

PIĄTEK-NIEDZIELA
17-19|11|2023|

GAZETA WEEKEND OLSZTYŃSKA

GAZETA WARMII I MAZUR

cena 4,99 zł (w tym 8% VAT)



SPORT CODZIENNIE



**TRZECI WYJAZD
I TRZECIA PORAŻKA?** \21



**FINISZ NIEUDANYCH
ELIMINACJI** \22



**BENIAMINEK POKAZAŁ
PAZURY** \24

ISSN 0137-9127



4 6



9 770137 912057



SZKOŁA MOŻLIWA BEZ KOMÓRKI?

70%

dzieci w klasach I-III
szkoły podstawowej
korzysta z internetu
przede wszystkim
poprzez smartfony



**NIE ODWRACAJ TWARZY
OD ŻADNEGO BIEDAKA** \4-5



**TO KŁAWA FACETKA,
PROSZĘ JA CIEBIE** \7



**MUSIMY RAZEM WYPCHNĄĆ
ROSJĘ Z EUROPY** \8



**MOVEMBER — CZYLI PANOWIE,
DO DZIEŁA!** \16

PROMOCJA

63

PLEBISCYT

NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH
SPORTOWCÓW
WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

GAZETA OLSZTYŃSKA
DZIENNIK ELBLĄSKI

BA SPORTU I BIZNESU

2024

KALENDARIUM TYGODNIA

**SZYMON HOŁOWNIA MARSZAŁKIEM SEJMU,
MAŁGORZATA KIDAWA-BŁOŃSKA
MARSZAŁKIEM SENATU**

PAP/Radek Pietruszka

Za kandydaturą Szymona Hołowni (Polska 2050) głosowało 265 posłów, a za kandydaturą Elżbiety Witek (Prawo i Sprawiedliwość) – 193 parlamentarzystów.

Hołownia był kandydatem na marszałka Sejmu Koalicji Obywatelskiej, Trzeciej Drogi i Nowej Lewicy – ugrupowań, które podpisały umowę koalicyjną i mają 248 mandatów w Sejmie. Hołownia ma sprawować tę funkcję do 13 listopada 2025 r. W drugiej połowie kadencji Sejmu marszałkiem izby niższej, zgodnie z umową koalicyjną, ma być Włodzimierz Czarzasty (Nowa Lewica). Kandydatką Prawa i Sprawiedliwości, które w Sejmie X kadencji ma 194 mandaty, była Elżbieta Witek.

Wybór marszałka jest pierwszą decyzją posłów X kadencji. Wybór następuje bezwzględną większością głosów w obecności co najmniej połowy ustawowej liczby posłów.

Głosowało 459 posłów, większość bezwzględna wynosiła 230 posłów.

Sejm wybrał także wicemarszałków, którymi zostali: Monika Wielichowska (KO), Dorota Niedziela (KO), Włodzimierz Czarzasty (Nowa Lewica), Krzysztof Bosak (Konfederacja) oraz Piotr Zgorzelski (Trzecia Droga). Kandydatka PiS Elżbieta Witek nie uzyskała wymaganego poparcia.

Marszałkiem Senatu XI kadencji wybrano Małgorzatę Kidawę-Błońską (KO), którą poparło 66 senatorów. Senatora Marka Pęka (PiS) poparło 33 senatorów.

POLACY NIE CHCĄ EURO

Komisja Europejska

62,9 proc. Polaków jest zdania, że nowy rząd KO, Trzeciej Drogi i Lewicy nie powinien dążyć do wprowadzenia w Polsce waluty euro – wynika z sondażu IBRiS dla Radia ZET.

Odmienne zdania jest 21,2 procent respondentów – dodano.

Na pytanie: „Czy Pana/Pani zdaniem nowy rząd KO, Trzeciej Drogi i Lewicy powinien dążyć do wprowadzenia w Polsce waluty euro?”, 7,9 proc. badanych odpowiedziało „zdecydowanie tak”, a 13,3 proc. „raczej tak”, 19,5 proc. „raczej nie”, a 43,4 proc. „zdecydowanie nie”. 15,9 proc. respondentów odpowiedziało „trudno powiedzieć”.

Jak podkreślono, wprowadzeniu w Polsce euro sprzeciwiają się głównie zwolennicy Prawa i Sprawiedliwości. 85 proc. spośród tych, którzy są zdecydowanie na „nie”, to sympatycy PiS. Z kolei ci, którzy są za wprowadzeniem europejskiej waluty, to głównie zwolennicy obozu liberalno-demokratycznego (KO-PL2050-PSL-Lewica). 43 procent spośród tych, którzy są na „tak”, to sympatycy tej opcji politycznej.

„Euro powinno zostać wprowadzone w Polsce, zgodnie z zapisami traktatu akcesyjnego do Unii Europejskiej z 2003 roku. Jednak wciąż nie ma woli politycznej ani konkretnych decyzji gospodarczych, które zbliżyłyby Polskę do wspólnej unijnej waluty” – czytamy na stronie internetowej Radia ZET.

Sondaż Instytutu Badań Rynkowych i Społecznych IBRiS na zlecenie Radia ZET został przeprowadzony 10 listopada 2023 r. metodą CATI na reprezentatywnej próbie 1067 osób.

**MISJA NIEMOŻLIWA
PREMIERA MATEUSZA MORAWIECKIEGO?**

PAP/Piotr Nowak

Pod koniec tego tygodnia przedstawimy pierwszą część kwestii programowych – przekazał w środę w Radiu ZET rzecznik rządu Piotr Müller. Nie wykluczył też, że zostanie zmieniona połowa ministrów nowego rządu premiera Mateusza Morawieckiego.

W poniedziałek prezydent Andrzej Duda przyjął dymisję Rady Ministrów, która do czasu powołania nowego rządu będzie nadal sprawować obowiązki, a następnie – zgodnie z wcześniejszymi deklaracjami – desygnował Mateusza Morawieckiego na premiera. Ma on 14 dni na przedstawienie Sejmowi tzw. exposé z wnioskiem o udzielenie jego Radzie Ministrów wotum zaufania. Aby uchwalić wotum zaufania, niezbędne jest osiągnięcie bezwzględnej większości głosów w obecności co najmniej połowy ustawowej liczby posłów.

Müller został zapytany w środę w Radiu Zet o to, jak długo Morawiecki będzie tworzył rząd. „Obstawiam, że między 12. a 14. dniem przedstawimy skład Rady Ministrów” – powtórzył swoją wcześniejszą zapowiedź rzecznik rządu. Pytany, jak będzie wyglądała nowa Rada Ministrów, Müller powiedział, że „na pewno nie będzie pokrywała się z tą aktualną”. – Będzie nowy skład Rady Ministrów. Więc formalnie są też powoływani na nowo wszyscy ministrowie, bo to jest trzeci gabinet premiera Morawieckiego – podkreślił.

PAWEŁ KUKIZ SAM SOBIE STEREM?

PAP

Paweł Kukiz, Jarosław Sachajko i Marek Jakubiak, którzy do Sejmu dostali się z list Prawa i Sprawiedliwości, założyli koło Kukiz15. Przewodniczącym koła został Paweł Kukiz. Jak przekazał PAP Paweł Kukiz, dokumenty dotyczące koła zostały złożone w Sejmie jeszcze przed pierwszym posiedzeniem, a na przewodniczącego został nim wybrany Kukiz. „Będziemy działać jako samodzielne koło, ale które wchodzi światopoglądowo do obozu prawnicowego” – przyznał Kukiz, który zadeklarował, że jego koło będzie za udzieleniem wotum zaufania rządowi Mateusza Morawieckiego.

HAMAS UWOLNI KOBIECY I DZIECI?

PAP/EPA/Heitham Imad

Informacje, które pojawiły się jednocześnie w kilku izraelskich mediach, sygnowane przez korespondentów dyplomatycznych, wskazują, że w ciągu kilku dni dojdzie do uwolnienia grupy zakładników przetrzymywanych w Strefie Gazy – informuje w środę wieczorem portal Times of Israel.

Na mocy porozumienia z Hamasem, które stara się wypracować dyplomacja Kataru, uwolniona miałaby zostać grupa kobiet i dzieci – w zamian za trwającą 3-5 dni przerwę w ofensywie Izraela oraz wypuszczenie zizraelskich więźniów pewnej liczby Palestynek oraz więźniów nieletnich.

Wcześniej w środę podobną informację podał Reuters. Jeden z negocjatorów poinformował agencję, że Hamas aprobuje tę propozycję, ale Izrael „nadal negocjuje szczegóły”. Mediacje w tej sprawie są prowadzone w porozumieniu z władzami USA.

LEWICA NIE ODPUSZCZA W SPRAWIE ABORCJI

PAP/Rafał Guc

Do Sejmu wpłynęły dwa projekty Lewicy ws. liberalizacji przepisów aborcyjnych. Jeden z nich częściowo

depenalizuje aborcję i pomoc w niej, drugi umożliwia przerwanie ciąży do końca 12 tygodnia jej trwania i wprowadza dodatkowe regulacje w zakresie klauzuli sumienia.

Pierwszy to poselski projekt zmian Kodeksu karnego. Jak podano na stronie Sejmu, projekt dotyczy częściowej depenalizacji czynów związanych z terminacją ciąży: całkowitego wyłączenia przestępczości przerywania ciąży do 12 tygodnia za zgodą kobiety oraz wyłączenia karalności przerywania ciąży za zgodą kobiety w sytuacji ciężkiego, nieodwracalnego upośledzenia lub nieuleczalnej choroby płodu. Przedstawicielem wnioskodawców jest posłanka Anna Maria Żukowska.

Drugi to poselski projekt ustawy „o bezpiecznym przerwaniu ciąży”. Dotyczy zagwarantowania prawa do świadczenia opieki zdrowotnej w postaci przerywania ciąży do końca 12 tygodnia jej trwania, a w określonych przypadkach także po upływie 12 tygodnia, wprowadzenia dodatkowych regulacji w zakresie klauzuli sumienia i dekryminalizacji przerywania ciąży za zgodą osoby w ciąży oraz udzielania osobie w ciąży pomocy w jej przerwaniu. Przedstawicielem wnioskodawców jest posłanka Katarzyna Kotula. Oba projekty zostały skierowane we wtorek do opinii Biura Legislacyjnego Sejmu i Biura Analiz Sejmowych.

ŹRÓDŁO: PAP

WYDAWCA
GRUPA WM Sp. z o.o.
ul. Tracka 5,
10-364 Olsztyn

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

ZASTĘPCA REDAKTORA NACZELNEGO
Igor Hrywna

REDAKTORZY WYDANIA
Michał Podolak
Igor Hrywna
Barbara Barczuk

wydawca@gazetaolsztynska.pl
sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE internet@gazetaolsztynska.pl
89 539 75 04

GAZETA OLSZTYŃSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 89 539 74 83

PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@gazetaolsztynska.pl
89 539 76 67

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 5
tel. 89 539 77 77
reklama@gazetaolsztynska.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 89 539 74 80

REDAKCJA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 611 46 00
gazeta@dziennikelblaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 236 18 02, 55 611 46 01
reklamy@dziennikelblaski.pl
PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@dziennikelblaski.pl
89 539 76 67

DRUK
Drukarnia Prasowa
GRUPA WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7
tel. 89 539 74 21





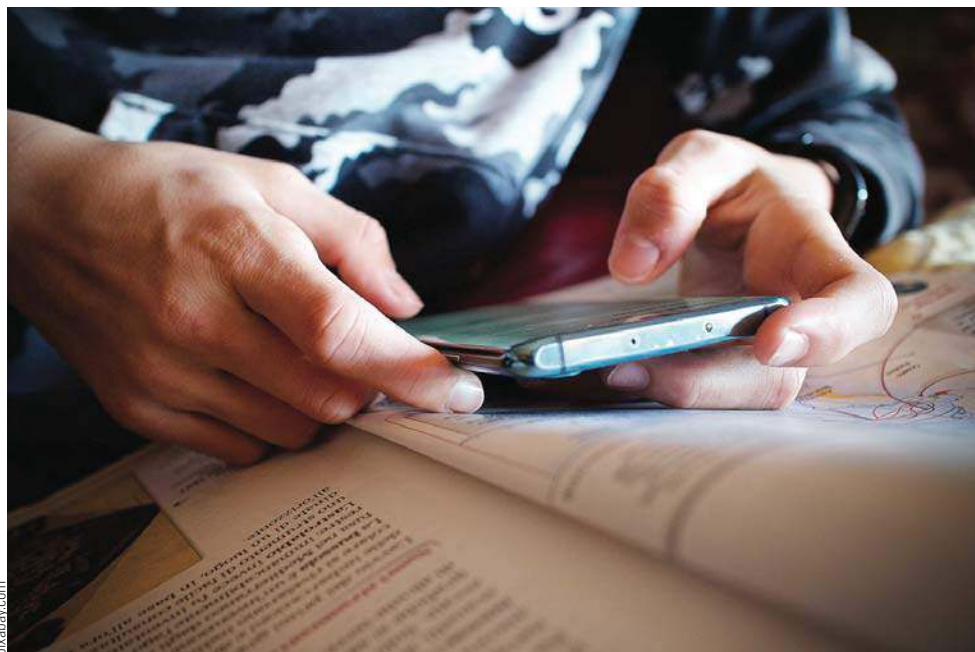
ADA ROMANOWSKA
a.romanowska@
gazetaolsztynska.pl

Świat bez internetu i nowych technologii dla młodych jest abstrakcją. Są nazywani „cyfrowymi tubylcami” lub pokoleniem C (ang. connected — podłączeni). Żyją jednocześnie w świecie rzeczywistym i online. Mają w kieszeni dostęp do całego świata. Dzięki portalom społecznościowym i komunikatorom wiedzą, co dzieje się u znajomych, mogą prowadzić kilka rozmów na raz, i to nie z pojedynczymi osobami, ale z całymi grupami. Dlatego, jak pokazują badania, pozbawienie ich dostępu do internetu sprawia, że życie nie ma sensu. Bycie online dodaje skrzydeł.

— Czujemy się Bieberami, Kwiatkowskimi nawet nie będąc. Wyrywalibyśmy Paris Hilton, a do klasowej miss nie potrafimy zagaść. Czujemy się najlepsi, a ledwo zdajemy z matmy. Pokoleniu Z to się wiele wydaje. Wydaje się, że wiele samo przyjdzie — tak jeden z młodych blogerów opisuje swoje pokolenie.

Szkola nie rozwiąże problemu

Młodzi ludzie bez telefonu nie potrafią wyjść z domu. Co oczywiste, zabierają go również do szkoły. Zaczyna się już w pierwszej klasie podstawówki. W Polsce to norma. Smartfonów jednak nie można używać w szkołach w wielu krajach Europy, a także w Chinach. Powody? Uczniowie dzielą swoją uwagę pomiędzy to, co dzieje się na lekcji, a to, co rozgrywa się na ekranach ich smartfonów. Często wpływa to ich na brak koncentracji na lekcjach. Do tego wyszukując informacje w niesprawdzonych źródłach, toczą czasami boje z nauczycielami o to, kto ma rację. Dzwonki telefonów, sygnały SMS-ów i innych powiadomień rozbijają czasem zaciekle dyskusje lub fajną atmosferę podczas zajęć. Dzieciaki robią również zdjęcia i filmiki, które potem wykorzystują do ośmieszania w internecie kolegów lub nauczycieli. Dlatego w większości przypadków telefonów nie można używać w czasie lekcji, chociaż



SZKOŁA MOŻLIWA BEZ KOMÓRKI?

JEDNE SZKOŁY WALCZĄ Z KOMÓRKOZĄ, INNE CZERPIĄ Z NOWEJ TECHNOLOGII. JEDNI MÓWIĄ, ŻE SMARTFONY UZALEŻNIAJĄ, INNI DODAJĄ, ŻE OTWIERAJĄ OKNO NA ŚWIAT. UŻYWAĆ WIĘC TELEFONÓW W SZKOLE, CZY LEPIEJ ZOSTAWIĆ JE W DOMU?

w Chinach dzieci nie mogą nawet wносить telefonów na teren szkoły. Od 1 stycznia 2024 roku również w Holandii wprowadzony będzie zakaz używania smartfonów w szkołach.

Jak jest w Polsce?

