWIEC

Bramkarz i wychowanek Ruchu Ryki, który po epizodach w innych klubach wrócił do macierzystej drużyny. Podstawowy golkiper zespołu występującego w IV lidze lubelskiej. Regularnie notuje solidne występy ligowe, co zaowocowało powołaniem do kadry LZPN na turniej Regions Cup.

JAN CIEŚLA
Czarni Dęblin
piłka nożna
SPORTOWIEC

18-letni lewy obrońca, regularnie występujący w wyjściowej jedenastce. Ambitny, pewny w grze głową i zapewniający spokój w defensywie. Potrafi także aktywnie włączać się do akcji ofensywnych, stwarzając zagrożenie skrzydłem. Na boisku twardy i waleczny.

PIOTR JÓZEFOWICZ
Biegusuem.pl
biegi
SPORTOWIEC

Biegacz amator, aktywnie uczestniczący w maratonach, półmaratonach i biegach ulicznych. Regularnie startuje w barwach Biegusiem.pl. Ukończył m.in. Maraton Warszawski z czasem 3:40:16, potwierdzając solidne przygotowanie i konsekwencję treningową.

SZYMON BECZEK
Amator Leopoldów/Rososz
piłka nożna
SPORTOWIEC

Jeden z najszybszych zawodników A klasy i ofensywna siła Amatora. Nieustępliwy, zadziorny i bardzo waleczny mimo skromniejszych warunków fizycznych. Świetnie radzi sobie w pojedynkach jeden na jeden. Jego zaangażowanie regularnie przekłada się na gole i asysty.

DANIEL FILIKS
Mazowsze Stężyca
piłka nożna
SPORTOWIEC

Doświadczony lider i kapitan Mazowsza Stężyca. Silny, nieustępliwy obrońca, który dyryguje zespołem zarówno na boisku, jak i w szatni. Z klubem związany od juniora, w seniorach regularnie występuje od kilku sezonów. Jego spokój i doświadczenie są filarem drużyny.

WITOLD KANIA
niezrzeszony
kolarstwo
SPORTOWIEC

Doświadczony ultramaratończyk kolarski z Ryk, regularnie startujący w najtrudniejszych wyścigach długodystansowych w Polsce. Zwycięzca m.in. Maratonu Rowerowego Dookoła Polski oraz Północ-Południe. Wyróżnia się ogromną wytrzymałością, taktyką i determinacją.

KRZYSZTOF BEDNARCZYK
Mazowsze Stężyca
piłka nożna
SPORTOWIEC

Z Mazowszem związany na dobre i na złe. Pamięta zarówno walkę o utrzymanie, jak i spokojne sezony w A klasie. Zawodnik wyróżniający się bardzo dobrym dryblingiem oraz skutecznym wykończeniem akcji. Ważna postać drużyny na przestrzeni lat.

KATARZYNA FIJOŁ
Amatorska Liga Siatkówki
siatkówka
SPORTOWIEC

Kapitan i liderka zespołu DD Team, który zdobył mistrzostwo XI edycji ALS Ryki Kobiet. Jej mocną stroną jest gra defensywna oraz umiejętność mobilizowania drużyny w trudnych momentach. Odpowiedzialna, zaangażowana i ceniona przez koleżanki z zespołu za charakter oraz boiskową dojrzałość.

EMILIA KOŁOMAŃSKA
Dynamo Gózd
tenis stołowy
SPORTOWIEC

Utalentowana tenisistka stołowa, reprezentantka UKS Dynamo Gózd. Regularnie osiąga wysokie lokaty w turniejach regionalnych i ogólnopolskich. Należy do ścisłej czołówki województwa lubelskiego w swojej kategorii wiekowej i stale potwierdza swoją formę przy stole.

RYSZARD BIEŃCZYK
Tur Ryki
wyciskanie sztangi
SPORTOWIEC

Zawodnik siłowy reprezentujący MKS Tur Ryki, specjalizujący się w wyciskaniu sztangi leżąc. Triumfator Pucharu Polski w Kielcach w kategorii powyżej 70 lat. Wycisnął 100 kg przy wadze około 67 kg, zajmując pierwsze miejsce i potwierdzając wysoką formę sportową.

PAWEŁ GAWRYOŁEK
Błękitni Leopoldów
tenis stołowy
SPORTOWIEC

Podstawowy i doświadczony zawodnik UPKS Błękitni Leopoldów - II-ligowej drużyny tenisa stołowego. Jest ważnym ogniwem zespołu w rozgrywkach ligowych. Poza grą aktywnie angażuje się w organizację turniejów tenisa stołowego oraz w propagowanie tej dyscypliny w regionie.

MIROSŁAW KOWALSKI
Koło PZW w Rykach nr 5
wędkarstwo
SPORTOWIEC

Reprezentant Koła PZW nr 56 Ryki, od czterech lat startujący wyczynowo w zawodach wędkarskich. Odnosi znaczące sukcesy zarówno w rywalizacji letniej, jak i zimowej. Regularnie plasuje się w czołówce zawodów organizowanych przez koło.

JACEK BŁASIŃSKI
LKK Tsunami
karate tsunami
SPORTOWIEC

Doświadczony zawodnik sportów walki, od 16 lat rywalizujący na najwyższym poziomie. Wieloletni reprezentant i członek Kadry Polski w kickboxingu, zawodnik utytułowany i ceniony w środowisku. Na co dzień trener i instruktor kickboxingu, boksu, karate oraz taekwondo, posiadający stopnie mistrzowskie.