Dzieciom, zwłaszcza tym starszym, trudno sobie wyobrazić życie bez smartfona — w tym również to szkolne. Nie korzystają jednak z telefonu w czasie lekcji. Są często proszeni o wyłączenie, ściszenie i schowanie go do plecaka lub odłożenie np. do specjalnego pudełka czy szuflady. O ile jest to zgodne ze statutem szkoły, a uczniowie wykonują polecenie nauczyciela dobrowolnie, wszystko odbywa się w poszanowaniu praw ucznia. Nauczyciele jednak obserwują, że uczniowie mają gorszą koncentrację i ztracają się w wirtualnej rzeczywistości. Czasami korzystanie ze smartfona między lekcjami powoduje, że w trakcie zajęć odczuwają potrzebę kontrolowania tego, co dzieje się w świecie online, w grze, w mediach społecznościowych. Jak mają się uczyć, skoro myślami są gdzie indziej?

— Telefony uczniom w szkole nie są potrzebne. Jeśli dziecku coś się stanie, nie musi dzwonić do rodzica, bo zrobi to za niego szkoła, która bierze odpowiedzialność za ucznia w czasie gdy jest na jej terenie — mówi Tomasz Braniński, prezes ZNP w Olsztynie. — Uważam też, że wszystkie inne wykorzystanie telefonu w szkole jest zbędne. Tyle w szkołach jest komputerów i laptopów, że wyciąganie własnych smartfonów mija się z celem. Telefony powinny być zakazane. Rozpraszają uwagę uczniów. W szkole trzeba się uczyć, a nie surfować po internecie i grać w gry.

70

proc. dzieci w klasach I-III szkoły podstawowej korzysta z internetu przede wszystkim poprzez smartfony

— Korzystanie z nowoczesnych technologii jest wskazane. Musi być jednak mądre i odbywać się pod

kontrolą. Jeśli możemy na lekcji korzystać z dostępu do internetu i telefonu komórkowego ucznia, to warto to robić. Dzięki temu mamy dostęp do wielu przydatnych aplikacji, na przykład do Kahoota, który służy do tworzenia i rozwiązywania quizów. To pomaga nam w zdobywaniu wiedzy. Natomiast każde niekontrolowane działanie może być niebezpieczne. Jeśli jakieś dziecko ma z tym problem, powinno mieć ograniczone korzystanie z telefonu. Jednak nie w szkole, ale w domu przez rodziców. Szkoła nie rozwiąże problemu uzależnień — twierdzi Małgorzata Siergiej, dyrektorka Szkoły Podstawowej nr 13 w Olsztynie. — Sama korzystam sporo z telefonu. Gdy zerkam w statystyki, korzystam dużo za dużo z telefonu. Nie gram, ale coś czytam, korzystam z aparatu, komunikatorów i nawigacji. Smartfon ułatwia nam życie, również uczniom. Dzieci, zamiast grać, mogą na przykład uczyć się języka. Ważna jednak jest samokontrola, która jest najtrudniejsza. Ale jeśli rodzic daje dziecku najlepszy model telefonu z nieograniczonym interne-

tem, to trudno wymagać od dziecka, że samo zastopuje. Oczywiście trzeba też dać dziecku inne możliwości rozrywki. W mojej szkole mamy na przykład jedną przerwę, podczas której dzieci mogą korzystać z telefonu. Ale jednocześnie ten czas jest tzw. przerwą taneczną, co piątek o godz. 11.30. Liczymy na to, że część dzieci oderwie się od ekranów. I rzeczywiście, dzieci czekają na piątek i tańczą razem.

— Mój syn i jego koledzy, zamiast ze sobą rozmawiać na przerwach, piszą do siebie wiadomości na Whatsappie albo grają w gry — twierdzi pani Aniela z Olsztyna, mama jedenastolatka. — Rozumiem, czasy się zmieniły, ale to, zamiast dzieci zbliżać, oddala je od siebie. Moim zdaniem dzieciaki w szkole powinny być bez telefonu. Mogą go mieć w plecaku, bo czasami muszą zadzwonić do rodzica, ale powinny mieć kategoryczny zakaz wyciągania go z innego powodu. Szkoła powinna tego pilnować. Nie chodzi o to, że zabraniać uczniom przynoszenia smartfonów do szkoły, tylko ich używania — na lekcjach i podczas przerw.

Czekamy na zakaz?

— Dzisiaj szkoła ma uprawnienia do zarządzania tym, co się dzieje na jej terenie. To dyrekcja szkoły i rada rodzicielska mogą podjąć decyzję, że na przykład uczniowie nie korzystają w ogóle ze smartfonów bądź tabletów podczas pobytu w szkole, także na przerwie. To jest kompetencja szkół i na tym zamierzamy poprzestać,

U nastolatków średni czas obecności w sieci za pośrednictwem telefonu wynosi

188,3

minuty dziennie

zachęcając jednocześnie do tego, aby wiele szkół szło w ślad tych, które już taką decyzję podjęły — wyjaśniał przed wyborami Przemysław Czarnek, szef resortu edukacji i nauki. Czy nowy rząd również będzie się trzymał tej decyzji?

Smartfon z głową

Instytut Spraw Obywatelskich prowadzi kampanię obywatelską pod nazwą „Ratuj Dzieci!”. Ma ona na celu edukację społeczeństwa na temat wpływu nowoczesnych technologii na ich życie. Włóście do Ministra Edukacji i Nauki organizacja przedstawia liczne badania wskazujące na szkodliwy wpływ smartfonów na zdrowie oraz wyniki w nauce i sukcesy życiowe dzieci. Również raport Instytutu Pokolenia z czerwca 2023 roku „Smartfon? Tak, ale z głową. Jak ustalić zasady bezpiecznego korzystania z technologii cyfrowych” potwierdza negatywny wpływ smartfonów na zachowanie edukacyjne uczniów. Autorzy zwracają uwagę na brak jednolitej strategii cyfryzacji polskiej oświaty, która przygotowałaby uczniów do radzenia sobie z nowoczesnymi technologiami oraz chroniłaby ich przed negatywnymi skutkami cyfryzacji.

KONDOLENCJE

Z ogromnym żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci Pani Doktor

Olgi Szwałkiewicz

pierwszej dyrektorki
Wojewódzkiego Specjalistycznego
Szpitala Dziecięcego w Olsztynie,
wyróżnionej Odznaką Honorową za Zasługi
dla Województwa Warmińsko-Mazurskiego.

Rodzinie i Bliskim Zmarłej

składamy wyrazy najgłębszego współczucia.

W imieniu Zarządu Województwa Warmińsko-Mazurskiego Marszałek Marcin Kuchciński	W imieniu Radnych Sejmiku Województwa Warmińsko-Mazurskiego Przewodnicząca Bernadeta Hordejuk
---	---

We współczesnym świecie, gdzie sytość przeplata się z gigantycznymi obszarami biedy, a ubóstwo tak często staje się okazją do podporządkowywania drugiego człowieka, wezwanie do bezinteresownej pomocy drugiemu staje się okazją do odzyskiwania własnego człowieczeństwa. Syty, który zamyka się na drugą osobę, zbyt często okazuje się ślepy na otaczający świat. Widzi w nim tylko samego siebie. Nie potrafi się cieszyć nikim i niczym. Odrzucając dar, którym każdy z nas jest jeden dla drugiego, odrzuca Boga, a w konsekwencji odrzuca samego siebie.

Zapatrzony w siebie nie umie ani kochać, ani być kochanym. Ze zdobyczy współczesnego świata, zamiast pomocy, czyni ciężar, którego nie potrafi unieść. Lekarstwem, które konsekwentnie podczas swojego pontyfikatu wskazuje papież Franciszek, jest zobaczenie w drugim, potrzebującym człowieku osoby wartą naszej uwagi. Zobaczenie samego Pana Jezusa. A takie spotkanie ma zawsze bardzo konkretny wymiar.

Papież Franciszek i 1200 bezdomnych

Z okazji Światowego Dnia Ubogich w watykańskiej auli Pawła VI do stołu zapieczęm Franciszkiem zasiądzie ok. 1200 bezdomnych oraz pomagających im na co dzień wolontariuszy. W Watykanie i jego okolicach działają między innymi ambulatorium, pralnia, fryzjer, prysznice czy schronisko dla bezdomnych. Bezdomni, jak wskazuje papieski jałmużnik kard. Konrad Krajewski, potrzebują nie tylko kilku groszy, bułki czy czegoś do picia, ale także dostępu do sanitariatów, pryszniców i pralni, bo to jest dla nich o wiele większą trudnością niż znalezienie pożywienia.

— Nam to może wydawać się niewiele, ale dla tych ludzi jest to przywracanie ich godności. Widzę, jak często przychodzą skuleni, a wychodzą zadowoleni z czystej koszuli i nowej fryzury — mówi cytowany przez „Gościa Niedzielnego” jeden ze szwajcarskich gwardzystów pomagający ubogim. Za przykładem Watykanu bardzo wiele rzymskich parafii stworzyło prysznice dla bezdomnych. — Tam,

NIE ODWRACAJ TWARZY OD ŻADNEGO BIEDAKA

UBÓSTWO ZAWSZE MA TWARZ KOGOŚ, KOGO ZNAMY. NIGDY NIE JEST ANONIMOWE. W NIEDZIELĘ 19 LISTOPADA KOŚCIÓŁ KATOLICKI OBCHODZI VII ŚWIATOWY DZIEŃ UBOGICH. TEGO DNIA NA CAŁYM ŚWIECIE ORGANIZOWANA JEST ZBIÓRKA DLA BIEDNYCH, ALE TAKŻE BEZPOŚREDNIE SPOTKANIA Z POTRZEBUJĄCYMI.

gdzie jest parafia, gdzie jest biskup, gdzie są zakony, zawsze powinno być miejsce dla ubogich — podkreśla kard. Krajewski.

Spotkanie papieża z bezdomnymi, do którego dojdzie w najbliższą niedzielę, jest bezpośrednim odwołaniem do listu Franciszka z okazji VII Światowego Dnia Ubogich. Papież przypomina w nim starotestamentalnego Tobiasza i jego syna oraz wezwanie, by ten przyprowadził do

jego stołu na ucztę każdego biednego, którego spotka. Franciszek w swoim liście proponuje nam podobne działanie.

— Jakże byłoby to znamienne, gdyby w Dniu Ubogich ta troska Tobiasza była również naszą troską! Gdybyśmy zaprosili na wspólny niedzielny obiad, po dzieleniu Stołu eucharystycznego. (...) Jeśli wokół ołtarza Pańskiego jesteśmy świadkami, że wszyscy jesteśmy braćmi i siostrami, o ileż

bardziej widoczne stałoby się to braterstwo poprzez dzielenie się świątecznym posiłkiem z tymi, którym brakuje niezbędnych środków do życia! — proponuje papież Franciszek.

Nie odwracaj twarzy od żadnego biedaka

Słowa Tobiasza skierowane do jego syna: „Nie odwracaj twarzy od żadnego biedaka (Tb 4, 7)” są hasłem tegorocznego Światowego Dnia Ubogich.

Papież w swoim przesłaniu skierowanym nie tylko do wiernych Kościoła katolickiego, ale do wszystkich ludzi współczesnego świata, wzywa bardzo konkretnie.

— Każdy jest naszym bliźnim. Bez względu na kolor skóry, status społeczny, pochodzenie... Jeśli jestem ubogi, potrafię rozpoznać, kto naprawdę jest bratem, który mnie potrzebuje. Jesteśmy wezwani do wychodzenia naprzeciw każdemu ubogiemu i każdemu rodzajowi ubóstwa, otrząsając się z obojętności i sloganów, którymi osłaniamy iluzoryczny dobrobyt — stwierdza w swoim przesłaniu Franciszek.

W orędziu przeznaczonym na ten dzień papież przypomniał również, że „przeżywamy moment dziejowy, który nie sprzyja zwracaniu uwagi na najuboższych. Wołanie o dostatek staje się coraz głośniejsze, podczas gdy głosy osób żyjących w ubóstwie są uciszane”. Zdaniem Franciszka poważnym utrudnieniem jest fakt, że „(...) rzeczywistość wirtualna zastępuje prawdziwe życie i coraz łatwiej pomylić te dwa światy”.

KONDOLENCJE



Z ogromnym smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

dr n. med.

Olgi Szwalkiewicz

Dyrektor Wojewódzkiego Specjalistycznego Szpitala Dziecięcego w Olsztynie w latach 1957-1983.

Dr n. med. Olga Szwalkiewicz całe swoje życie poświęciła rozwojowi pediatrii w Olsztynie i regionie – jako praktykujący lekarz pediatra, pedagog kształcący pokolenia lekarzy i organizator ochrony zdrowia. Z Jej inicjatywy i dzięki Jej wielkiemu zaangażowaniu organizacyjnemu w 1966 r. powstał szpital pediatryczny przy ul. Żołnierskiej, który jest siedzibą Wojewódzkiego Specjalistycznego Szpitala Dziecięcego w Olsztynie do dzisiaj.

Doktor Olga Szwalkiewicz była specjalistą w dziedzinie pediatrii i medycyny społecznej. W 1967 r. uzyskała stopień doktora nauk medycznych. Opublikowała około 30 prac z zakresu pediatrii i szpitalnictwa pediatrycznego. Stanowisko dyrektora Szpitala Dziecięcego w Olsztynie pełniła łącznie przez 27 lat. W tym czasie szpital przeżywał okres dynamicznego rozwoju, stając się najważniejszym ośrodkiem pediatrycznym w tej części Polski. Z Jej inicjatywy powstała przyszpitalna szkoła.

Poza pracą w Szpitalu Dziecięcym w Olsztynie pełniła również liczne inne funkcje publiczne. W latach 1961-1969 była przez dwie kadencje posłem na Sejm, gdzie pełniła funkcję wiceprzewodniczącej Sejmowej Komisji Zdrowia. Przez wiele lat pełniła funkcję konsultanta wojewódzkiego w dziedzinie pediatrii dla województwa warmińsko-mazurskiego. W latach 1967-1973 była przewodniczącą Oddziału Olsztyńskiego Polskiego Towarzystwa Pediatrycznego. Była wykładowcą w Wyższej Szkole Pedagogicznej w Olsztynie, a następnie w Olsztyńskiej Szkole Wyższej. Była członkiem wielu stowarzyszeń i organizacji, m.in. Ogólnopolskiego Komitetu Pokoju, Ligi Kobiet, Komitetu Budowy Centrum Zdrowia Dziecka w Warszawie, Towarzystwa Miłośników Zdrowia, Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Olsztynie.

Niezwykła energia i pasja zawodowa połączona z ogromną wrażliwością na dziecko i jego potrzeby zdrowotne oraz wychowawcze były motorem Jej wielowymiarowego działania jako lekarza, pedagoga i społecznika. Była lekarzem bardzo lubianym przez pacjentów, cenionym przez ich rodziców oraz personel szpitala. Praca dr Olgi Szwalkiewicz i trwałe efekty tej pracy: nowy szpital oraz pokolenia wykształconych pediatrów stanowią nieoceniony wkład w obecny kształt opieki zdrowotnej nad dziećmi w województwie warmińsko-mazurskim. Jesteśmy zaszczytni, że spotkaliśmy dr Olę Szwalkiewicz na swojej zawodowej drodze i mogliśmy oraz możemy korzystać z Jej dorobku i osiągnięć. Wraz z odejściem dr Olgi Szwalkiewicz straciliśmy wspaniałego i wyjątkowego człowieka, cenionego lekarza bez reszty oddanego pacjentom.

Na zawsze pozostanie w naszych wspomnieniach i wdzięcznej pamięci.

Składamy wyrazy najszczerzego współczucia pogrążonej w żałobie

Rodzinie i Najbliższym

Dyrekcja i pracownicy Wojewódzkiego Specjalistycznego Szpitala Dziecięcego w Olsztynie

— Ubodzy stają się obrazami, które mogą poruszyć na kilka chwil, ale kiedy ich napotykamy konkretnie na ulicy, to wówczas następuje irytacja i marginalizacja. Pośpiech, codzienny towarzysz życia, uniemożliwia zatrzymanie się, pomoc i troskę o drugiego człowieka — podkreśla papież Franciszek.

Caritas podejmuje papieskie wezwanie

O tym, jak wielka i wielopłaszczyznowa jest skala ubóstwa, doskonale wiedzą zaangażowani na rzecz ubogich pracownicy i wolontariusze diecezjalnych Caritas. Według ich relacji różne formy ubóstwa zdają się coraz bardziej nasilać. Wręcz przytłaczać swoją obecnością. Itak po kryzysie wywołanym pandemią przyszły kolejne trudności: wojna w Ukrainie, galopująca inflacja, kryzys migracyjny.