MARCIN GŁODEK
Mazowsze Stężyca
biegi
SPORTOWIEC

Ceniony biegacz długodystansowy z Mazowsza, reprezentujący klub Mazowsze Stężyca. Regularnie zajmuje czołowe miejsca w lokalnych biegach ulicznych i przełajowych. Jest jedną z rozpoznawalnych postaci środowiska biegowego w regionie.

MAKSYMILIAN ŁUBIANKA
Czarni Dęblin
piłka nożna
SPORTOWIEC

Mimo młodego wieku stał się jednym z filarów drużyny z Dęblina. Odpowiada za kreowanie gry ofensywnej, a swoją zadziornością skutecznie wspiera także defensywę. Bardzo uzdolniony technicznie zawodnik, wyróżniający się ogromną wydolnością.

DOMINIK BUCZEK
Forca Dęblin
sztuki walki MMA
SPORTOWIEC

Zawodnik mieszanych sztuk walki (MMA), który przeszedł drogę od walk amatorskich do zawodowej kariery. Reprezentuje m.in. Forca Dęblin. Na gali TFL 33 w marcu 2025 roku wygrał decyzją sędziów, a podczas TFL 35 w październiku 2025 zwyciężył przez duszenie zza pleców w pierwszej rundzie. Stał się pretendentem do pasa TFL w wadze lekkiej.

MICHAŁ IMAS
Amator Leopoldów/Rososz
piłka nożna
SPORTOWIEC

Podstawowy zawodnik Amatora Leopoldów Rososz występującego w A klasie. Solidny i ambitny, bardzo zaangażowany w treningi. Na boisku waleczny i nieustępliwy, znany z ogromnej pracowitości - podczas meczów pokonuje najwięcej kilometrów w drużynie.

MATEUSZ MATEŃKA
Orlęta Nowodwór
piłka nożna
SPORTOWIEC

Podstawowy obrońca drużyny seniorskiej, odgrywający kluczową rolę w formacji defensywnej. Z zespołem związany od początku jego istnienia. Wyróżnia się lojalnością, doświadczeniem i dobrą techniką piłkarską. Dobry duch drużyny - zawsze uśmiechnięty i pozytywnie nastawiony.

BARTŁOMIEJ BUŁHAK
Ruch Ryki
piłka nożna
SPORTOWIEC

Jedna z ikon Ruchu Ryki. Przez 12 sezonów zdobył dla klubu ponad 200 bramek, zapisując się na stałe w jego historii. Wicekról strzelców klasy okręgowej w sezonie 2024/2025, współtwórca historycznego awansu do IV ligi. Po rundzie jesiennej wicelider klasyfikacji strzelców IV ligi.

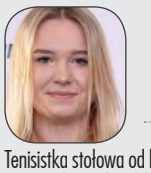
SEBASTIAN JAWOSZEK
Amator Leopoldów/Rososz
piłka nożna
SPORTOWIEC

Objawienie sezonu w drużynie Amatora. Najskuteczniejszy zawodnik II grupy A klasy w rundzie jesiennej sezonu 2025/2026. Zdobył aż 30 bramek, w tym cztery w wygranym 9:1 meczu z Górą Puławską. Dynamiczny, skuteczny i niezwykle groźny napastnik.

RAFAŁ NIEDBALSKI
NGOWWS Z Łabędziem Pływać
zimowe pływanie
SPORTOWIEC

Zawodnik klubu „Nadwiślańska Grupa Open Water and Winter Swimming - Z Łabędziem pływać". Uczestnik licznych zawodów rangi Pucharu Polski w zimowym pływaniu. W sezonie 2024/2025 zdobył trzecie miejsce na dystansie 100 m w kategorii wiekowej podczas Pucharu Świata IWSA w Gdyni.

eprasa.pl 99fa34175c



WIKTORIA OSIAL
Dynamo Gózd
tenis stołowy
SPORTOWIEC

Tenisistka stołowa od lat związana z UKS Dynamo Gózd. Regularnie klasyfikowana w rankingach Polskiego Związku Tenisa Stołowego. Systematyczna, ambitna i konsekwentna w treningu, co przekłada się na stabilne wyniki sportowe.

BŁAŻEJ SIKORA
Czarni Dęblin
piłka nożna
SPORTOWIEC

Najmłodszy bramkarz w kadrze Czarnych Dęblin, który przebojem wywalczył miejsce w pierwszym składzie. Bez kompleksów radził sobie nawet w meczach z zespołami wyższych lig, m.in. przeciwko III-ligowej Świdniczance. Czujny, z doskonałym refleksem.

MARCIN WIŚNIEWSKI
Koło PZW Czysta Woda Ryki
wędkarstwo
SPORTOWIEC

Prezes Koła PZW „Czysta Woda" w Rykach. Aktywny uczestnik lokalnych zawodów wędkarskich oraz zaangażowany organizator imprez sportowych dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Jego działalność przyczynia się do popularyzacji wędkarstwa w regionie.

KRZYSZTOF POPIS
Amatorska Liga Siatkówki
siatkówka
SPORTOWIEC

Wszechstronny i niezwykle zaangażowany zawodnik AWP Development. Ambitny, waleczny i nigdy się niepoddający. Jako środkowy w dużym stopniu przyczynił się do zwycięstwa zespołu w XXIII edycji ALS Mężczyzn.

PIOTR ŚWITAJ
NGOWWS Z Łabędziem Pływać
zimowe pływanie
SPORTOWIEC

Założyciel i prezes Nadwiślańskiej Grupy Open Water & Winter Swimming „Z łabędziem pływać". Aktywny propagator pływania w wodach otwartych, zarówno letniego, jak i zimowego. Uczestnik wielu zawodów ogólnopolskich i międzynarodowych. W sezonie 2024/2025 wicemistrz Pucharu Świata IWSA na dystansie 100 m.