— Wszystkie te zjawiska sprawiają, że z jednej strony w naszym najbliższym otoczeniu narasta problem ubóstwa, a z drugiej zaczynamy obojętnieć, przyzwyczajając się do obrazu ludzkiej biedy i dramatów, odczuwając zmęczenie

trudnymi sytuacjami, które coraz częściej dotyczą też nas osobiście — mówi dyrektor Caritas Archidiecezji Warmińskiej, ks. Paweł Zięba. — Tym bardziej potrzebujemy czasu, w którym na nowo zwrócimy się w stronę ubogich, dostrzeżemy ich obok siebie, odkryjemy ich ludzkie twarze — dodaje.

Zaangażowani w pracę na rzecz ubogich podkreślają, że kolejne wydarzenia „wymuszają” szukanie nowych dróg wspierania ubogich. Rozszerzanie działalności na kolejne grupy potrzebujących, jak migranci i uchodźcy, przy jednoczesnym podejmowaniu trudu dalszego, niezmiennego wspierania osób, które zawsze były przedmiotem troski Caritas Archidiecezji Warmińskiej: bezdomnych, chorych, ubogich, niepełnosprawnych, samotnych, starszych, samotnych matek, dzieci z trudnych wychowawczo środowisk.

— Światowy Dzień Ubogich jest też dniem, w którym z całego serca dziękujemy wszystkim, którzy pomagają naszej Caritas nieść pomoc dalej. Każda modlitwa,



Caritas Archidiecezji Warmińskiej

Coraz więcej osób potrzebuje naszej uwagi i pomocy

dobrze słowo, wrzucona do puszek czy wpłacona na konto darowizna, każde polubienie czy udostępnienie w mediach społecznościowych, zaangażowanie i życzliwość sprawiają, że Caritas może nieść pomoc na tak ogromną skalę. Dziękujemy za to wsparcie! — mówi Joanna Mackiewicz, pracownik Caritas Archidiecezji Warmińskiej.

STANISŁAW KRYŚCIŃSKI

s.krystinski@gazetaolsztynska.pl

Świąteczny obiad z potrzebującymi:

Z okazji Światowego Dnia Ubogich w niedzielę 19 listopada we wszystkich parafiach na terenie Archidiecezji Warmińskiej prowadzona będzie zbiórka do puszek na potrzeby dzieł realizowanych przez diecezjalną Caritas. Z kolei w Archidiecezjalnym Centrum Charytatywnym Caritas Archidiecezji Warmińskiej przy ul. Grunwaldzkiej 45 w Olsztynie spotkają się osoby bezdomne, ubogie, samotne. Spotkanie rozpocznie się od sprawowanej o godzinie 11:30 Mszy Świętej, po której uczestnicy zostaną zaproszeni na prowadzoną przez wolontariuszy krótką animację, a następnie na świąteczny, uroczysty obiad.

Jadłodajnia Caritas Archidiecezji Warmińskiej w mijającym roku wydała 64 tys. gorących posiłków. Gabinet lekarski dla bezdomnych udzielił ponad 600 porad. Bezdomni skorzystali z łaźni ponad 2 tys. razy (otrzymując czyste ubrania, kosmetyki, pomoc w strzyżeniu). Ok. 3500 osób regularnie otrzymywało paczki żywnościowe. Pomoc przekazana w ten sposób przez duże sklepy to blisko 450 ton żywności o wartości ok. 8 mln zł. Z programu „Pomoc żywnościowa” wsparcie o wartości 800 tys. zł trafiło do 3500 osób. Do 58 dzieci otrzymało stypendia (ponad 90 tys. zł). Na zajęcia w 3 świetlicach uczęszczało ok. 90 dzieci. Na bezpłatne kolonie pojechało 125 dzieci z rodzin polskich i 100 z rodzin ukraińskich. Pomoc medyczna została udzielona 775 osobom, 65 osób uczestniczyło w warsztatach terapii zajęciowej, 99 niepełnosprawnych korzystało z asystenta osobistego, a pomoc wytchnienia objęła 171 opiekunów.

Gazeta Olsztyńska zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl

REKLAMA

TOMCZYK ART

ORKIESTRA KSIĘŻNICZEK

KONCERT WIEDEŃSKI

ORKIESTRA KSIĘŻNICZEK

FILHARMONIA WARMIŃSKO-MAZURSKA

3.12.2023

BILETY: KSIĘGARNIE KSIĄŻNICE

BILETY ONLINE: WWW.TOMCZYKART.PL



SPOKÓJ I WYGODA Z POŻYCZKĄ GOTÓWKOWĄ

Weź pożyczkę przez aplikację IKO:

- nawet do 24 rat
- dla tych, którzy nie skorzystali jeszcze z naszej pożyczki ani kredytu gotówkowego

RRSO 11,57%



Bank Polski
dzień dobry

RRSO – Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania dla przykładu reprezentatywnego. Udzielenie i wysokość pożyczki zależy od posiadania zdolności kredytowej. Szczegóły, w tym Taryfa Prowizji i Opłat Bankowych, dostępne są w placówkach banku i na pkobp.pl. Aplikacja IKO jest usługą bankowości elektronicznej.

www.pkobp.pl, infolinia: 800 302 302 brak opłat dla numerów krajowych na terenie Polski; w pozostałych przypadkach opłata zgodna z taryfą operatora.
+48 81 535 60 60 opłata zgodna z taryfą operatora

W dzisiejszym świecie, w którym słowa, jakich używamy, i sposób mówienia ulegają stałym i dynamicznym zmianom, język jest wyrazem pokoleniowych różnic w sposobie komunikacji. Tak było kiedyś, tak jest i teraz, że dzieci i ich rodzice, o dziadkach nie wspominając, mówią „różnymi językami” i często mają kłopoty ze wzajemnym zrozumieniem.

Wśród wielu różnych podziałów mamy też rozróżnienie na język młodzieżowy i boomerski. Pokolenie boomerów to ludzie urodzeni po II wojnie światowej, do lat 60. XX wieku. Charakteryzuje silny konserwizm językowy, będący w opozycji do szybkich i stałych zmian we współczesnej polszczyźnie.

Dzisiaj, gdy język ewoluuje w niezwykłym tempie, ich sposób komunikacji wydaje się niekiedy odrobinę archaiczny. Określenie „boomerskie” stało się symbolem czegoś, co już nie do końca odzwierciedla współczesne realia. Jednym z charakterystycznych elementów jest w tym przypadku używanie starych powiedzeń, które dla wielu młodszych osób mogą brzmieć jak relikty przeszłości. „Nie rób z igły widły”, „kiedyś to były czasy”, czy „gdzie kucharek sześć, tam nie ma co jeść”.

Za moich czasów

Niedawno ogłoszono wyniki plebiscytu na Boomerskie Słowo Roku 2023. Wśród najbardziej popularnych zwrotów znalazły się takie wyrażenia jak „za moich czasów” czy „klawo”. Plebiscyt na Boomerskie Słowo Roku po raz pierwszy zorganizowano w ubiegłym roku przez agencję badawczą SW Research. Wtedy zwyciężyły terminy „żal.pl” oraz „cepeen”. Aktualną edycję plebiscytu zorganizował portal Iskry Wiedzy we współpracy z humorystycznymi serwisami Joe Monster i Demotywatory.

Jak informuje organizator konkursu Piotr Iskra wraz z portalem iskrywiedzy.pl, zdecydowanym zwycięzcą w tym roku okazał się zwrot: „proszę ja ciebie”.

— Ta pozycja zwyciężyła i zebrała aż 14,4 proc. gło-



TO KLAWA FACETKA, PROSZĘ JA CIEBIE

JUŻ PO RAZ DRUGI TYSIĄCE OSÓB ZAGŁOSOWAŁO NA SŁOWO, KTÓRE ZDECYDOWANIE KOJARZY SIĘ Z OSOBAMI DAWNO POZBAWIONYMI STATUSU MŁODZIEŻY. UCZESTNICY MUSIELI WYBRAĆ JEDEN NAJBARDZIEJ BOOMERSKI ZWROT SPOŚRÓD 21 PROPOZYCJI. WŚRÓD NAJBARDZIEJ POPULARNYCH ZNALAZŁY SIĘ TAKIE WYRAŻENIA JAK „ZA MOICH CZASÓW” CZY „KLAWO”.

sów. Zwrot rzeczywiście bardzo często wykorzystywany i mówiący o tym, że osoba używająca na pewno nie należy do młodzieży, a nawet jeśli, to wykorzystuje ten zwrot najpewniej prześmiewczo — czytamy we wpisie organizatorów.

Na drugim miejscu uplasowała się „facetka”, czyli żartobliwe określenie głównie na nauczycielkę.

— To dla nas niemałe zaskoczenie, bo myśleliśmy, że tego słowa używało się tylko w podstawówce jakieś 30 lat temu, a jednak dojrzała, a nawet przejrzała już ludzie z jakiegoś względu nadal go używają! Dlaczego? Po co? W jakich sytuacjach? Mamy tyle pytań! — czytamy w podsumowaniu plebiscytu.

Miejsce trzecie to z kolei wyrażenie „za moich czasów”.

— Tutaj nie trzeba nic dodawać. Za naszych czasów nie było takich plebiscytów — ironizują organizatorzy plebiscytu.

Czy używanie takich zwrotów to jedynie uroczysty hołd przeszłości, czy może również symptom pewnej oporności na zmiany? Część osób uwa-

ża, że to jedynie naturalna skłonność do utrzymania swojej tożsamości językowej, związanej z okresem, w którym tak zwani boomerzy dorastali, zakorzenionym głęboko w ich kulturze.

— Zawsze jest tak, że pokolenie starsze ma inny zasób słownictwa, ponieważ przechodziło inne doświadczenia. Pisząc poezję, niekiedy używam słów z lat 60. czy 70., które już zniknęły. Czy z tego powodu jestem lepszy od tych, którzy ich nie znają? — mówi Zbigniew Chojnowski, profesor nauk humanistycznych, nauczyciel akademicki Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego. I dodaje: — Z drugiej strony wskazywanie na boomerstwo, który ma przecież negatywny ładunek, jest młodzieżową nonszalancją, dążeniem do tego, aby się czuć lepszym, wyróżniać się. Młodzi uważają się za bardziej nowoczesnych, bardziej na czasie. Jest to złudzenie bardzo młodego wieku, bo przecież z czasem szereg słów zanika czy zmienia swoje znaczenie. Rozdmuchywanie kwestii boomerskich

słów może mieć charakter dyskryminacyjny. Jeśli nie używam pewnych wyrażeń, to oznacza, że jestem wykluczony? Młodzi często nieświadomie segregują ludzi z powodu słów. Jest to pewien element folkloru kultury młodzieżowej.

Warto jednak podkreślić, że używanie starych powiedzeń i zwrotów przez boomersów nie jest jednoznaczne z brakiem zro-

zumienia dla nowoczesnych form komunikacji. Wielu z nich jest aktywnymi użytkownikami mediów społecznościowych, a jednocześnie potrafią dostosować się do nowych trendów językowych. Stosowanie tradycyjnych powiedzeń może być dla nich formą nostalgii, a jednocześnie świadomym wyborem w wyrażaniu swojej tożsamości. Ponadto warto zauważyć, że niektóre z tych powiedzeń zawierają w sobie mądrość, która pozostaje aktualna niezależnie od zmieniających się czasów. Boomersi, używając starych zwrotów, mogą również pragnąć przekazać pewne wartości i doświadczenia młodszemu pokoleniu.

— Powinniśmy jako społeczeństwo humanistyczne i wrażliwe posiadać szacunek do słów niezależnie od tego, kiedy były używane. Osobiście lubię czytać literaturę staropolską, ponieważ owe teksty zawierają „to coś”, czego nie mają współczesne. Cieszymy się, że język polski robi się bogatszy o nowe słowa, jednak zafascynowanie nimi nie powinno iść w parze z dyskredytacją słownictwa dawniejszego. Im bogatszy słownik, tym bogatsze nasze umysły. Czytanie literatury poszerza naszą leksykę, wyobraźnię, zdolność do widzenia świata i jego złożoności. Dlatego myślę, że dobrze, że mówi się o boomerskich słowach, jednak należałoby na to patrzeć jako element zabawy w język — mówi prof. Chojnowski.

PEŁNY RANKING PLEBISCYTU BOOMERSKICH SŁÓW:

PROSZĘ JA CIEBIE – 14,44 PROC.
FACETKA – 10,87 PROC.
ZA MOICH CZASÓW – 9,16 PROC.
KLAWO – 7,40 PROC.
WIHAJSTER – 6,74 PROC.
PANNICA – 6,39 PROC.
SERWUS – 4,68 PROC.
PEKAES – 4,38 PROC.
PRYWATKA – 4,28 PROC.
GIT – 4,23 PROC.
TENTEGES – 4,18 PROC.
KASZANA – 3,27 PROC.
SIEŃ – 3,07 PROC.
DISKOTEKA – 2,67 PROC.
WIOCHA – 2,52 PROC.
SYNEK – 2,42 PROC.
ESSA – 2,11 PROC.
W DECHĘ – 2,11 PROC.
SATURATOR – 2,01 PROC.
WAPNIAK – 1,91 PROC.
BOOMER – 1,16 PROC.

Organizatorzy plebiscytu zwrócili uwagę, że samo słowo „boomerskie” staje się coraz mniej aktualne, a fraza „boom” już minęła kilka lat temu. W związku z tym poprosili internautów o wybór nowego wyrazu, który mógłby zastąpić to przestarzałe określenie. Oto pięć najczęściej zgłaszanych propozycji: dziaderskie, wapniackie/wapniakowe/wapniarskie, dziadowe/dziadcze/dziadowskie/dziadowskie, lamerskie oraz klawo.

Niebawem, bo w grudniu poznamy także wyniki „Młodzieżowego Słowa Roku 2023”. W ubiegłym roku głosami internautów wygrała „essa”. Słowo to używane jest jako okrzyk radości.

ANNA GLAZEK

REKLAMA



UWAGA, MIESZKAŃCY OLSZTYNA

Rusza II edycja programu Ciepłe Mieszkanie

Zainteresowanych dotacją na wymianę źródła ciepła na paliwo stałe oraz dotacją na termomodernizację prosimy o odwiedzenie strony Urzędu Miasta Olsztyna, zapoznanie się z informacją i wypełnienie ankiety.

Ankieta jest kierowana do właścicieli lokali mieszkalnych w budynkach wielorodzinnych, najemców lokali mieszkalnych stanowiących własność Gminy Olsztyn oraz wspólnot mieszkaniowych obejmujących od 3 do 7 lokali mieszkalnych.

Ankiety można wypełnić internetowo pod adresem cieplemieszkanie.olsztyn.eu lub telefonicznie (telefon czynny od pn. do pt. w godzinach 8.00-15.00) pod numerem **89 527-31-11 wew. 490**.

Termin wypełnienia ankiety mija 26 listopada 2023 roku.

Kiedy napisałem na swoim profilu na FB, że zabieram się za czytanie książki „Wojna o Ukrainę. Wojna o świat”, parę osób mnie zrugalo, że nie warto, bo jej autorzy to zwolennicy Rosji, a na dodatek nie lubią Ukrainy. Nie znam obu panów na tyle, aby oceniać ich sympatie w tym względzie, natomiast na pewno w rozmowie Piotra Zychowicza z Jackiem Bartosiakiem trudno znaleźć jakieś moskalofilstwo. Zresztą obaj panowie nie są „filiami” żadnych zewnętrznych państw, a na relacje z innymi krajami patrzą z punktu widzenia polskiego interesu państwowego, takiego, jakim go rozumiemy.

— Polityka zagraniczna nie ma nic wspólnego z moralnością. To tylko kwestia układu sił — podkreśla Jacek Bartosiak i dodaje: — Ja wypowiadałem się jako Polak i w moim interesie jest, żeby Rosjanie przegrali... Żeby Rosjanie zostali wypchnięci z Europy i nie mogli przeszkadzać w rozwoju mojego kraju i naszego Międzymorza, naszego miejsca na ziemi.

A po drugie, jaki jest sens czytać tylko tych autorów, z którymi się zgadzamy? Tak działa FB, podrzucając nam tylko to, z czym się zgadzamy, dlatego robi się coraz to nudniej.

Dlaczego Rosjanie uderzyli w 2022 roku?