TOMASZ WOLIŃSKI
Tur Ryki
wyciskanie sztangi
SPORTOWIEC

Czołowy zawodnik wyciskania sztangi leżąc w kategoriach masters i weteran. Medalista Mistrzostw Polski oraz Pucharu Polski w kilku kategoriach wagowych. Regularnie plasuje się w ścisłej krajowej czołówce. Jego wyniki potwierdzają wysoką formę i sportową konsekwencję.

ŁUKASZ POTOCKI
Koło PZW nr 4 w Dęblinie
wędkarstwo
SPORTOWIEC

Wędkarz z kilkunastoletnim doświadczeniem, aktywny i pracowity działacz koła. Pomaga przy organizacji zawodów wędkarskich i jest czynnym członkiem Społecznej Straży Rybackiej. Ceniony za zaangażowanie i bezinteresowną pomoc.

MAJA WAROWNA
Dynamo Gózd
tenis stołowy
SPORTOWIEC

Reprezentantka Dynama Gózd, regularnie zajmująca czołowe miejsca w turniejach wojewódzkich i klubowych. Laureatka plebiscytu „Twojego Głosu" na Najpopularniejszego Sportowca. Systematyczna i ambitna zawodniczka.

BŁAŻEJ WOŹNIAK
Ruch Ryki
piłka nożna
SPORTOWIEC

Debiutował w seniorskiej piłce już w wieku 15 lat. Jako nastolatek wywalczył miejsce w IV-ligowym zespole Ruchu Ryki. Bardzo sprawny fizycznie, bez kompleksów rywalizuje ze starszymi zawodnikami. Charakteryzuje się odwagą i boiskową dojrzałością.

KAMIL RAFELD
Biegusuem.pl
biegi
SPORTOWIEC

Rok 2025 był dla niego bardzo udany – regularne treningi i brak poważnych kontuzji pozwoliły na liczne starty na dystansach 5 i 10 km. Zwyciężył w kategorii osób z niepełnosprawnościami podczas Biegu Sapiehów w Kodniu. Do najważniejszych osiągnięć zalicza ukończenie 17. PZU Poznań Półmaratonu oraz powrót po dziewięciu latach na dystans maratonu - 47. Maraton Warszawski.

Nominowani do tytułu Trener Roku 2025

WOJCIECH KĘPKA
Ruch Ryki
piłka nożna
TRENER

Trener młodzieżowych zespołów Ruchu Ryki. Pod jego opieką drużyny osiągają bardzo dobre wyniki w turniejach regionalnych i wojewódzkich. Prowadzony przez niego zespół należy do ścisłej czołówki na Lubelszczyźnie. Dwóch jego zawodników było finalistami ogólnopolskiego Turnieju 4 Move 1x1 na Stadionie Śląskim.

KRZYSZTOF KUCHNIO
Tur Ryki
wyciskanie sztangi
TRENER

Zawodnik i trener w wyciskaniu sztangi leżąc, reprezentujący klub TUR Ryki. Wielokrotny uczestnik mistrzostw Polski jako zawodnik. Jako trener może pochwalić się sukcesami swoich podopiecznych - medalami Pucharu Polski i mistrzostw kraju. Aktywnie działa w lokalnym środowisku sportowym.

Nominowani do tytułu Trener Roku 2025

CEZARY ADAMSKI
Orlik Dęblin
piłka nożna
TRENER

Aktywny trener i wiceprezes MKS Czarni 1947 Dęblin. Jedna z kluczowych postaci przy odbudowie struktur klubu oraz organizacji drużyny seniorów, która wywalczyła awans do okręgówki. Obecnie prowadzi szkolenie dzieci w Orliku Dęblin, z dużym zaangażowaniem pracując u podstaw.

RADOSŁAW KORNAS
Amator Leopoldów/Rososz
piłka nożna
TRENER

Trener grup młodzieżowych Amatora, a jednocześnie zawodnik drużyny seniorów. Aktywny działacz klubowy, otwarty na współpracę i nowe inicjatywy. Dobry organizator, współtwórca dużych turniejów dziecięcych rozgrywanych w Rososzy.

ADRIAN KUREK
Forca Dęblin
sztuki walki MMA
TRENER

Założyciel i trener Dęblińskiego Klubu MMA Forca Dęblin. Były zawodnik MMA, walczący m.in. na galach FEN, Madness Cage Fighting oraz Armia Fight Night. Jeden z trenerów Dominika Buczka - obecnie najlepszego zawodnika MMA z powiatu ryckiego. Aktywnie rozwija sporty walki w regionie.

DANIEL CIENKOWSKI
Czarni Dęblin
piłka nożna
TRENER

Trener Czarnych Dęblin, prowadzący zespół występujący w A klasie. Po rundzie jesiennej drużyna zajmuje pierwsze miejsce w tabeli, mając realne szanse na awans do klasy okręgowej. Jego praca charakteryzuje się konsekwencją, dobrą organizacją i skutecznym zarządzaniem zespołem.

SEBASTIAN KOZDRÓJ
Ruch Ryki
piłka nożna
TRENER

Trener Ruchu Ryki, stawiający na długofalowy rozwój zespołu i wychowanków klubu. Duży nacisk kładzie na stabilizację składu oraz pracę z młodzieżą. Pod jego wodzą Ruch Ryki wywalczył historyczny awans do IV ligi, potwierdzając skuteczność obranej koncepcji szkoleniowej.