O czym jest ta książka? Jej autorzy chcą, żebyśmy spojrzeli na rosyjską agresję przez szerszy pryzmat. My często patrzymy na rosyjską agresję jako element zmagania polsko-rosyjskich

MUSIMY RAZEM WYPCHNAĆ ROSJĘ Z EUROPY

— PRZEZ LATA PATRZYLIŚMY NA KRÓLEWIEC Z PRZERAŻENIEM... TERAZ MAM WRAŻENIE, ŻE TO DRUGA STRONA ZACZYNA SIĘ BAĆ, PATRZĄC NA MAPE... TO JEST KWESTIA CZASU — MOIM ZDANIEM KILKUDZIESIĘCIU LAT — JAK ROSJA STRACI KRÓLEWIEC. OCZYWIŚCIE JEŚLI NIE BĘDZIE DAWAŁA „CHLEBA”, KTÓRY SATYSFAKcjonowałby MIESZKAŃCÓW ENKLAWY — MÓWI JEDEN Z NAJBARDZIEJ ZNANYCH POLSKICH SPECJALISTÓW OD GEOPOLITYKI I STRATEGII JACEK BARTOSIAK.

z ewentualnie Ukrainą, Niemcami i Rosją w tle. Tymczasem dla Zychowicza i Bartosiaka ta wojna jest „elementem szerszego, globalnego zjawiska”, które dotyczy panowania nad światem.

Ich zdaniem Rosja, po innych nieudanych próbach, postanowiła bowiem za pomocą blitzkriegu udowodnić, że gra w I lidze razem

z USA i Chinami. Szybkie zwycięstwo nad Ukrainą miało rozwinąć i umocnić niemiecko-francusko-rosyjskie porozumienie, wypchnąć USA z Europy i przywrócić rosyjskie władanie nad Europą do Odry. Ukraina zatem nie była celem samym w sobie, ale tylko pierwszym etapem powrotu Rosji do rangi ZSRR.

— Bo co by się stało, gdyby Rosjanie w dwa tygodnie zajęli całą Ukrainę?... Francuzi i Niemcy utwierdziliby się w przekonaniu, że Rosja jest niezbędnym elementem europejskiej układanki — podkreślają Zychowicz i Bartosiak.

Ten plan pokrzyżowali Ukraińcy, bo zamiast się poddać po tygodniu, to się obronili, w czym dużą zasługę ma Rzeczpospolita. — Ukraina wszystkim zrobiła niespodziankę i zmieniła geopolitykę Europy. Czy to będzie trwała zmiana — zobaczymy. Ale na razie wygląda na to, że ukraiński opór pokrzyżował wielkie imperialne plany Kremla — czytamy w „Wojna o Ukrainę. Wojna o świat”.

Dlaczego Rosjanie uderzyli akurat w 2022 roku? Powodów jest kilka. Po pierwsze uznali, że USA są słabe i wystarczy kopnąć w drzwi, a „wszystko się rozwali”. To właśnie udaremnił Ukraińcy, a Joe Biden okazał się mocniejszy, niż uważał Putin.

Po drugie: — Rosjanie czuli, że kończy się pewien etap w dziejach, rozpoczyna wielka rywalizacja między USA a Chinami i trzeba zająć odpowiednią pozycję przed tym starciem, a jednocześnie kończy się rosyjski model rozwojowy. Do tego nadchodzi rewolucja zielonej energii, zbliża się rewolucja technologiczna... — podkreślają Bartosiak i Zychowicz.

Jesteśmy skazani na współpracę

„Wojna o Ukrainę. Wojna o świat” to nie jest jednak tylko książka o polityce. Wiele miejsca zajmuje w niej wojna i wojsko. Bo



Jacek Bartosiak, Piotr Zychowicz, „Wojna o Ukrainę. Wojna o świat”, REBIS 2023

przecież, żeby Ukraina mogła zmienić światową geopolitykę, to najpierw musiała zatrzymać i odepchnąć Rosjan. Tutaj akurat główną przyczyną nie była słabość rosyjskiej armii, ale raczej siła ukraińskiej.

Jest takie powiedzenie, że każdy naród i społeczeństwo ma taką władzę, na jaką zasługuje. To samo można rozciągnąć na armię. I o ile Rosjanie są narodem, a społeczeństwem żadnym, to naród ukraiński i ukraińskie społeczeństwo stworzyło się ostatecznie teraz, w toku wojny z Rosją, która trwa od 2014, a nie 2022 roku. Stąd rosyjscy żołnierze są w najlepszym przypadku żołnierzami. Ukraińscy po pierwsze obywatelami, a dopiero po drugie żołnierzami. Ale to właśnie dlatego wiedzą, że walczą o swoją przyszłość, a nie karierę polityczną Zelenskiego. Rosjanie wiedzą tyle, że biją się za cara, bo mają mentalność niewolniczą.

— Ukraińcy chcą żyć tak jak my, a nie tak jak oni. I dywizja czy dwie dywi-

zje czołgów nie mogą tego ludzkiego dążenia zatrzymać — podkreśla Piotr Zychowicz.

Po drugie ukraińskie wojsko jest już armia nowego typu, gdzie decyzje scedowano na pole walki, dla oficerów i żołnierzy. — U Rosjan tak to nie działa. Liczą się szarże i sztywne procedury... — zauważa Jacek Bartosiak.

Wątki polskie nie zajmują zbyt wiele miejsca w tej książce. Mogą jednak zszokować niejednego czytelnika. — Tragedia sprzed osiemdziesięciu lat nie może zniszczyć naszych współczesnych relacji z Ukrainą. Nie można osłabić bezpieczeństwa współczesnych Polaków. Przeszłość nie ma w tym sensie znaczenia. Znaczenie ma tylko przyszłość... Należy pokonać Rosję. To jest najważniejsze. Szczególnie że my próbujemy zbudować w Międzymorzu taki ład, żeby ani Wołyń, ani Katyń, ani Bucza nie mogły się powtórzyć — przekonuje Jacek Bartosiak. — Myślę, że będziemy musieli się sprzymierzyć z Ukrainą pod protektorem USA. Jaką formę ten sojusz będzie miał — tego obecnie nie rozstrzygam... Najlepiej by było, żeby Ukraińców przyjęto do NATO i Unii Europejskiej. To by wszystko znacznie uprościło — przekonuje.

— My i Ukraińcy nie mamy wyboru — jesteśmy skazani na współpracę. Ci, którzy stawiają kreskę na Międzymorzu z powodu awantury o zboże, robią to przedwcześnie — puentują autorzy „Wojny o Ukrainę. Wojny o świat”.

I tego się trzymajmy.

IGOR HRYWNA



No, to mamy geopolityczne przyspieszenie. Ziemia kręci się coraz szybciej. To metafora. W polityce międzynarodowej szereg nieszablonowych spotkań, decyzji, propozycji. I tak choćby spotkanie pre-

ZASKAKUJĄCE (?) RUCHY MOCARSTW

zydentów Stanów Zjednoczonych Ameryki i Chińskiej Republiki Ludowej zaowocowało wznowieniem... współpracy wojskowej. Nie mamy złudzeń: Waszyngton i Pekin byty, są i będą wielkimi konkurentami. Będą się szpiegować i ze sobą rywalizować, będą budować sojusze przeciwko konkurentowi, ale teraz obie strony uznały, że przyda się odwilż. Chiny — państwo o kilku tysiącach lat historii — są z definicji bardzo pragmatyczne. Może dlatego, że myślą

o polityce międzynarodowej w perspektywie nie kilku miesięcy, paru lat, kolejnych wyborów, tylko dziesięcioleci (jeśli nie dłużej). Amerykanie zapewne zamykają „front azjatycki”, bo przecież za dwa miesiące startują wybory i ostra kampania wyborcza, co w sytuacji bardzo zbliżonych szans obu głównych kandydatów jest „oczywistą oczywistością”. Stąd zapewne Białe Dobre chce mieć spokój na „odcinku” chińskim. USA ma też proponować

Egiptowi — państwu muzułmańskiemu, ale tradycyjnie proamerykańskiemu, aby „zaopiekowało się”, sąsiadującą z nim Strefą Gazy. To próba wyjścia z klinczu, którym stała się sytuacja w regionie, nazywanym przez Anglosasów „Middle East”, a przez nas „Bliskim Wschodem”. Tam, w Strefie Gazy i na Zachodnim Brzegu zawsze była „neverending story” — „niekończąca się opowieść”, ale teraz eskalacja przemocy po obu stronach ma olbrzymie reperkusje

i w świecie dyplomacji i na ulicach europejskich miast, w coraz większym stopniu zamieszkiwanych przez muzułmanów solidaryzujących się ze swoimi braćmi w wierze w Palestynie. Jak przewidywałem już kilka miesięcy temu, Zachód — po cichu, nieoficjalnie — coraz bardziej wymusza na Ukrainie zgodę na zawieszenie broni. Oczywiście będzie się mówiło, że jest ono „czasowe”. Rosja jednak chce kontynuacji wojny, której przecież przegrywa

— chce w sytuacji, gdy zaplecze demograficzno-militarne ma ona wyraźnie większe niż Kijów. W tym wszystkim trzeba mocno pilnować polskich interesów. Niezależnie od zmiany rządu. Racja stanu Rzeczypospolitej i polski interes narodowy muszą pozostać głównymi drogowskazami. Jesteśmy w takiej sytuacji międzynarodowej, że dla polityki polskiego interesu nie ma alternatywy. Po prostu.

RYSZARD CZARNECKI

10 PGZ

PRZESKOK GENERACYJNY ZBROJENIÓWKI



Niezależnie od epoki, w której ludzie rodzą się i żyją, od przeobrażeń politycznych, zawsze istnieje fundamentalna potrzeba ugruntowanego porządku społecznego, który jest zrozumiały i który daje społeczeństwu i poszczególnym osobom poczucie bezpiecznego, przewidywalnego życia. Moim zdaniem nie ulega wątpliwości, że fundamentem tego porządku jest określony zbiór wartości i norm. Bez nich bowiem nie ma ani sprawiedliwego prawa, ani dobrze funkcjonującego państwa, ani relacji międzypersonalnych, które scalają ludzi nie tylko na poziomie lokalnym, ale także globalnym. Wartości i normy, o czym często zapominamy, są także podłożem wszystkich działań i wyborów ludzkich. Lubię studentom na wykładach przypominać, że nie ma przesady w konstatacji, iż nie istnieje taka sfera życia człowieka, która nie byłaby „dotknięta” przez aksjologię i etykę. Chociaż oczywiście niektórzy sprzeciwiają się tej tezie, jak na przykład Max Weber, jeden z ojców socjologii, który już na początku ubiegłego wieku postulował neutralność wartości wobec nauki, co w praktyce jest przecież niemożliwe, gdyż sama prawda, obiektywizm, rzetelność naukowa, jak i racjonalność są kategoriami aksjologicznymi. Nie jest to jednak nadal takie oczywiste dla wszystkich.

Wartości zniknęły?

Wartości, tak jak i normy etyczne, bywają odrzucane, deprecjonowane i relatywizowane. Wobec wartości wciąż istnieje albo opór, albo pluralizm stanowisk, z których wiele kwestionuje uniwersalność ich istnienia i rozumienia. Dlatego na płaszczyźnie czysto teoretycznych rozważań da się wyróżnić wiele różnych podejść do wartości. Dla jednych więc wartości będą podstawowymi kategoriami opisującymi rzeczywistość, które istnieją niezależnie od podmiotu poznającego (obiektywizm aksjologiczny), dla innych będą wyrazem indywidualnej świadomości człowieka (subiektywizm aksjologiczny). Jedni będą uważać, że wartości poznaje się w sposób niebudzący żadnych

wątpliwości (absolutyzm aksjologiczny), inni zaś będą sądzić, że poznawanie wartości jest względne i tak naprawdę sprowadza się do ich kreacji (relatywizm aksjologiczny) lub jest niepewne, zaledwie prawdopodobne (probabilizm) czy też zależne od upodobań, uczuć, emocji poznającego (emotywizm).

W postmodernizmie, zwanym przez polskiego filozofa i socjologa Zygmunta Baumana „płynnym życiem” czy „płynną nowoczesnością”, której znakiem rozpoznawczym jest „twórcza destrukcja”, dominuje niewątpliwie tendencja subiektywizmu i relatywizmu aksjologicznego wraz z jego pochodnymi. Bauman widzi w wartościach byty powoływane do istnienia przez „akty ocenne, przez świadomości wartościującą” każdego człowieka. Tym samym, gdy w postmodernistycznej rzeczywistości liczy się tylko dynamizm, ruch, prędkość, zmienność, a nie trwanie i stabilność, dekonstruuje się wartości klasyczne i trwałe, które budują życie zarówno jednostkowe, jak i społeczne, po to, aby je albo zakwestionować lub aby rzekomo ujawnić w nich utajone sensy. Czy rzeczywiście wbrew dominującym tendencjom postmodernistycznego nurtu można z całą pewnością stwierdzić, że w wymiarze społecznym czy indywidualnym wartości zniknęły z przestrzeni życia? Czy ludzie przestali się do nich odwoływać, a jeżeli już, to czy one mają faktycznie charakter czysto subiektywny? Czy nie ma żadnej zgody co do znaczenia i roli wartości tak w życiu pojedynczego człowieka, jak i w życiu społecznym?

Inne rozumienie, tych samych słów

Otóż, pomimo proklamowania schyłku wartości czy nawet ich „śmierci”, należy odwołać się do praktyki życia codziennego, która pokazuje, że bez względu na te doniesienia wartości są nadal obecne, zarówno w opisach stanu kultury, jak i w codziennych zachowaniach ludzi, w ich myśleniu, religii, sztuce, polityce i nauce. Co więcej, istnieje pewien kanon wartości, do którego przyznają się niemal wszyscy. Bo kto nie ceni godności

MYŚLENIE WEDŁUG WARTOŚCI

„...ZROZUMIENIE WARTOŚCI I SIŁA POTRZEBNA DO ICH URZECZYWISTNIANIA SĄ TYM, CZEGO W ŻYCIU NAJBARDZIEJ DLA DUCHA POWINNIŚMY PRAGNĄĆ”.

JÓZEF MARIA BOCHEŃSKI

W CIĄGU OSTATNICH KILKU DNI MIAŁAM OKAZJĘ ROZMAWIAĆ NA TEMAT WARTOŚCI. RAZ Z PEWNYM PROFESOREM, KTÓRY STARAŁ SIĘ UDOWODNIĆ MI, ŻE WARTOŚCI TO WSPÓŁCZESNIE RZECZYWISTOŚĆ ZUPEŁNIE NIEZROZUMIAŁA, ŻE LUDZIE NIE WIEDZĄ, CO TO JEST WARTOŚĆ, BO ONA TAK SAMO SIĘ ZDEZAWUOWAŁA, JAK NA PRZYKŁAD CNOTA. INNYM RAZEM STUDENCI W TRAKCIE DYSKUSJI STWIERDZILI, ŻE WARTOŚCI, OWSZEM, ISTNIEJĄ, ALE MAJĄ CHARAKTER CZYSTO SUBIEKTYWNY I WZGLĘDNY, CO OCZYWIŚCIE MNIE ZUPEŁNIE NIE ZASKOCZYŁO, GDYŻ TEN RELATYWIZM ZNAMY JUŻ OD CZASÓW SOFISTÓW. JAK ZATEM JEST Z TYMI WARTOŚCIAMI?

człowieka, sprawiedliwości, wierności, miłości, nadziei, roztropności, czystości, porządku, szacunku, pracowitości, itd.? Dlaczego zatem współczesny człowiek ma poczucie, że w kwestii wartości tak trudno mu się jest porozumieć z innymi do tego stopnia, że ma poczucie życia w świecie pozbawionym wartości? Otóż, moim zdaniem, odpowiedź brzmi: ponieważ ludzie tym wartościom przypisują różne znaczenia. Każdy zgodzi się ze stwierdzeniem, że człowiekowi przysługuje godność osobowa – tylko że ta godność będzie różnie rozumiana. Dla jednego wyrażenie godności będzie dożycie człowieka do sędziwego wieku mimo częstokroć bólu i cierpienia, a potem naturalna śmierć, dla kogoś innego wyrazem poszanowania godności będzie prawo do eutanazji, gdy ktoś stary, zmęczony życiem lub chory zechce zadać sobie śmierć. Dla kogoś wyrazem poszanowania jednostkowego życia będzie brak zgody na aborcję, ponieważ życie dziecka nienarodzonego będzie dla niego równoważące z życiem człowieka urodzonego, dla innych przejawem szacunku do życia będzie terminacja ciąży, która może zagrozić życiu kobiety w aspekcie jej do-

brostanu, wygody czy zdrowia. Bo przecież to życie kobiety jest najważniejsze, a nie jej nienarodzonego dziecka. Prawdopodobnie też każdy człowiek ceni sobie wierność i nie chce być zdradzany, aczkolwiek niektórzy wierność będą pojmować jednostronnie, zdradzając, gdy nadarzy się ku temu dobra okazja.

A zatem istnieje na poziomie ogólnym pewna zgoda co do wartości, bez których trudno byłoby sobie wyobrazić życie ludzkie, jednak podkładana treść pod różnego rodzaju wartości zdaje się być rozumiana odmiennie przez poszczególne osoby. Stąd ludzie mają częste poczucie, że wyznają kompletnie odmiennie systemy wartości.

Wskazówka ks. Józefa Tischnera

Twierdzi się, że postmodernizm cechuje wolność, pluralizm i tolerancja. Te cechy, chcę zauważyć, nie są bynajmniej tylko opisem czasów, w których żyjemy, lecz są one właśnie konkretnymi wartościami, które po głębszej refleksji każdy akceptuje. Bo ktoż nie chce żyć w wolności, w poszanowaniu swej odrębności, z możliwością popełniania błędów czy bycia niedoskonałym? Problem jednak tkwi w tym samym. Pod tymi znakami rozpo-

znawczymi naszych czasów kryją się treści rozumiane niejednoznacznie. Wolność może być rozumiana jako „wolność od” albo „do”, wolność wyboru dobra lub wolność wyboru zła, pluralizm może być postrzegany jako zamach na jedność (np. narodową), a tolerancja jako konieczność akceptacji każdej odmienności i różnicy. A zatem wydaje się, że nie należy mówić oschylku wartości czy świecie bez wartości, lecz raczej uświadomić sobie różnorodność desygnatów, które opisywane są poszczególnymi nazwami wartości.

Ta konstatacja jednak nie wystarczy, aby przyjąć, że mamy współcześnie do czynienia z autentycznym aksjologicznym ładem, i to z kilku powodów. Po pierwsze pluralizm wielorakich treści, które chowają się za poszczególnymi wartościami, co do których ważności ludzie na ogół są zgodni, prowadzi do odrzucenia niezmiennych, powszechnych pryncypiów moralno-religijnych, poznawczych, a nawet artystyczno-estetycznych. Mimo tego, że ludzie zgadzają się co do rangi wartości życia ludzkiego, to jednak kategorię życia rozumieją inaczej, a to oznacza, że choćby fundamentalna norma moralna „nie zabijaj” będzie inaczej rozumiana na przykład przez zwolennika

i przeciwnika aborcji, przez abolicjonistę i retencjonistę, przez pacyfistę i zwolennika wojny. A skoro tak, to czyż można mówić – jak powiadają postmoderniści – że norma ta jest uniwersalna? A jednak jest. Gdyż to nie norma jest względna, lecz jej ludzka czy systemowa interpretacja. Po drugie ów pluralizm prowadzi do ambiwalentności. Jej implikacją jest chaos, brak przewidywalności, transparentności, stabilności, oczywistości, racjonalności, także tej emocjonalnej, a więc tych cech, które mogą i de facto skutecznie niszczyć nie tylko życie jednostkowe, ale także społeczne. Ów brak ładu aksjologicznego przejawia się także w załamaniu się ciągłości kulturowej, która wynika ze zmiany w sposobie myślenia – załamania wiary w technologiczny, naukowy, artystyczny postęp, który miał uszczęśliwić społeczeństwa, w zerwaniu z wielkimi metanarracjami poprzednich epok, w odrzuceniu metafizyki. Ludzie więc mówią tylko pozornie tym samym językiem aksjologicznym, czyli językiem wartości, i żyją w pozornym ładzie.

Jednak nie ma to znaczenia, co warto podkreślić, dla samego świata wartości, który jest obiektywnie istniejący, racjonalny i realny. Wartości bowiem nie zależą od subiektywnego widzenia człowieka. On może je jedynie odkryć i przeżyć, a nie je kreować według własnego uznania. Wartości najlepiej dostrzega się w wymiarze personalistycznym, który, radykalnie broniąc osoby ludzkiej przed zakusami wszystkich indywidualizmów i kolektywizmów, podkreśla, że człowiek jest najważniejszym dobrem stworzonym w świecie, a sens wartości tak naprawdę sprowadza się do służby człowiekowi, aby myślał on, jak pisał ks. Józef Tischner, „według wartości”. A zatem aksjologia wkomponowana w etykę jest ręką lewą ładu nie tylko publicznego, ale i osobistego.



ZDZISŁAWA KOBYLŃSKA

17 - 23 listopada 2023

**dodatek**
TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

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 Grzmieł ISSN 1643-2460. Skład komputerowy: Magraf, sp.j.

Piątek

**20:00**
TVN 7**Mamma mia**

Musical, USA, Niemcy, Wielka Brytania, 2008.

Niezwykły musical przeznaczony dla całej rodziny. Na małej greckiej wyspce trwają przygotowania do wesela córki właścicielki małego hoteliku. Dziewczyna jest jednak nieszczęśliwa bo nie zna swojego ojca. Z wykradzonego matce pamiętnika dowiaduje się, że może być aż trzech kandydatów i wszystkich zaprasza na swoje wesele. Fabuła filmu służy przedstawieniu wielu piosenek najpopularniejszego zespołu lat siedemdziesiątych, ABBY. Dwie godziny znakomitej rozrywki.

Sobota

**20:00**
TVP KULTURA**Oficer i szpieg**

Dramat historyczny, Włochy, Franc., 2019.

Film zrealizowany na podstawie bestsellerowej powieści Roberta Harris. To oparta na faktach historia Alfreda Dreyfusa, francuskiego oficera żydowskiego pochodzenia, skazanego na dożywocie za zdradę swojej ojczyzny i zesłanego na wygnanie. Georges Picquart, nowy szef wywiadu, wkrótce po uwięzieniu Dreyfusa odkrywa, że dowody przeciwko skazanemu zostały spreparowane. Wbrew swoim przełożonym Picquart postanawia za wszelką cenę ujawnić prawdę.

Niedziela

**0:50**
TVP 1**1917**

Dramat wojenny, USA, 2019.

Bohaterami filmowej opowieści o brytyjskich żołnierzach służących na froncie zachodnim I wojny światowej są dwaj szeregowcy Will Schofield i Tom Blake. U schyłku wojny wyruszają z niebezpieczną tajną misją, od której powodzenia zależy życie ich towarzyszy. Mają za zadanie dotrzeć do żołnierzy i wstrzymać operację ofensywną z góry skazaną na przegraną. Aby tego dokonać muszą przedrzeć się za linię wroga i przekazać rozkaz odwołujący atak. Jeśli operacja zakończy się fiaskiem, pewna śmierć czeka ponad 1600 żołnierzy, wśród których jest również porucznik Joseph Blake, brat Toma.

Poniedziałek

**21:10**
TVP 1**Igraszki z diabłem**

Teatr Telewizji, Polska, 1979.

Z długiej wojaczki powraca w rodzinne strony nieustraszony żołnierz, Marcin Kabat. Wędruje borem, lasem, aż do Czarciogo Młyna, gdzie mieszkają diabły czyhające na ludzkie dusze. Wojak zatrzymuje się koło chaty Sarki - Farki, rozbójnika napadającego na podróżnych. Dzielnego weterana i opryszek przypadają sobie do serca i postanawiają ramię w ramię zmierzyć się z piekielnymi mocami. Akurat nadarza się okazja. Dwie dziewczę, królewna Disperanda i jej fertyczna służąca Kasia, wyruszają na poszukiwanie mężów.

Wtorek

**1:40**
TVP KULTURA**Powidoki**

Dramat, biograficzny, Polska, 2016.

Bohaterem filmu „Powidoki” jest Władysław Strzemiński, artysta, który nie poddał się socrealizmowi i doświadczył dramatycznych skutków swoich wyborów artystycznych. To film o tym, jak socjalistyczna władza zniszczyła charyzmatycznego i niepokornego człowieka i artystę.

Środa

**3:30**
TVP KULTURA**Osiem kobiet**

Musical, Komedia kryminalna, Francja, Włochy, 2002.

Środek zimy. Do rezydencji na odludziu, gdzie oprócz pana domu, Marcela, mieszka jego żona Gaby, młodsza córka Catherine, szwagierka Augustine, teściowa Mamie, oraz dwie służące - czarnoskóra Chanel i młodsza, ponętna Louise, przyjeżdża na święta Bożego Narodzenia starsza córka Marcela i Gaby, Suzon, ucząca się na co dzień z dala od domu. Wszystkie panie czekają, aż obudzi się Marcel. W końcu Gaby posyła do jego pokoju pokojówkę Louise. Louise odkrywa zwłoki Marcela, którego ktoś zamordował w jego własnym łóżku, wbijając mu nóż w plecy.

Czwartek

**21:45**
TVP 2**Czarny motyl**

Thriller, USA, 2017

Nieopodal niewielkiego położonego w górach miasteczka mieszka samotnie na uboczu, unikający ludzi pisarz i scenarzysta Paul, który był niegdyś sławny, ale od dawna żyje w zapomnieniu. Paul przeżywa kryzys twórczy, a samotność i brak weny zagłusza alkoholem. Pewnego razu w miejscowym barze poznaje włóczęgę Jacka, którego zaprasza do swego domu. Nieoczekiwanie nad okolicą rozpętuje się potężna burza, która powoduje uszkodzenie linii energetycznych. Podczas przerwy w dostawie prądu wywiązuje się między gospodarzem a gościem niebezpieczna gra.

PIĄTEK • 17 listopada

TVP 1

04:45 Klan - telenowela
05:15 Dziedzictwo - serial
06:05 Złoty chłopak - serial obycz.
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Agape Blisko Ciebie - mag.
08:00 Wiadomości
08:10 Kwadrans polityczny
08:25 Informacje kulturalne
08:30 Pogoda poranna
08:40 Ranczo - serial obycz.
09:35 Komisarz Alex - serial krym.
10:35 Ojciec Mateusz - serial
11:25 Kuchnia Jagiellonów - Od Smoleńska po Madryt - prog. kulinarny
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 Natura w Jedyńce - Zwierzęta budują - dok., Franc., 2021
14:00 Złoty chłopak - serial obyczajowy
15:00 Wiadomości; Pogoda



15:20 ALARM! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictwo - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:20 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela
18:25 Leśniczówka - serial obycz.
19:00 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda; Sport
20:15 ALARM! - magazyn
20:25 Piłka nożna - Eliminacje EURO, 2024 - Polska - Czechy
23:30 Kamerdyner
00:25 Komórka - fab., USA, 2016
02:15 Poziom mistrza - akcja, SF, USA, 2020
04:05 Nowa Pacjentka - serial, Polska, 2010

TVP 2

05:00 Na sygnale - serial fabularyzowany
05:30 M jak miłość - serial
06:20 Anna Dymna - spotkajmy się
06:55 Rodzinka.pl - serial kom.
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Nie taka prosta historia - Wielka woda - magazyn
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Akacja 38 - serial kostiumowy
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział - serial
16:00 Koło fortuny - teleturniej



16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - serial obyczajowy, Turcja, 2020
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Akacja 38 - serial
19:35 Barwy szczęścia - serial
20:50 Tak to leciało! - teleturniej muzyczny
21:45 Kino relaks - Gorący pościg - kom., USA, 2015. Policjantka Rose ma eskortować do sądu świadka koronnego Felipe Rivę oraz jego żonę Daniellę.
23:20 Cztery wesela i pogrzeb - kom. romantyczna, Wlk. Bryt., 1994
01:30 Król złodziei - krym., Wlk. Bryt., 2018
03:30 Rodzinka.pl - serial komediowy

TVN

05:35 Uwaga! - program interwencyjny
05:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - pr. kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:30 Ukryta prawda - program obyczajowy
13:35 Szpital - Pacjentem doktora Roberta Szewczyka jest 7-latek, który został pogryziony przez zwierzęta w 200.
15:40 Doradca smaku - program kulinarny
15:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
16:50 Zapisane w gwiazdach - program
17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
19:00 Fakty
19:30 Sport; Pogoda



19:50 Uwaga! - program interwencyjny
20:00 Wonder Woman - przyg., USA, Chiny, Hong Kong, 2017. W walce u boku ludzi, w wojnie ostatecznej, Wonder Woman odkrywa pełnię swojej mocy... i swoje prawdziwe przeznaczenie.
23:05 Small World - sens., Polska, 2021
01:30 Kuba Wojewódzki - talk-show
02:35 Nastolatki rządzą... kasą - program obyczajowy
03:35 Dowody zbrodni - serial krym., USA
04:35 Nauka jazdy - program edukacyjny
05:05 Recepta na stary dom - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy
09:40 Sekrety rodziny - program obyczajowy
10:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
11:40 Gliniarze - serial paradokumentalny
12:50 Wydarzenia - program informacyjny
13:20 Interwencja - magazyn reporterów
13:40 Trudne sprawy - program obyczajowy
14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy
17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny



18:00 Pierwsza miłość - serial
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:45 Sport; Pogoda
20:00 Najmro - kom., akcja, Polska, 2019. Film inspirowany prawdziwymi wydarzeniami z życia Zdzisława Najmrodzkiego, legendarnego celebryty półświatka.
22:10 Venom - akcja, SF, Chiny, USA, 2018.
00:50 Dziedzictwo Bourne'a - akcja, USA, Japonia, 2012
03:40 Nasz Nowy Dom - serial paradokumentalny
04:45 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Muzyczne poranki
07:30 O Polsce z oddali - biskup Mikołaj i ks. prof. Bidzina Gunia - rozmowa
08:10 Zaginione-odnalezione - magazyn
08:35 Informacje kulturalne
09:05 Grający z talerza - obycz., Polska, Franc., 1995
11:00 Chłopi - serial, Polska, 1972
12:10 Klucz do Salvadora Dalego - dok., Hiszp., 2016
13:20 Gwiazdy tamtych lat - Hanka Bielicka - dok.
14:00 Gwiazdy tamtych lat - Kazimierz Grześkowiak - koncert
14:45 Informacje kulturalne
15:15 Na kredyt - obycz., Polska, 2008
16:00 Pora umierać - obycz., Polska, 2007
18:00 Jazz.pl - Marek Kądziała - koncert
19:40 Którędy po sztukę - de Hooch - magazyn



20:00 Wieczór kinomana - Happy together - fab., Hongkong, 1997
21:50 Informacje kulturalne
22:20 Międzynarodowy Konkurs Dyrigentów im. Grzegorza Fitelberga - historia, reportaż
22:55 Pitbull - serial policyjny
24:00 Czwartkowy klub filmowy - Młodość Astrid - fab., Szwecja, Dania, 2018
02:10 Noc krótkich filmów - Litera - Grand Bassin - filmy anim.
02:45 Kino nocne - Slimaki - dok.
03:30 Women make film - Kobiety za kamerą - dok., Wlk. Bryt., 2019
04:45 Teledyski
05:30 Afisz kulturalny ekstra
05:45 Jeszcze więcej kultury

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
08:00 Nash Bridges - serial kryminalny
09:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy
12:00 Zaklinaczka duchów - Jeden z pacjentów Eli jest nawiedzany przez ducha swojej siostry. Melinda decyduje się pomóc mężczyźnie i duchowi.
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
16:00 Kurierzy - Adam Damrot dostarcza ciężką paczkę do prywatnego mieszkania. Na miejscu poznaje...
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny



20:00 Krwawy sport - akcja, USA, 1988. Frank Dux (Jean-Claude Van Damme) dowiaduje się o „kumeti” - nielegalnym turnieju sztuk walki w Hongkongu. Bez zezwolenia przełożonych wymyka się na cel przez mordercę na zlecenie (Jason Statham), mogą jedynie śnić za kierownicą swoich samochodów i skorzystać z programu szpiegowskiego, który rząd powierzył ich ochronie.
01:15 Lejdis - kom., Polska, 2008. Perypetie czterech kobiet usiłujących poradzić sobie ze zwirowanym życiem, które nigdy nie wygląda tak, jak się je zaplanuje.
04:05 Nagi instynkt przetrwania - serial

TVN 7

05:00 Szkoła - program obycz.
06:55 Szpital - Pacjentką doktora Roberta Szewczyka jest 30-letnia nauczycielka z liceum, która potajemnie dorabia tańcząc w nocnym klubie.
07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:50 Zapisane w gwiazdach - program
11:50 Szpital - Pacjentem dr Wojciecha Jarosza jest 4-latek z poparzeniem trzeciego stopnia.
13:50 Sąd rodzinny - program sądowy
14:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
15:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:55 Szpital - program obycz.
17:55 Ten moment - program obyczajowy
18:25 Młodość na zamówienie - program lifestyleowy