ZBIGNIEW KUŹMIAK
Błękitni Leopoldów
tenis stołowy
TRENER

Trener tenisa stołowego w Błękitnych Leopoldów. Doświadczony szkoleniowiec, który od lat pracuje z młodzieżą i seniorami, przyczyniając się do rozwoju tej dyscypliny w regionie. Ceniony za wiedzę, spokój i konsekwencję w pracy trenerskiej.

KRYSTIAN FILIPEK
LKK Tsunami
karate tsunami

Założyciel i główny trener Lubelskiego Klubu Karate Tsunami. Posiadacz mistrzowskiego stopnia 3 dan oraz tytułu meijin (uzdolniony mistrz). Odznaczony Złotym Krzyżem Zasługi dla Sztuk Walki klasy I za wkład w rozwój i popularyzację karate. Od lat z powodzeniem szkoli kolejne pokolenia zawodników.

WOJCIECH KRYCZKA
Amator Leopoldów/Rososz
piłka nożna
TRENER

Znany i ceniony trener Amatora, od lat odpowiedzialny za codzienną pracę szkoleniową i taktyczną zespołu seniorów grających w A klasie. Laureat plebiscytu „Twojego Głosu". Na ławce trenerskiej energiczny i impulsywny, żywiołowo reagujący na boiskowe wydarzenia.

ANDRZEJ KOŁODZIEJ
Bobry Bobrowniki
tenis stołowy
TRENER

Trener koordynator kadr wojewódzkich Lubelszczyzny oraz sędzia tenisa stołowego klasy państwowej. Sędziował m.in. Mistrzostwa Europy, mecze Superligi i Ekstraklasy. Trener Bobrów Bobrowniki, którzy uplasowali się na 5. miejscu w wojewódzkiej klasyfikacji klubów, zdobywając liczne medale.

eprasa.pl 99fa34175c

WITOLD ŁUKASIAK
TRENER

Dynamo Gózd

tenis stołowy

Doświadczony trener tenisa stołowego w UKS Dynamo Gózd. Od lat zaangażowany w rozwój młodych zawodników i budowę silnego ośrodka tenisowego w powiecie ryckim. Ceniony za wiedzę szkoleniową, cierpliwość i konsekwencję w pracy trenerskiej.

GUSTAW SERAFIN
TRENER

Legion Grabów Szlachecki

piłka nożna

Zaangażowany trener piłkarski z Grabowa Szlacheckiego, prowadzący młode piłkarki „Legionu" do sukcesów wojewódzkich i ogólnopolskich. Jego praca ceniona jest zarówno pod względem szkoleniowym, jak i wychowawczym. Potwierdzają to liczne tytuły, wyróżnienia oraz uznanie w plebiscytach sportowych.

ŁUKASZ WOJTAŚ
TRENER

Orlęta Nowodwór

piłka nożna

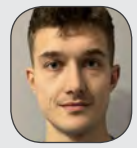
Od półtora roku trener grup dziecięcych Orląt Nowodwór. Pod jego opieką trenują dzieci z roczników 2012-2019, tworząc trzy grupy szkoleniowe. Jego podopieczni odnoszą liczne sukcesy turniejowe, regularnie stając na podium.

ROBERT PIOTROWSKI
TRENER

Piekiełko Przykwa

piłka nożna

Znany i ceniony szkoleniowiec Piekiełka Przykwa. Trener z dużym doświadczeniem i wiedzą piłkarską, konsekwentnie pracujący nad rozwojem zespołu. Cieszy się autorytetem wśród zawodników i uznaniem w lokalnym środowisku piłkarskim.



DAMIAN SZCZĘŚNIAK
TRENER

Amator Leopoldów/Rososz

piłka nożna

Trener młodego pokolenia w Amatorze, prowadzący zespoły juniorów oraz skrzatów. Spokojny, cierpliwy i opanowany, z doskonałym podejściem do pracy z dziećmi. Uważnie obserwuje wydarzenia na boisku, rzadko ulegając emocjom. Jego przyszłość trenerska zapowiada się bardzo obiecująco.

MACIEJ WNUK
TRENER

Mazowsze Stężyca

piłka nożna

Od lat związany z Mazowszem Stężyca jako zawodnik i trener. Szkoleniowiec grup młodzieżowych, a pod koniec rundy jesiennej pełnił funkcję tymczasowego trenera seniorskiej drużyny A-klasowej. Zaangażowany w rozwój klubowej młodzieży i struktur szkoleniowych.

DARIUSZ PIWOŃSKI
TRENER

Amator Leopoldów/Rososz

tenis stołowy

Wiceprezes klubu Amator odpowiedzialny za sekcję tenisa stołowego oraz wiceprzewodniczący Rady Wojewódzkiej LZS w Lublinie. Organizator zawodów wojewódzkich i ogólnopolskich „Aktywna Wieś LZS". Prezes MULKS Libero Dęblin, aktywnie działający na rzecz rozwoju sportu.

Nominowani do tytułu Junior Roku 2025

MAGDALENA BECZEK
JUNIOR

Klub Karate Tradycyjnego Ryki

karate

Od kilku lat trenuje karate w Klubie Karate Tradycyjnego Ryki. Obecnie posiada stopień 5 kyu. Wielokrotnie z powodzeniem startowała w zawodach krajowych i międzynarodowych, zdobywając liczne medale. Mistrzyni Polski z 2022 roku. W plebiscycie „Twojego Głosu" zajęła 1. miejsce w kategorii Junior Roku.

MAJA BECZEK
JUNIOR

Legion Grabów Szlachecki

piłka nożna

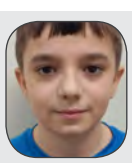
Utalentowana młoda piłkarka Górnika Łęczna. Pierwsze piłkarskie kroki stawiała w Legionie Grabów Szlachecki. Z zespołem Supermenek wygrała wojewódzki finał turnieju „Z Podwórka na Stadion", a następnie wystąpiła w finale ogólnopolskim. Należy do wyróżniających się zawodniczek młodego pokolenia.

ANTONI CHADAJ
JUNIOR

Orlęta Nowodwór

piłka nożna

Jedenastoletni zawodnik wyróżniający się ogromnym zaangażowaniem, walecznością i szybkością. W pojedynkach jeden na jeden wygrywa większość starć, co przekłada się na dużą liczbę zdobywanych bramek. Kilkukrotnie zostawał królem strzelców turniejów. Koleżeński i lubiany w drużynie.



MICHAŁ CHMIELEWSKI
JUNIOR

Orlęta Nowodwór

piłka nożna

Zawodnik bardzo dobrze wyszkolony technicznie, wyróżniający się świetnym panowaniem nad piłką. Potrafi zarówno skutecznie wykańczać akcje, jak i kreować sytuacje kolegom, notując wiele asyst. Ważne ogniwo zespołu, koleżeński i lubiany w drużynie.

Nominowani do tytułu Junior Roku 2025

JAKUB DOMINIAK
JUNIOR

Orlik Dęblin

piłka nożna

Środkowy obrońca, który z powodzeniem występuje także jako defensywny pomocnik. Wyróżnia się bardzo dobrym odbiorem piłki, czytaniem gry i przerywaniem akcji rywali. Chętnie włącza się do ofensywy, inicjując kontrataki i zdobywając bramki. Dobrze kontroluje tempo gry całego zespołu.

JAN JANKOWSKI
JUNIOR

Tur Ryki

wyciskanie sztangi

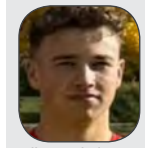
Zawodnik klubu TUR Ryki, od dwóch lat specjalizujący się w wyciskaniu sztangi leżąc. W 2025 roku reprezentował klub na Mistrzostwach Polski w Janowcu, gdzie zajął piąte miejsce, uzyskując wynik 130 kg. Systematyczny i ambitny sportowiec z dużym potencjałem rozwoju.

WOJCIECH GOLUCH
JUNIOR

Koło PZW Czysta Woda Ryki

wędkarstwo

Zwycięzca Turnieju Wiedzy o Wędkarstwie w Łukowie. Dwukrotny mistrz Lubelszczyzny Szkółek Wędkarskich - drużynowo i indywidualnie. Zajął również 4. miejsce drużynowo i indywidualnie w zawodach Strefy Południowo-Wschodniej. Ambitny i konsekwentny zawodnik młodego pokolenia.



BARTEK JERMOLIK
JUNIOR

Mazowsze Stężyca

piłka nożna

Piłkarz młodego pokolenia występujący w A-klasowej drużynie Mazowsza. Jak na siedemnastolatka wyróżnia się ponadprzeciętnymi warunkami fizycznymi. Najczęściej gra na lewej obronie, ale potrafi odnaleźć się na każdej pozycji w formacji defensywnej.

KACPER GOLUCH
JUNIOR

Amator Leopoldów/Rososz

tenis stołowy

Czołowy zawodnik sekcji tenisa stołowego KS Amator Leopoldów Rososz. Zdobywca drugiego miejsca w VIII Turnieju Grand Prix LZS w Bełżycach oraz jeden z liderów całego cyklu rozgrywek. Regularnie potwierdza wysoką formę na zawodach.

JULIA JANISZEK
JUNIOR

Legion Grabów Szlachecki

piłka nożna

Srebrna medalistka wielkiego finału Pucharu Tymbarka oraz królowa strzelczyń eliminacji wojewódzkich. Bez kompleksów rywalizuje w rozgrywkach ligowych z chłopcami. Regularnie powoływana na konsultacje Kadry Wojewódzkiej LZPN. Odnosi także sukcesy w biegach oraz tenisie stołowym.

AMELIA GRZECHNIK
JUNIOR

KK Tsunami

karate tsunami

Karate trenuje od pięciu lat. Posiada pomarańczowy pas z dwiema czarnymi belkami (10 kyu). Na Mistrzostwach Polski zdobyła dwa złote i jeden srebrny medal, a na Mistrzostwach Międzywojewódzkich dwukrotnie zajęła czwarte miejsce. Laureatka Złotego Krzyża Zasługi dla Sztuk Walki klasy I.

ALEKSANDER JANISZEK
JUNIOR

Orlik Dęblin

piłka nożna

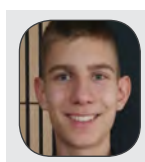
Środkowy pomocnik i mózg drużyny, lubiący dyktować tempo gry. Wszechstronny technicznie, z dobrym dryblingiem i precyzyjnym strzałem. Doskonale czyta grę i zagrania rywali. Jego podania często otwierają drogę do bramki.

JULIA GRUZA
JUNIOR

KK Tsunami

karate tsunami

Karate trenuje od listopada 2020 roku. Obecnie posiada pomarańczowy pas z dwiema czarnymi belkami (10 kyu). W minionym roku zdobyła dwa złote i jeden srebrny medal na Mistrzostwach Polski oraz trzy brązowe medale na Mistrzostwach Międzywojewódzkich. Laureatka Złotego Krzyża Zasługi dla Sztuk Walki klasy I.