18:55 Ukryta prawda
20:00 Mamma mia - film musical, USA, Niemcy, Wlk. Bryt., 2008
22:30 Szybcy i wściekli VII - sens., USA, Japonia, 2015. Bohaterowie filmu, wzięci na cel przez mordercę na zlecenie (Jason Statham), mogą jedynie śnić za kierownicą swoich samochodów i skorzystać z programu szpiegowskiego, który rząd powierzył ich ochronie.
01:15 Lejdis - kom., Polska, 2008. Perypetie czterech kobiet usiłujących poradzić sobie ze zwirowanym życiem, które nigdy nie wygląda tak, jak się je zaplanuje.
04:05 Nagi instynkt przetrwania - serial

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji
08:00 Nasz Nowy Dom
09:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
09:50 Łowcy skarbów. Kto da więcej
10:50 Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny
12:55 Gliniarze - serial paradokumentalny
13:55 STOP Drogówka - serial policyjny
15:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok.
17:00 Sekrety rodziny - program obyczajowy
18:00 Łowcy Skarbów. Kto da więcej
19:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok.
20:00 Gwiazdy Kabaretu
22:05 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
00:05 Kabaret na żywo. Nowy skład
02:00 „Kabaretowa Ekstraklasa”
02:25 Gwiazdy Kabaretu
03:25 Disco Polo Life
04:25 Top 10 - Lista Przebojów
05:30 Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:35 Święty na każdy dzień
09:45 Jestem Mamą
10:00 Inf. dnia
10:15 Rozmowy niedok.
11:25 Głos Polski
11:35 Dar powołania
12:00 Anioł Pański
12:03 Inf. dnia
12:20 Przygody pana Michała
12:50 W pułapce wojny
13:30 Mśza 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 Siódmy Sakrament
16:40 Prosto o gospodarce
17:00 Z Zaczyna na Syberię
17:30 Geopolityka
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 Ojczyznę
21:20 Inf. dnia
21:40 Polski Punkt Widzenia
22:00 Tajemnica Enigmy
22:45 Przegląd Tygodnika „Niedziela”

SOBOTA • 18 listopada

TVP 1	TVP 2
05:45 Balans bieli - magazyn 06:20 Janka - serial obycz. 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:40 Rok w ogrodzie 08:20 wojsko-polskie.pl - rep. 08:45 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych 09:10 Polskie Parki Narodowe - Wigierski Park Narodowy - dok. 09:40 Komisarz Alex - serial krym. 10:40 Ojciec Mateusz - serial 11:40 Wiesz czy nie wiesz? - teleturniej 14:10 Z pamięci - Barbara Krafftówna - felieton 14:25 Okrasa tamie przepisy - mag. kulinarny 14:55 Chłopi - serial, Polska, 1972 15:55 Rolnik szuka żony - reality show 17:00 Telexpress 17:20 Pogoda	04:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy 06:35 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial obyczajowy 07:30 Pytanie na śniadanie 12:00 Zrzućnawani odbudowani - magazyn 12:35 Rytm Dwojki - widowisko muzyczne 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole, 2024 - teleturniej muzyczny 16:20 Na dobre i na złe - serial obyczajowy 17:15 Wędrowiec Polski - cykl reportaży 17:45 Słowo na niedzielę 18:00 Panorama - program informacyjny 18:20 Va Banque - teleturniej
 17:35 Ojciec Mateusz - serial 18:25 Kulisy serialu Ojciec Mateusz - felieton 18:40 Jaka to melodia? - teleturniej 19:30 Wiadomości 20:05 Pogoda 20:10 Sport 20:15 ALARM! - magazyn 20:35 Komisarz Alex - serial krym. 21:35 Hit na sobotę - 1917 - dramat wojenny, USA, 2019 ● 23:40 Poziom mistrza - akcja, SF, USA, 2020 01:35 Komórka - horror, USA, 2016 03:25 Jaka to melodia? - teleturniej 04:15 Z pamięci - Barbara Krafftówna - felieton	 18:45 Akacja 38 - serial kostiumowy 19:35 Informacje kulturalne 20:00 The Voice of Poland - Live - widowisko muzyczne 23:00 Mała Italia - kom. romant., Kan., USA, 2018. Czy uczucie zakochanych wytrzyma starcie z ich zwaśnionymi rodzinami? 00:50 Anatomia strachu - fab., USA, 2011. Pewnego dnia w rodzinie Millerów wszystko się zmienia. Uzbrojeni bandyci napadają na ich rezydencję i terroryzują domowników. 02:35 Cztery wesela i pogrzeb - kom. romant., Wlk. Bryt., 1994 04:45 Rodzinka.pl - serial komediowy

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny 06:00 New Looney Tunes 1 - animacja 06:50 Kuchenne rewolucje - Grzegorz spędził 15 lat życia we Włoszech i kiedy wrócił do Polski, stworzył własny zakład produkujący sery. 07:45 Dzień Dobry TVN 11:35 Na Wspólnej Omnibus - serial obyczajowy, Polska 13:35 MasterChef - program kulinarno-rozrywkowy 15:15 Ślub od pierwszego wejrzenia - reality show 16:25 Totalne remonty Szelągowskiej - program rozrywkowy 17:30 Lego Masters - program rozrywkowy 19:00 Fakty 19:25 Sport; Pogoda 19:45 Uwaga! - program interwencyjny	 20:00 Top Model - program rozrywkowy 21:35 Notting Hill - kom., Wlk. Bryt., USA, 1999. Anna Scott (Julia Roberts) jest gwiazdą filmową. William Thacker (Hugh Grant) jest rozwodnikiem, właścicielem księgarni w Notting Hill, w Zachodnim Londynie... 00:10 Szukając sprawiedliwości - sens., USA, 1991 02:15 Rzeczy, których nie nauczyłeś się od ojca - serial, Polska 02:50 Szpital - program obycz. 03:50 Uwaga! - program interw. 04:05 Nauka jazdy 04:35 Recepta na stary dom - program edukacyjny 05:05 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy
---	--

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:25 Święteczna gorączka - USA, 1996 10:10 Ewa gotuje - program kulinarny 10:40 Nasz Nowy Dom 11:40 Para do Gara. Ona mówi, on gotuje. - program kulinarno-rozrywkowy, którego gospodarzem jest Mateusz Gessler 13:40 Polacy za granicą - spotkania z ciekawymi ludźmi 14:40 Rolnicy. Podlasie 15:45 Więzienie - program parodokumentalny kobiet 17:45 Chłopa do wzięcia - Pochodzą z małych wsi i miasteczek. Pracują dorywczo, mają niewielkie perspektywy i nie są zbyt zamożni, mimo to z niezachwianą wiarą poszukują partnerki na całe życie.	 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Prezydenci i Premierzy - rozmowy Jarosława Gugały 19:45 Sport; Pogoda 20:00 Epoka lodowcowa - anim., USA, 2000. Przesympatyczna animowana komedia przygodowa, której akcja toczy się 20.000 lat temu. 21:35 Kingsman: Złoty krag - USA, Wlk. Bryt., 2017 00:55 Nieobliczalny - USA, 2006 03:05 Zjedź Kambodżę - program podróżniczo-kulinarny 03:40 Świat według Kiepskich - serial komediowy 04:40 Disco Gramy - program muzyczny 05:25 Telezakupy TV Okazje
--	--

TVP Kultura

07:00 Piosenki z filmoteki 07:50 Tamte lata, tamte dni - Radosław Piwowarski - magazyn 08:30 Informacje kulturalne 09:00 Bruce Liu. Koncert w 212. rocznicę urodzin Fryderyka Chopina 10:35 Wydarzenie aktualne - Elżbieta Penderecka 11:05 Serialowa nostalgia - Przygody psa Cywila - serial przygodowy 11:45 Przygody psa Cywila - serial przygodowy 12:30 Skowronki na uwiecz - kom., Czechosłow., 1969 14:15 Rejs - kom., Polska, 1970 15:30 Klub szachistów - film TVP, Polska, 1967 16:00 O Polsce z oddali - Natasza Lomouri i Sevdija Ugreghelidze - rozmowa 16:40 Naskalne kino przodków - dok., Franc., 2015	 17:50 Retro kino - Przybywa jeździec - dramat, USA, 1978 20:00 Bilet do kina - Oficer i szpieg - dram., Włochy, Franc., 2019 ● 22:20 Informacje kulturalne 22:45 The Best of Maanam. Koncert live 00:05 Wieczór kinomana - Happy together - fab., Hongkong, 1997 01:50 Galeria sztuki na ekranie - Osobliwy świat Hieronima Boscha - dok., Wlk. Bryt., 2021 02:50 Kino nocne - Margaret Atwood. Słowo to siła - dok., Kan., 2020 04:30 Informacje kulturalne 04:50 Teledyski 05:25 Tamte lata, tamte dni
--	--

TV Puls

06:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 07:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny 10:00 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument fabularny. W lombardzie pojawia się pan Teodor. Ma pretensje o to, że wciąż nie otrzymał zakupionej przez aplikację bransoletki. Beata (Małgorzata Szepczycka) i Roman (Marcin Borhardt) są zdziwieni, nie wiedząc, o jaką transakcję chodzi. 20:00 Lodowy szlak - akcja, USA, 2020. Aby uratować górników uwięzionych w kopalni, konieczne jest dostarczenie specjalnego sprzętu, za pomocą którego będzie można usunąć blokujące wyjście gruzy. wyrusza ekspedycja ratunkowa.	 22:05 Uprowadzona - akcja, Franc., USA, 2008. Emerytowany agent CIA wyrusza na ratunek porwanej córce. Mocne akcje. 00:00 Uniwersalny żołnierz: Dzień odrodzenia - akcja, USA, 2012 02:15 Menu na miarę - program kulinarny 03:00 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 04:35 Z archiwum poligii - program kryminalny 05:00 Dyżur - serial medyczny
---	---

TVN 7

05:00 Szkoła - Licealista Dominik Łuczak niszczy sobie telefon. Żeby zdobyć pieniądze na nowe urządzenie postanawia ukraść złoty pierścionek mamy. 06:00 Wiza na miłość: na odwrot - serial parodokumentalny 07:00 Wyluzuj, Scooby-Doo! - serial animowany, USA 07:35 Psy i koty - film rodzinny, USA, 2001. Profesor Brody (Jeff Goldblum) wynalazł szczepionkę, która uodparnia ludzi na alergię na psią sierść. W tej sytuacji koty mają prawo czuć się zagrożone. 09:20 Ten moment - program obyczajowy 09:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:55 Mali agenci IV: Wyścig z czasem - film rodzinny, USA, 2011	 15:45 Akademia policyjna VII: Misja w Moskwie - kom., USA, 1994. Absolwenci Akademii postanawiają rozprawić się z groźnym rosyjskim bandytą, którego machlojki szkodzą nie tylko Rosji. 17:35 Rodzinne rewolucje - kom., USA, 2014. Po nieudanej randce samotni rodzice, Lauren i Jim postanawiają wyjechać ze swoimi dziećmi. Niespodziewanie spotykają się w luksusowym kurorcie i zostają skazani na swoje towarzystwo. 20:00 Mumia - przyg., USA, 1999 22:45 Blade: Mroczna trójca - horror, USA, 2004 01:00 Zodiak - sens., USA, 2007 04:20 Druga strona medalu - talk-show
--	--

TV 4

06:00 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki. 11:00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo - program muzyczno-rozrywkowy 13:00 Ninja Warrior Polska - program rozrywkowy 15:00 Żony Warszawy - reality show 16:00 STOP Drogówka - serial policyjny 17:00 Policjantki i Policjanci - serial parodokumentalny 22:05 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - Walczak i mundurowa Magda prowadzą śledztwo w sprawie śmierci Łukasza Barycza, który został uduszony. 00:05 Kabaret na żywo. Nowy skłAD 02:00 „Kabaretowa Ekstraklasa” 02:25 Gwiazdy Kabaretu 03:25 Disco Polo Life 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy	 09:55 Święty na każdy dzień 10:00 Inf. dnia 10:15 Retrospekcja 10:20 Sekrety mnichów 10:35 Słowo życia 10:40 Polski Punkt Widzenia 11:00 Kropelka radości 12:00 Anioł Pański 12:03 Inf. dnia 12:20 Warto zauważyć... 12:50 Siódmy Sakrament 13:20 Ocalić od zapomnienia 13:30 Msza św. 14:30 Przegląd Tygodnika „Niedziela” 14:35 Słowo życia 14:40 Święty na każdy dzień 14:45 Jak wygrać małżeństwo 15:00 Wyszynski - historia 15:30 Wierzę w Boga 16:00 Inf. dnia 16:10 Historia PL 16:15 Z Parlam. Europejskiego 17:30 Nowa Ewangelizacja 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Święty na każdy dzień 19:30 Manna z Nieba 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski 21:20 Inf. dnia 21:40 Polski Punkt Widzenia
---	---

NIEDZIELA • 19 listopada

TVP 1	TVP 2
05:05 Sprawa dla reportera 06:00 Słownik polsko@polski - talk-show prof. Jana Miodka 06:25 wojsko-polskie.pl - rep. 06:50 Słowo na niedzielę 07:00 Transmisja Mszy Świętej 08:00 Tydzień 08:30 Zakochaj się w Polsce - magazyn 09:05 Okrasa tamie przepisy - mag. kulinarny 11:30 Welon, fura i brawura - reality show 11:55 Między ziemią a niebem 12:00 Anioł Pański, Watykan 12:15 Między ziemią a niebem 12:50 Każde życie jest cudem - cykl reportaży 13:15 BBC w Jedyńce - Zaloty wśród zwierząt - dok., Wlk. Bryt., 2021 14:15 Z pamięci - Barbara Krafftówna - felieton	06:35 Dla niesłyszących - M jak miłość 07:30 Pytanie na śniadanie - pobudka 07:55 Pytanie na śniadanie 10:55 The Voice of Poland - Live - widowisko muzyczne 14:00 Familiada - teleturniej 14:30 Koło fortuny - teleturniej 15:05 Szansa na sukces. Opole, 2024 - teleturniej muzyczny 16:15 Tak to leciało! - teleturniej muzyczny 17:15 Na sygnale - serial fabularny 18:00 Panorama - program informacyjny 18:20 Va Banque - teleturniej 18:55 Na sygnale - serial fabularny 20:00 Postaw na milion - teleturniej
 14:25 Komisarz Alex - serial krym. 15:20 Film fabularny 17:00 Telexpress; Pogoda 17:35 Wiesz czy nie wiesz? - teleturniej 18:40 Jaka to melodia? 19:30 Wiadomości 20:05 Pogoda 20:10 Sport 20:20 Kamerdyner - serial obycz. 21:15 Rolnik szuka żony - reality show 22:15 Strefa starcia - program publicystyczny 23:00 Zakochana Jedynka - Nigdy nie będę twoja - kom. romant., USA, 2007 00:50 1917 - dramat wojenny, USA, 2019 ● 03:00 Jaka to melodia? 03:50 Z pamięci - Barbara Krafftówna - felieton	 21:00 Król złodziei - fab., Wlk. Bryt., 2018. Wielkanoc 2015. Kilku ludzi pracuje w pocie czoła, by skruszyć dwumetrową ścianę i dostać się do skarbcza kryjącego kosztowności o wartości 200 milionów funtów 23:00 Kino bez granic - Pechowi szczęście - kom. kryminalna, Argent., Hiszp., 2019. Femin mieszka w miasteczku, gdzie kryzys dotknął niemal wszystkich mieszkańców. Nie może pogodzić się z tą sytuacją... 01:10 Przyszłość na Mariensztacie - kom., Polska, 1953 02:55 Mała Italia - kom. romant., Kan., USA, 2018.