KRZYSZTOF KAMIŃSKI
JUNIOR

Amator Leopoldów/Rososz

piłka nożna

Obiecujący piłkarz młodego pokolenia o bardzo dobrych warunkach fizycznych. Pewnie operuje piłką i potrafi uderzyć z dystansu. Ambitny i konsekwentny w rozwoju sportowym. Największym wyzwaniem pozostaje omijanie kontuzji.

eprasa.pl 99fa34175c

FRANEK KĘPKA
JUNIOR

Ruch Ryki

piłka nożna

Zajął VI miejsce w Polsce na Turnieju 4 Move w grze 1x1 oraz zdobył tytuł mistrza Lubelszczyzny w tej formule. Jeden z najbardziej utalentowanych piłkarzy młodego pokolenia Ruchu Ryki. Jego talent został dostrzeżony przez skautów Lecha Poznań, którzy zaprosili go na testy.

DANIEL PIWOWARCZYK
JUNIOR

Koło PZW nr 4 w Dęblinie

wędkarstwo

Najmłodszy kandydat w kategorii Junior, mimo wieku wyróżniający się zaangażowaniem. Od trzech lat rozwija swoją pasję do wędkarstwa pod okiem taty i dziadka. Łączy sportową rywalizację z dbałością o ochronę środowiska wodnego. Już dziś pokazuje duży potencjał na przyszłość.

ALICJA SURMACZ
JUNIOR

Legion Grabów Szlachecki

piłka nożna

Królowa strzelczyń finałów wojewódzkich turnieju o Puchar Tymbarku. Wielokrotnie wybierana najlepszą zawodniczką oraz MVP turniejów piłkarskich. Mistrzyni i wicemistrzyni województwa w grze 1x1. Z powodzeniem startuje również w zawodach biegowych i tenisa stołowego.

JULIA MICEK
JUNIOR

Libero Dęblin

siatkówka / biegi

Mistrzyni LZS z Libero Dęblin w piłce siatkowej oraz mistrzyni powiatu. Czołowa lekkoatletka klubu, regularnie zdobywająca miejsca na podium w biegach sprinterskich, ulicznych i przełajowych. Wszechstronna i bardzo ambitna zawodniczka.

ANTONI PISZCZEK
JUNIOR

Ruch Ryki

piłka nożna

Zajął VIII miejsce w Polsce na Turnieju 4 Move w grze 1x1 oraz zdobył tytuł mistrza Lubelszczyzny w tej formule. Był to jego drugi start w mistrzostwach Polski - rok wcześniej uplasował się na 13. miejscu. Jeden z najbardziej perspektywicznych piłkarzy młodego pokolenia Ruchu Ryki.

NIKOLA TYSZKIEWICZ
JUNIOR

Orlik Dęblin

piłka nożna

Wyróżniająca się piłkarka młodego pokolenia, powoływana na konsultacje szkoleniowe reprezentacji wojewódzkiej LZPN. Należy do czołowych zawodniczek w regionie w swojej kategorii wiekowej. Zaangażowana i systematyczna szybko rozwija umiejętności zarówno na treningach, jak i w meczach.

MACIEJ NIEBRZYDOWSKI
JUNIOR

Tur Ryki

wyciskanie sztangi

Młody zawodnik specjalizujący się w wyciskaniu sztangi leżąc. Medalista Mistrzostw Polski juniorów w kategorii do 105 kg. Rywalizuje z powodzeniem zarówno w klasycznym wyciskaniu, jak i w formule open. Jeden z najbardziej obiecujących młodych siłaczy w regionie.

MARCIN PŁUSA
JUNIOR

Amator Leopoldów Rososz

piłka nożna junior

Zawodnik Amatora młodego pokolenia, od dwóch sezonów występujący w drużynie seniorów. Jesienią na boiskach A klasy zdobył dwie bramki, pokazując potencjał ofensywny. Klub wiąże z nim duże nadzieje, jednak dalszy rozwój zależy od jego pracy, formy oraz ewentualnego zainteresowania innych zespołów.

IGOR WOJDAT
JUNIOR

Ruch Ryki

piłka nożna

Utalentowany bramkarz Ruchu Ryki. Wszechstronny zawodnik potrafiący występować również w polu. W wieku 15 lat zadebiutował w seniorskiej piłce na poziomie B klasy. Pewny punkt drużyny, zawsze gotowy do gry i odpowiedzialny.

BARŁOMIEJ OCHAL
JUNIOR

Gabaryty Dęblin

piłka nożna

Zawodnik klubu Gabaryty Dęblin. Waleczny, ambitny i nieustępliwy. Nie boi się wyzwań, zawsze walczy do końca i daje drużynie maksimum zaangażowania. Pewny punkt zespołu, na którym można polegać w każdej sytuacji.

FILIP RUŁKA
JUNIOR

Bobry Bobrowniki

tenis stołowy

Młody zawodnik Bobrów Bobrowniki, uznawany za jednego z najbardziej wyróżniających się tenisistów stołowych na Lubelszczyźnie w swojej kategorii wiekowej. Klasyfikowany w rozgrywkach kadetów PZTS. Wielokrotny medalista mistrzostw województwa w kategoriach żak i młodzik.

JULIA ZIEMKOWSKA
JUNIOR

Orlik Dęblin

piłka nożna

Zawodniczka drużyny UKS Orlik Dęblin w kategorii młodzik młodszy, trenowanej przez Michała Sikorę. Równocześnie reprezentuje barwy Górnika Łęczna. Regularnie powoływana na konsultacje kadry U13 Lubelskiego ZPN. Uczennica szkoły podstawowej w Swatach, wyróżniająca się ambicją i systematycznością.