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny 06:00 Tom i Jerry Show - film animowany 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Co za tydzień - magazyn rozrywkowy 12:05 Top Model - program rozrywkowy 13:40 Lego Masters - program rozrywkowy 15:15 Grinch: Święt nie będzie - film rodzinny, USA, 2000. Grinch postanawia skraść mieszkańcom Whoville nadchodzące Boże Narodzenie. Czy mu się to uda? 17:30 Bitwa o gości - program 19:00 Fakty 19:25 Sport; Pogoda 19:45 Uwaga! - program interwencyjny	 20:00 MasterChef - program kulinarno-rozrywkowy 21:35 Niezgodna - przyg., USA, 2014. W metropolii wzniesionej na ruinach Chicago każdy nastolatek musi przejść test predyspozycji, określający jego przynależność do jednej z pięciu grup... 00:20 Od nowa - serial, USA 01:45 Kuchenne rewolucje - pr. kulinarno-rozrywkowy 02:50 Nastolatki rządzą... kasą - program obyczajowy 03:50 Uwaga! - program interwencyjny 04:05 Nauka jazdy - program edukacyjny 04:35 Recepta na stary dom - program edukacyjny 05:00 Jak to jest zrobione
---	--

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:55 Świt jeźdźców smoków - anim., USA, 2014 09:35 Doktor Dolittle: W pogoni za błahostkami - USA, 2007 11:30 Jak wytresować smoka 2 - anim., USA, Indie, 2014. Widowisko o nastoletnim Wikingu, który wspólnie z rodziną i przyjaciółmi staje do walki o przyszłość swojej osady. 13:45 Epoka lodowcowa - USA, 2000. Przesympatyczna animowana komedia przygodowa, której akcja toczy się 20.000 lat temu. 15:30 Miłość do kwadratu - Polska, 2021 17:40 Nasz Nowy Dom 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:20 Sport; Pogoda 19:30 Państwo w Państwie - program interwencyjny	 20:00 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni 22:10 Parasol bezpieczeństwa - kom., sensac., USA, 2003. Hank Rafferty zostaje oskarżony o pobicie czarnoskórego kolegi Earla Montgomery'ego i wyrzcony z pracy w policji. 00:05 Searching - USA, Rosja, 2018 - Szesnastoletnia córka Davida Kima (John Cho) znika w tajemniczych okolicznościach. Lokalna policja rozpoczyna dochodzenie. 02:30 Nasz Nowy Dom - serial parodokumentalny 03:30 Świat według Kiepskich - serial komediowy 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje
---	--

TVP Kultura

07:00 Informacje kulturalne 07:25 Urodzeni artyści - report. 08:00 Liturgia prawosławna z cerkwi w Białymstoku 09:05 Naskalne kino przodków - dok., Franc., 2015 10:10 Nos Kleopatry - anim., Franc., 2016 10:30 Rawhide - western, USA, 1959 11:35 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 12:20 Świat cyrku - obycz., USA, 1964 14:45 Wędrowiec Polski - Kaszuby - cykl reportaży 15:25 Przygody psa Cywila - serial przygodowy 16:45 Zaginione-odnalezione - Madonna pod jodłami - magazyn 17:15 Niedziela z... twórczością Stanisława Grzesiuka - Bosso, ale w ostrogach - Życie wygrane na bandzoli	 20:00 Miś - kom., Polska, 1980 22:05 Informacje kulturalne 22:35 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny 23:15 Scena muzyczna - Kinga Głuk - koncert 00:15 Noc krótkich filmów - Litera - Grand Bassin - filmy anim. 00:50 Legendy Rocka - Folk na całym świecie - dok., Wlk. Bryt., 2020 01:25 Kino nocne - Oficer i szpieg - dram., Włochy, Franc., 2019 ● 03:45 Tanie Dranie - Kłopotowski i Moroz komentują świat - talk-show 04:35 Informacje kulturalne 05:05 Podróż z historią - Smak Torunia - dok.
--	--

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny 08:00 Kapuśniaczek - kom., Franc., 1981 10:00 Fantomas powraca - kom., Franc., Włochy, 1965 12:15 SexiPistols - akcja, Franc., 2006 13:55 Moje skarby - kom., Franc., 2017 15:45 Tata kontra tata - kom., USA, 2015. Brad (Will Ferrell) stara się być idealnym ojcem dla dzieci swojej nowej żony (Linda Cardellini). Niespodziewanie w domu pojawia się ich biologiczny ojciec. 17:40 Asterix na olimpiadzie - kom., Francja, Niemcy, Hiszpania, Włochy, Belgia, 2008. W czasie Igrzysk Olimpijskich Galowie zrobia wszystko, aby pokonać Brutusa.	 20:00 Uprowadzona 2 - akcja, Francja, USA, Turcja, Niemcy, 2012 21:55 Krwawy sport - akcja, USA, 1988. Żołnierz Frank Dux (Jean-Claude Van Damme) dowiaduje się o „kumet” - nielegalnym turnieju sztuk walki w Hongkongu. Bez zezwolenia przełożonych wymyka się z koszar i wyrusza do Azji. 23:45 Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia - akcja, USA, 2013. 03:05 Dyżur - serial medyczny 03:45 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 04:20 Z archiwum poligii - program kryminalny 05:00 Dyżur - serial medyczny
---	--

TVN 7

05:00 Szkoła - Matka Nadii Stachury prowadzi jej konto na portalu społecznościowym, na którym umieszcza zdjęcia córki i na tym zarabia. 06:00 Wiza na miłość: na odwrot - program rozrywkowy 07:00 Wyluzuj, Scooby-Doo! - serial animowany, USA 07:30 Rodzinne rewolucje - kom., USA, 2014Po nieudanej randce samotni rodzice, Lauren i Jim postanawiają wyjechać ze swoimi dziećmi. Niespodziewanie spotykają się w luksusowym kurorcie i zostają skazani na swoje towarzystwo. 09:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:50 Rin Tin Tin - film rodzinny, Bułgaria, 2007 15:40 Skok przez płot - kom., USA, 2006	 17:25 Mumia - przyg., USA, 1999. Kiedy poszukiwaczom egipskich skarbow udaje się wreszcie trafić do pełnej skarbow nekopoli, muszą zmierzyć się z Imhotepem, potężnym egipskim kapłanem, którego mumia od trzech tysięcy lat nie może zasnąć spokojnie. 20:00 Król Artur: Legenda miecza - przyg., USA, Wlk. Bryt., 2017 22:45 Żołnierz przyszłości - film S-F, USA, 1998 00:45 Epidemia - sens., USA, 1995 03:25 Nagi instynkt przetrwania - serial rozrywkowy, USA 04:25 Druga strona medalu - talk-show
--	--

TV 4

06:00 Interwencja - magazyn reporterów 06:20 Wielkie tajemnice historii 07:00 Kosmos - niewyjaśnione tajemnice starożytności 08:00 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe 10:05 Klik: i robisz, co chcesz - USA, 2006 12:35 Linia ryzyka - akcja, USA, 2007 14:30 Wyspa piratów - przygodowy, USA, 1995 17:00 Żony Warszawy - reality show 18:00 Łowcy skarbow. Kto da więcej? 20:05 Ostatni rycerz - przygod., USA, Korea Południowa, 2015 22:35 Underworld: Przebudzenie - horror, USA, Kan., 2012 00:25 Co się naprawdę wydarzyło? 01:25 Kosmos - niewyjaśnione tajemnice starożytności 02:25 Gwiazdy Kabaretu 03:25 Disco Polo Life 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy	 09:10 Spotkanie z Magdaleną Buczek 09:15 Manna z Nieba 09:30 Granica Nadziei 10:00 Światowy Dzień Ubogich 11:35 Przegląd Tygodnika „Niedziela” 12:00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem 12:15 Papież Polak do Rodaków 12:55 Święty na każdy dzień 13:00 Zerwany kłos 14:40 Drzwi do lasu 15:00 Wieś - to też Polska 16:00 Inf. dnia 16:10 Koncert życzeń 16:45 Życie wg. św. Jana Pawła II 17:00 Zostań Żołnierzem RP 17:30 Sól Ziemi 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 Święty na każdy dzień 19:30 Moja katolicka rodzina 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski 21:20 Inf. dnia 21:40 Retrospekcja 21:45 Stan Bezpieczeństwa Państwa 21:55 Kurierskim szlakiem.
--	---

TV Trwam

PONIEDZIAŁEK • 20 listopada

TVP 1

04:50 Klan - telenowela
05:15 Dziedzictwo - serial
06:05 Złoty chłopak - serial obycz.
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Welon, fura i brawura - reality show
08:00 Wiadomości
08:10 Kwadrans polityczny
08:25 Informacje kulturalne
08:35 Pogoda poranna
08:40 Ranczo - serial obycz.
09:40 Komisarz Alex - serial krym.
10:35 Ojciec Mateusz - serial
11:25 Korona królów. Jagiello-
nowie - telenowela hist.
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:35 Magazyn Rolniczy
12:55 BBC w Jedyne - Złoty
wśród zwierząt - dok.,
Wlk. Bryt., 2021
14:00 Złoty chłopak - serial
15:00 Wiadomości; Pogoda
15:20 ALARM! - magazyn



15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictwo - serial
17:00 Teleexpress; Pogoda
17:20 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela
18:25 Leśniczówka - serial obycz.
19:00 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda; Sport
20:15 ALARM! - magazyn
20:30 Korona królów. Jagiello-
nowie - telenowela hist.
21:10 Teatr Telewizji - Igraszk
z diabłem - Polska, 2016 ●
22:55 Portrety Wojenne.
Kobiety - Wanda Gertz
- dok.
23:40 Balans bieli - magazyn
00:25 Prawo Bronxu - dramat,
USA, 1993
02:35 Nigdy nie będę twoja
- kom. romant., USA, 2007

TVP 2

05:00 Na sygnale - serial
fabularyzowany
05:30 M jak miłość - serial
obyczajowy
06:25 Dobre historie - Dotyk
św. Rocha - magazyn
06:55 Rodzinka.pl - serial kom.
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Dla niesłyszących
- Okrasa łamie przepisy
- mag. kulinarny
11:50 Dla niesłyszących
- Barwy szczęścia - serial
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Akacja 38 - serial
kostiumowy
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial
fabularyzowany
15:05 Doktor z alpejskiej
wioski - nowy rozdział
- serial obycz.



16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - serial
obyczajowy, Turcja, 2020
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Akacja 38 - serial
kostiumowy
19:35 Barwy szczęścia - serial
20:45 Kulisy serialu „M jak
miłość”
20:55 M jak miłość - serial
21:55 Na sygnale - serial
fabularyzowany
22:35 Echo serca - serial
23:35 Arktyka - dramat, USA,
2018
01:25 O mnie się nie martw
- serial komediowy
02:25 Pechowi szczęściarze
- fab., Argent., Hiszp., 2019
04:30 Rodzinka.pl - serial kom.

TVN

05:35 Uwaga! - program
interwencyjny
05:50 Ukryta prawda - program
obyczajowy
06:40 Kuchenne rewolucje
- pr. kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN
- magazyn
11:30 Ukryta prawda - program
obyczajowy
13:35 Szpital - Dr Anna Nowicka
zajmuje się 26-latką, która
złamała rękę. Kobieta nie
ma pojęcia, że jej
narzęczony czuje się
zaniedbany i zdradza ją.
15:45 Kuchenne rewolucje
- pr. kulinarno-rozrywkowy
16:50 Detektywi - program
krym.
17:55 Ukryta prawda - program
obyczajowy
19:00 Fakty
19:40 Sport; Pogoda
19:55 Uwaga! - program
interwencyjny



20:10 Doradca smaku - program
kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial
obyczajowy, Polska
20:55 Milionerzy
21:35 Behawiorysta - serial,
Polska
22:40 Zmieć - sens., USA,
Franc., Kan., 2009
00:45 Od nowa - serial, USA
02:10 Co za tydzień - magazyn
rozrywkowy
02:45 Dowody zbrodni - serial
krym., USA
03:45 Uwaga! - program
interwencyjny
04:05 Nauka jazdy - program
edukacyjny
04:35 Recepta na stary dom
- program edukacyjny
05:00 Jak to jest zrobione
- serial popularyzujący naukę

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy
- serial kryminalny
09:40 Sekrety rodziny
- program obyczajowy
10:40 Dlaczego ja? - serial
paradokumentalny
11:40 Gliniarze - serial
paradokumentalny
12:50 Wydarzenia - program
informacyjny
13:20 Interwencja - magazyn
reporterów
13:40 Trudne sprawy - program
obyczajowy
14:40 Dlaczego ja? - serial
paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program
informacyjny
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja - magazyn
reporterów
16:30 Na ratunek 112 - serial
obyczajowy
17:00 Gliniarze - serial
paradokumentalny



18:00 Pierwsza miłość - serial
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
- rozmowa dnia
19:45 Sport; Pogoda
20:05 MEGA HIT - Jurassic World
- przygod., SF, USA, 2015
- Każdego roku do Parku
Jurajskiego na Isla Nublar
przybywają miliony turystów,
by podziwiać odtworzone
genetycznie dinozaury...
22:50 Venom - akcja, SF, Chiny,
USA, 2018
01:30 W cywilu 3 - akcja, USA,
2012
03:25 Zjedź Kambodżę
- program podróżniczo-
kulinarny
04:40 Disco Gramy - program
muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Muzyczne poranki
07:50 Niedziela z... twórczością
Stanisława Grzesiuka
08:40 Informacje kulturalne
09:10 Skowronki na uwieży
- kom., Czechosłow., 1969
11:00 Amerykańskie śniadanie
- Rawhide - western, USA,
1959
12:05 Reżyserzy - Sergio Leone
- dok., Wlk. Bryt., 2018
13:00 Od ucha do ucha - Klient
nasz pan - Keiro - Nos
Kleopatry - filmy anim.
13:30 Czarodziej i kwiaciarka
- anim., Czechosłow., 1986
14:00 Urodzeni artyści - Beata
i Karolina Legierskie
- cykl reportaży
14:35 Waloch - dok.
15:05 Przybrywa jeździec
- dramat, USA, 1978
17:15 Trzeci punkt widzenia
- program publicystyczny
17:55 Alfabet - dok., Niemcy,
Austria, 2013



20:00 Kino Mocnych Wrażeń
- Zawodowiec - fab.,
Franc., 1981
21:55 Informacje kulturalne
- magazyn
22:25 Panorama kina
polskiego - Powidoki
- dram., biograf., Polska,
2016 ●
00:20 Galeria sztuki na
ekranie - Osobliwy świat
Hieronima Boscha - dok.,
Wlk. Bryt., 2021
01:15 Miś - kom., Polska, 1980
03:25 Scena muzyczna - Kinga
Glyk - koncert
04:25 Informacje kulturalne
04:55 Teledyski
05:35 Afizy kulturalny
05:50 Jeszcze więcej kultury
w TVP Kultura 2 na
stream.tvp.pl

TV Puls

06:00 Kobra - oddział
specjalny - serial
kryminalny
08:00 Nash Bridges - serial
kryminalny
09:00 Lombard. Życie pod
zastaw - paradokument
fabularny
10:00 Zbuntowany anioł - serial
obyczajowy
12:00 Zaklinaczka duchów
- serial fabularny
14:00 Lombard. Życie pod
zastaw - paradokument
fabularny
16:00 Kurierzy - serial
paradokumentalny
18:00 Lombard. Życie pod
zastaw - paradokument
fabularny
20:00 Żądza śmierci - akcja,
USA, Kanada, Rosja, 2009.
Ruslan, były członek
rosyjskiej mafii, mści się na
ludziach, którzy skrzywdzili
jego rodzinę.