ANTONI OPIEKA
JUNIOR

Legion Grabów Szlachecki

piłka nożna

Wszechstronny i dobrze wyszkolony technicznie piłkarz UKS Legion Grabów Szlachecki. Ważne ogniwo zespołu, często biorący na siebie ciężar gry. Na boisku wyróżnia się walecznością, zaangażowaniem oraz umiejętnością zdobywania efektownych bramek.

JULIA SKWAREK
JUNIOR

KK Tsunami

karate tsunami

Od pięciu lat trenuje karate tsunami i regularnie zdobywa medale na zawodach krajowych i międzywojewódzkich. Posiadaczka zielonego pasa oraz Złotego Krzyża Zasługi dla Sztuk Walki. Wielokrotna medalistka prestiżowych turniejów. Należy do czołówki młodych zawodniczek w Polsce.

PRZEMYSŁAW PIĄTEK
JUNIOR

Piekiełko Przykwa

piłka nożna

Utalentowany junior Piekiełka Przykwa, ceniony za ambicję i pracowitość. Systematycznie doskonali swoje umiejętności i dąży do wyznaczonych celów. W drużynie juniorów uznawany za jednego z liderów. Pełni także rolę asystenta trenera w grupach dziecięcych.

SZYMON SIKORA
JUNIOR

Ruch Ryki

piłka nożna

Zawodnik trampkarzy Ruchu Ryki. Dynamiczny, ambitny i nieustępliwy. Jego dużym atutem jest mocny strzał z dystansu. Jeden z liderów zespołu, bardzo dobrze wyszkolony technicznie i darzony dużym zaufaniem kolegów z drużyny.

WOJCIECH PIEŃKOSZ
JUNIOR

Dynamo Gózd

tenis stołowy

Zawodnik Dynama Gózd, regularnie zajmujący czołowe miejsca w turniejach wojewódzkich. Wielokrotny medalista. Laureat plebiscytu „Twojego Głosu" na Najpopularniejszego Sportowca Powiatu w kategorii Junior.

FILIP STĘPNICKI
JUNIOR

Dynamo Gózd

tenis stołowy

Reprezentant Dynamo Gózd, regularnie zajmujący wysokie miejsca w turniejach wojewódzkich. Wielokrotny medalista w różnych kategoriach wiekowych. Laureat plebiscytu „Twojego Głosu" na Najpopularniejszego Sportowca Powiatu w kategorii Junior.

GŁOSOWANIE TRWA DO 23 LUTEGO 2026 ROKU

Kupon wypełnij, wytnij i dostarcz do redakcji.

XXV Plebiscyt Twojego Głosu na Najpopularniejszego Sportowca, Trenera i Juniora Roku w powiecie ryckim

SPORTOWIEC ROKU 2025

wpisz imię i nazwisko nominowanego sportowca — punkty:

1. 5
2. 4
3. 3
4. 2
5. 1

UWAGA

Na kuponie należy wpisać nazwiska 5 sportowców, 3 trenerów oraz 3 juniorów nominowanych w Plebiscycie. Gdy nazwisk będzie mniej lub będą powtarzać się nazwiska tego samego sportowca, trenera czy juniora, bądź pojawią się nazwiska spoza listy nominowanych - wówczas kupon będzie nieważny.

Dostarcz kupon do Redakcji

- ul. Szkolna 1, 08-500 Ryki,
lub wrzucić do skrzynki kontaktowej Twojego Głosu

verte

eprasa.pl 99fa34175c

Gratuluję uczestnikom jubileuszowego XXV Plebiscytu Sportowego

Zenon Stefanowski, wójt gminy Kłoczew

- Z dużym uznaniem oceniam inicjatywę plebiscytu sportowego organizowanego przez gazetę powiatu ryckiego Twój Głos. To cenna forma docenienia pracy sportowców i trenerów, a także sposób na promowanie aktywności fizycznej wśród mieszkańców - szczególnie dzieci i młodzieży.

Największym wyzwaniem dla sportu w gminie Kłoczew jest dalszy rozwój i modernizacja bazy sportowej oraz zachęcanie młodych ludzi do regularnej aktywności i systematycznych treningów. Nadal priorytetem dla mnie pozostaje współpraca z klubami i szkołami na rzecz jak najlepszych warunków do rozwoju sportu i młodych talentów.

Najbardziej cieszy mnie zaangażowanie klubów sportowych, pasja działaczy oraz rosnąca aktywność dzieci i młodzieży. To dzięki tym ludziom sport w naszej gminie żyje, integruje mieszkańców i przynosi powody do satysfakcji.

Dziękuję jednocześnie wszystkim, którzy na co dzień pracują na rzecz rozwoju sportu w gminie Kłoczew i gratuluję uczestnikom jubileuszowego XXV Plebiscytu Sportowego na najpopularniejszego sportowca i trenera roku 2025.

Kupon wypełnij, wytnij i dostarcz do redakcji.
Głosowanie trwa do 23 lutego 2026 roku

XXV PLEBISCYT TWOJEGO GŁOSU NA NAJPOPULARNIEJSZEGO SPORTOWCA, TRENERA I JUNIORA ROKU W POWIECIE RYCKIM

TRENER ROKU 2025

wpisz imię i nazwisko nominowanego trenera	punkty:
1.	3
2.	2
3.	1

JUNIOR ROKU 2025

wpisz imię i nazwisko nominowanego juniora	punkty:
1.	3
2.	2
3.	1

Dostarcz kupon do Redakcji
- ul. Szkolna 1, 08-500 Ryki,
lub wrzucić do skrzynki kontaktowej Twojego Głosu

verte

Poznaj naszych kandydatów i zagłosuj!

XXV Plebiscyt Sportowy Twojego Głosu

Jubileuszowa, 25. edycja Plebiscytu na Najpopularniejszego Sportowca, Trenera i Juniora Roku 2025 nabiera tempa

W dzisiejszym wydaniu gazety przygotowaliśmy dla Państwa coś wyjątkowego - na stronach 28-31 prezentujemy pełną listę kandydatów wraz z ich zdjęciami oraz opisami osiągnięć. To idealny moment, by bliżej poznać sylwetki osób, które w minionym roku rozsławiały powiat rycki na arenach sportowych.

OSTATECZNA LISTA NOMINOWANYCH

W tej edycji rywalizacja będzie niezwykle ciekawa, a grono pretendentów do tytułu jest imponujące. O Państwa głosy ubiega się:
- 31 zawodników w kategorii Sportowiec Roku,
- 18 trenerów w kategorii Trener Roku,
- 32 juniorów w kategorii Junior Roku.

Przypomnijmy, że kategoria Trener Roku towarzyszy nam od 2005 roku, a Junior Roku od pięciu lat.

DRUGI KUPON I ZASADY GŁOSOWANIA

W dzisiejszym numerze publikujemy drugi kupon do głosowania. Aby oddać ważny głos, należy go wyciąć i wypełnić, wpisując nazwiska różnych kandydatów zgodnie z poniższym schematem:
- 5 sportowców: (miejsce 1. - 5 pkt, 2. - 4 pkt, 3. - 3 pkt, 4. - 2 pkt, 5. - 1 pkt).
- 3 trenerów: (miejsce 1. - 3 pkt, 2. - 2 pkt, 3. - 1 pkt).
- 3 juniorów: (miejsce 1. - 3 pkt, 2. - 2 pkt, 3. - 1 pkt).

Głosować można wyłącznie na osoby znajdujące się na oficjalnych listach nominowanych. Kolejne kupony będą ukazywać się w gazecie do 17 lutego.

ZMIANA TERMINU GALI SPORTU

Mamy bardzo ważną informację dotyczącą finału naszej akcji. Gala Sportu, podczas której uroczyście ogłosimy wyniki, odbędzie się w sobotę **7 marca**, a nie jak wcześniej zapowiadaliśmy 28 lutego. Zmiana ta wynika z faktu, że 28 lutego odbywa się zakończenie 31. Halowego Turnieju Piłki Nożnej w Rykach. Chcemy, aby wszyscy sportowcy i kibice mogli bez przeszkód uczestniczyć w obu tych ważnych wydarzeniach. Dokładne miejsce oraz godzinę rozpoczęcia gali podamy wkrótce, gdyż obecnie trwają ostatnie ustalenia.

PATRONAT I WSPARCIE

Nasz Plebiscyt odbywa się pod honorowym patronatem starosty ryckiego **Dariusza Szczygielskiego**. Wspierają nas również włodarze lokalnych samorządów: burmistrz Ryk **Jarosław Żaczek**, burmistrz Dęblina **Roman Bytniewski**, wójt gminy Kłoczew **Zenon Stefanowski**, wójt gminy Nowodwór **Ryszard Piotrowski**, wójt gminy Stężyca **Zbigniew Chlaściak** oraz wójt gminy Ułęż **Izabela Kulik**.

Zapraszamy do lektury opisów naszych mistrzów na stronach 28-31 i zachęcamy do wypełniania kuponów. Państwa głosy można dostarczać do redakcji do północy 23 lutego 2026 roku.

Redakcja

Roztentegowywacze „oskubali" Sokoła

XXXI HALOWY TURNIEJ PIŁKI NOŻNEJ O PUCHAR BURMISTRZA RYK

Roztentegowywacze wygrali 7:3 z Deltą Sokół w meczu ns szczycie ryckiej „halówki". Dzięki ten wygranej nadal są liderem i jedyną drużyną bez straty punktu

Potknięcie Delty wykorzystali Young Boys, którzy pokonali 7:3 Iskrę Swaty i wskoczyli na drugie miejsce w tabeli ryckiej „halówki".

WYNIKI 9 KOLEJKI

17 stycznia

Kokodżambo	0
Kłoczew	5
Los Capibaros	4
Amatorzy	3
Young Boys	7
Iskra Swaty	3
Roztentegowywacze	7
Delta Sokół	3
WBKS	2
DoRyk Team	0
MocniGas	4
Kwiat Lotosu	2
Stodom	2
Błażej	2

TABELA

1. Roztentegow.	9	27	56-10
2. Young Boys	9	22	38-16
3. Delta	9	21	48-22
4. Stodom	9	19	34-15
5. Kłoczew	9	18	29-25
6. WBKS	9	15	23-29
7. Błażej	9	14	37-26
8. Los Capibaros	9	10	22-29
9. DoRyk Team	9	10	9-35
10. Iskra	8	9	21-29
11. MocniGas	9	9	29-43
12. Kwiat Lotosu	9	7	21-35
13. Amatorzy	9	3	14-46
14. Kokodżambo	9	1	6-26

NAJLEPSI STRZELCY

1. Mateusz Michalec (BŁA)	14
2. Przemysław Alot (DEL)	
Dawid Beczek (ISK)	
Damian Kulik (DEL)	po 13
5. Bartosz Woźniak (You)	12

NASTĘPNE MECZE

24 stycznia 2026 (sobota)

Delta Sokół - Kwiat Lotosu (14:00), Los Capibaros - Błażej (14:40), MocniGas - Kokodżambo (15:20), WKS Iskra Swaty - Roztentegowywacze (16:00), Young Boys - DoRyk Team (16:40), Stodom - Kłoczew (17:20), WBKS - Amatorzy (18:00)

eprasa.pl 99fa34175c