22:00 Człowiek pies - akcja,
Francja, Wielka Brytania,
USA, 2005. Danny (Jet Li)
jest od małego więziony
przez bezwzględne
przestępcę Barta. Pewnego
dnia wszystko się zmienia.
00:00 Looper - Pętla czasu
- akcja, USA, 2012. W roku
2074 podróże w czasie stają
się realne. Mafія
wykorzystuje tę możliwość
dla własnych niecznych
celów.
02:25 Dzielnica strachu - serial
kryminalny
03:40 Taki jest świat - przegląd
wydarzeń z całego globu.
04:20 Menu na miarę - program
kulinarny
05:00 Nash Bridges - serial
kryminalny

TVN 7

05:00 Szkoła - Maturzystka
Malwina Puska okrada
swojego chłopaka Wiktora
oraz jego koleżkę Kamila.
06:55 Szpital - program obycz.
07:50 Ukryta prawda - program
obyczajowy
10:50 Zagadki losu - program
obyczajowy
11:50 Ten moment - program
obyczajowy
12:20 Młodość na zamówienie
- program lifestyleowy
12:50 Szpital - Do doktor
Dominiki Gajdy zgłaszają
się młode dziewczyny,
ponieważ jedną z nich
bardzo boli brzuch.
Wychodzi na jaw, że
pacjentka jest w ciąży...
13:50 Sąd rodzinny - program
sądowy
14:50 Sędzia Anna Maria Weso-
łowska - serial sądowy
15:50 Ukryta prawda - program
obyczajowy



16:55 Szpital - program obycz.
18:55 Ukryta prawda - Gabryśia
i jej chłopak Tomek od paru
miesięcy są wolontariusza-
mi w hospicjum.
20:00 Wielkie kłamstewka
- miniserial, USA
22:25 Lejdis - kom., Polska, 2008.
Komedio o perypetiach
czterech kobiet usiłujących
poradzić sobie ze zwirowa-
nym życiem, które nigdy
nie wygląda tak, jak się je
sobie zaplanuje.
01:10 Mamma mia - film
musical, USA, Niemcy, Wlk.
Bryt., 2008 ●
03:30 Nagi instynkt
przetrawiania - serial
rozrywkowy, USA
04:30 Druga strona medalu
- talk-show

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film
akcji 08:00 Nasz Nowy Dom
09:00 Pierwsza miłość - serial
obycz. 09:50 Łowcy Skarbów.
Kto da więcej 10:50 Policjantki
i Policjanci - serial paradok.
12:55 Gliniarze - paradok.
13:55 STOP Drogówka - serial
policyjny 15:55 Policjantki
i Policjanci - serial paradok.
17:00 Sekrety rodziny - prog.
obyczajowy 18:00 Łowcy
skarbów. Kto da więcej 19:00
Policjantki i Policjanci - serial
paradok. 20:00 Sprawiedliwi
- Wydział Kryminalny
21:05 10 minut - krym., Kan., USA,
2020 23:05 Od zmierzchu do
świtu - horror, USA, Meksyk,
1996 01:25 Food Factory - pro-
gram opisuje, w jaki sposób
powstają apetyczne przekąski
i potrawy 02:25 Gwiazdy
Kabaretu 02:50 SuperLudzie
03:50 Trans World Sport, 2023
04:55 SuperLudzie

TV Trwam

09:15 Słowo życia 09:30 Moja kato-
licka rodzina 09:55 Święty na
każdy dzień 10:00 Inf. dnia 10:15
Rozmowy niedok. 11:20 Stan
Bezpieczeństwa Państwa 11:30
Ona nigdy nie była sama - Czcio-
godna Sługa Boża Matka Teresa
Kierocińska 12:00 Anioł Pański
12:03 Inf. dnia 12:20 Tajemnica
Enigmy 13:05 Pradawne 13:30
Msza św. 14:30 „Życie jest piękne”
15:00 Helena 15:50 Ma się
rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10
Sanktuarium polskie 16:30 Porady
Medyczne Bonifratrów 17:00
Świadkowie 17:25 Polski Chleb
17:30 Zbrodnia z rosyjskiego
scenariusza 17:50 Słowo życia
17:55 Poczet Wielkich Polaków
18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia
18:15 Rozmowy niedok. 19:25
Święty na każdy dzień 19:30 Opo-
wieści Theo 19:45 Modlitwa
z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia
20:20 Różaniec 20:50 Myśląc
Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski

WTOREK • 21 listopada

TVP 1

04:50 Klan - telenowela
05:20 Dziedzictwo - serial
06:05 Złoty chłopak - serial obycz.
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Kościół z bliska
08:00 Wiadomości
08:10 Kwadrans polityczny
08:25 Informacje kulturalne
08:35 Pogoda poranna
08:40 Ranczo - serial obycz.
09:40 Komisarz Alex - serial krym.
10:35 Ojciec Mateusz - serial
11:25 Korona królów. Jagiello-
nowie - telenowela hist.
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 Natura w Jedyne
- Zwierzęta budują - dok.
14:00 Złoty chłopak - serial obycz.
15:00 Wiadomości; Pogoda
15:20 ALARM! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictwo - serial



17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:20 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela
18:25 Leśniczówka - serial
obyczajowy
19:00 Jeden z dziesięciu
- teleturniej
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda; Sport
20:15 ALARM! - magazyn
20:25 Piłka nożna - mecz
towarzystwi, Polska-
Łotwa
23:25 Resortowe Dzieci - cykl
reportaży
23:55 Magazyn śledczy Anity
Gargas
00:35 Dzień patriotów - akcja,
USA, 2016
03:00 Siedlisko - serial obycz.
04:05 Program rozrywkowy

TVP 2

05:00 Na sygnale - serial
fabularyzowany
05:35 M jak miłość - serial
06:25 Jubileusz Pastora
- reportaż
06:55 Rodzinka.pl - serial kom.
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Czas w las - magazyn
11:50 Dla niesłyszących
- Barwy szczęścia - serial
obyczajowy
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Akacja 38 - serial
kostiumowy
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial
fabularyzowany
15:05 Doktor z alpejskiej
wioski - nowy rozdział
- serial obyczajowy
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej



17:15 Zakazany owoc - serial
obyczajowy, Turcja, 2020
18:00 Panorama - program
informacyjny
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Akacja 38 - serial
kostiumowy
19:35 Barwy szczęścia - serial
20:45 Kulisy serialu „M jak
miłość”
20:55 M jak miłość - serial
21:55 Na sygnale - serial
fabularyzowany
22:35 Echo serca - serial
23:35 Ekscentrycy czyli po
słonecznej stronie ulicy
- serial obycz.
01:25 Arktyka - dramat, USA,
2018
03:15 Hakerzy - nowi żołnierze
Chin - dok., Franc., 2021
04:20 Rodzinka.pl - serial kom.

TVN

05:35 Uwaga! - program
interwencyjny
05:50 Ukryta prawda - program
obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje
- pr. kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN
- magazyn
11:30 Ukryta prawda - program
obyczajowy
13:35 Szpital - program obycz.
15:40 Doradca smaku - program
kulinarny
15:45 Kuchenne rewolucje
- pr. kulinarno-rozrywkowy
16:50 Detektywi - program krym.
17:55 Ukryta prawda - program
obyczajowy
19:00 Fakty
19:40 Sport; Pogoda
19:55 Uwaga! - program
interwencyjny
20:10 Doradca smaku - program
kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial
obyczajowy, Polska



20:55 Milionerzy - program
rozrywkowy
21:35 Ślub od pierwszego
wejścia - reality show
22:40 Kuba Wojewódzki - talk-
-show
23:40 Superwizjer - magazyn
reporterów
00:15 Behawiorysta - serial,
Polska
01:15 Dowody zbrodni - serial
krym., USA
02:20 Rzeczy, których nie
nauczył mnie ojciec
- serial, Polska
02:50 Szpital - program obycz.
03:50 Uwaga! - program
interwencyjny
04:10 Recepta na stary dom
- program edukacyjny
04:40 Jak to jest zrobione
- serial popularyzujący naukę

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy
- serial kryminalny
09:40 Sekrety rodziny
- program obyczajowy
10:40 Dlaczego ja? - serial
paradokumentalny
11:40 Gliniarze - Menadżer
korporacji zostaje
zamordowany podczas
porannego joggingu...
12:50 Wydarzenia - program
informacyjny
13:20 Interwencja - magazyn
reporterów
13:40 Trudne sprawy - program
obyczajowy
14:40 Dlaczego ja? - serial
paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program
informacyjny
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja - magazyn
reporterów
16:30 Na ratunek 112 - serial
obyczajowy



17:00 Gliniarze - serial
paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial
obycz.
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość Wydarzeń
- rozmowa dnia
19:45 Sport; Pogoda
20:00 Krucjata Bourne'a - USA,
Niemcy, Rosja, Indie, 2004.
Krwawa przeszłość
Bourne'a znowu daje
o sobie znać...
22:20 W pogoni za zemstą
- USA, 2010
00:45 Skazaniec - USA, 2008
03:00 Nasz Nowy Dom
04:05 Zjedź Alaskę - program
podróżniczo-kulinarny
04:40 Disco Gramy - program
muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Muzyczne poranki
- Teledyski
07:50 Trzeci punkt widzenia
- program publicystyczny
08:30 Informacje kulturalne
09:00 Pora umierać - obycz.,
Polska, 2007
11:00 Modrzejewska
- Początek - serial
12:30 Niebieskie kwiaty - film
o miłości Katarzyny Kobro
i Władysława
Strzemińskiego - dok.
13:30 Alfabet - dok., Niemcy,
Austria, 2013
15:35 Wydarzenie aktualne
- program informacyjny
15:55 Dziewczyna z walizką
- kom., Włochy, Franc.,
1960
18:05 Res Poloniae - O Polsce
z oddali - Natassja
Umogielidze - rozmowa
18:40 Stawka większa niż
życie - serial sensacyjny



20:00 Teatr Telewizji - Wielkie
kazanie księdza
Bernarda - Polska, 2006
21:10 Informacje kulturalne
- magazyn
21:40 Lekkie obyczaje - Ośiem
kobiet - fab., Franc.,
Włochy, 2002 ●
23:40 Kino Mocnych Wrażeń
- Zawodowiec - fab.,
Franc., 1981
01:40 Panorama kina
polskiego - Powidoki
- dram., biograficzny,
Polska, 2016 ●
03:30 Informacje kulturalne
- magazyn
04:00 Szwedzka teoria miłości
- dok., Szwecja, 2015
05:30 Afizy kulturalny
05:45 Kultura 2 - Jeszcze
więcej kultury

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny
- serial kryminalny
08:00 Nash Bridges - serial krym.
09:00 Lombard. Życie pod
zastaw - paradokument
fabularny
10:00 Zbuntowany anioł - serial
obyczajowy
12:00 Zaklinaczka duchów
- serial fabularny
14:00 Lombard. Życie pod
zastaw - paradokument
fabularny
16:00 Kurierzy - serial
paradokumentalny
18:00 Lombard. Życie pod
zastaw - paradokument
fabularny
20:00 Wasabi: Hubert
zawodowiec - akcja,
Franc., Jap., 2001. Hubert
Fiorentini (Jean Reno),
francuski policjant,
rozpoczyna śledztwo
w sprawie śmierci swojej
dawnej przyjaciółki.



22:00 13 Dzielnica - akcja, Franc.,
2004. Paryż, rok 2010. 13
dzielnica jest odgradzona
murami od reszty miasta.
Gangi są tu jedną władzą,
nie ma żadnych praw, żad-
nych reguł, żadnych zasad...
23:30 13 dzielnica: Ultimatum
- akcja, Franc., 2009. 13
dzielnica - wyjątkowe
miejsce na mapie Paryża.
Wielkie firmy budowlane
planują zrównać ją z ziemią
i wybudować tam
nowoczesne osiedla.
01:35 Dzielnica strachu - serial
kryminalny
02:35 Lombard. Życie pod
zastaw - paradokument
03:35 Menu na miarę - program
kulinarny
05:00 Nash Bridges - serial krym.

TVN 7

05:00 Szkoła - Maturzystka
Joasia Ambrozjak dochodzi
do wniosku, że jej chłopak
jest z nią tylko dla pieniędzy.
06:55 Szpital - program obycz.
07:50 Ukryta prawda - program
obyczajowy
10:50 Zagadki losu - program
obyczajowy
11:50 Szpital - 21-latką i jej kuzyn
mieli wypadek
motocyklowy. Pacjenci
mimo bliskiego
pokrewieństwa są w sobie
bardzo zakochani i od
trzech lat są parą.
13:50 Sąd rodzinny - program
sądowy
14:50 Sędzia Anna Maria
Wesołowska - serial
sądowy
15:50 Ukryta prawda - program
obyczajowy
16:55 Szpital - program obycz.
18:55 Ukryta prawda - program
obyczajowy



20:00 Rafa - film thriller, Australia,
2010. Wielki biały rekin
poluje na żałogę wywroco-
nej łodzi na środku oceanu
wzdłuż Wielkiej Rafy
Koralowej. Czy wszystkim
uda się przetrwać?
21:55 Blade: Mroczna trójca
- horror, USA, 2004.
Wampirzy przywracają do
życia swego idola. Dzięki
ich staraniom ożywa
legendarny książę Dracula.
00:15 Mumia - przyg., USA,
1999. Poszukiwacze
egipskich skarbów
spotykają na swej drodze
mumie kapłana Imhotepa.
02:55 Nagi instynkt
przetrawiania - serial
rozrywkowy, USA
03:55 Kolekacja z piękła rodem

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film
akcji 08:00 Nasz Nowy Dom
09:00 Pierwsza miłość - serial
obycz. 09:50 Łowcy skarbów.
Kto da więcej 10:50 Policjantki
i Policjanci - serial paradok.
12:55 Gliniarze - paradokument
13:55 STOP Drogówka - serial
policyjny 15:55 Policjantki
i Policjanci - serial paradok.
17:00 Sekrety rodziny - prog.
obyczajowy 18:00 Łowcy
skarbów. Kto da więcej 19:00
Policjantki i Policjanci - serial
paradok. 20:00 Sprawiedliwi
- Wydział Kryminalny 21:05 Dziedzictwo
- thriller, USA, 2020 23:20
Operacja Overlord - horror,
USA, Kan., 2018 01:50 Food
Factory - program opisuje,
w jaki sposób powstają przekąski
i potrawy 02:50 Trans World
Sport, 2023 03:55
SuperLudzie - serial o osobach
z niepełnosprawnościami
05:30 Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:00 Papież Polak do Rodaków
09:40 Żeby być świętym 10:00
Inf. dnia 10:15 Jak my to widzimy
10:45 Żew natury 11:05 Mocni
w Wierze 11:35 Słowo życia
11:40 Ma się rozumieć 11:50
Święty na każdy dzień 12:00
Anioł Pański 12:03 Inf. dnia
12:20 Filmowe Życiorysy. Wichura
- Zielony Trójkąt 13:30 Msza św.
14:30 Bagienne 15:50 Ma się rozumieć
16:00 Inf. dnia 16:10 Jestem
mamą 16:25 Przyroda w Obiek-
tywie 16:40 Zdrowie z Bożej
Apteki 16:55 Sekrety mnichów
17:10 Prosto o gospodarstwo 17:30
Zostań Żołnierzem RP 17:55
Poczet Wielkich Polaków 18:00
Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15
Rozmowy niedok. 19:25 Święty
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 Jasnogórski

ŚRODA • 22 listopada

TVP 1

04:45 Klan - telenowela
05:15 Dziedzictwo - serial
06:05 Złoty chłopak - serial obycz.
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Zrujnowani odbudowani - magazyn
08:00 Wiadomości
08:10 Kwadrans polityczny
08:25 Informacje kulturalne
08:35 Pogoda poranna
08:40 Ranczo - serial obycz.
09:40 Komisarz Alex - serial krym.
10:40 Ojciec Mateusz - serial
11:25 Korona królów. Jagiello-nowie - telenowela hist.
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
12:50 Natura w Jedyńce - Zwierzęta budują - dok., Franc., 2021
14:00 Złoty chłopak - serial obycz.
15:00 Wiadomości; Pogoda



15:20 ALARM! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictwo - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:20 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela
18:25 Leśniczówka - serial obycz.
19:00 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda; Sport
20:15 ALARM! - magazyn
20:30 Korona królów. Jagiello-nowie - telenowela hist.
21:10 Dzień patriotów - akcja, USA, 2016
23:30 Nieugięty - akcja, USA, 2009
01:10 Penderecki. Droga przez labirynt - dok., Niemcy, Polska, 2013
02:20 Miłość w czasach wojny
04:20 wojsko-polskie.pl - rep.

TVP 2

05:05 Na sygnale - serial fabularyzowany
05:35 M jak miłość - serial
06:25 Pożyteczni.pl - magazyn
06:55 Rodzinka.pl - serial kom.
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Zaginione-odnalezione - Odzyskanie dyptyku z warsztatu Dierica Boutsa skradzionego z Zamku w Gofuchowie - „Ecce Homo” i „Mater Dolorosa” - magazyn
11:30 Zaginione-odnalezione - „Ołtarz mariacki Wita Stwosza” - magazyn
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Akacjaowa 38 - serial kostiumowy
14:05 Va Banque - teleturniej



14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - serial obyczajowy, Turcja, 2020
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Akacjaowa 38 - serial kostiumowy
19:35 Barwy szczęścia - serial
20:45 Przepis dnia
20:55 Na dobre i na złe - serial
21:55 Na sygnale - serial fabularny
22:35 Echo serca - serial
23:35 Książę i ja 4: W Krainie słoni - kom., USA, 2010
01:20 Bolivar - serial kostium.
02:20 Newborn - dok.
03:50 Za marzenia - serial

TVN

05:35 Uwaga! - program interwencyjny
05:50 Ukryta prawda
06:50 Kuchenne rewolucje - pr. kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:30 Ukryta prawda
13:35 Szpital - 22-letni pacjent doktora Wojciecha Jarosza połamiał się podczas skoku ze spadochronem z najwyższego budynku w mieście.
15:40 Doradca smaku - program kulinarny
15:45 Kuchenne rewolucje - pr. kulinarno-rozrywkowy
16:50 Detektywi - program krym.
17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
19:00 Fakty
19:40 Sport; Pogoda
19:55 Uwaga! - program interwencyjny
20:10 Doradca smaku - program kulinarny



20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
20:55 Milionerzy - program rozrywkowy
21:35 Totalne remonty Szelągowskiej - program rozrywkowy
22:40 Dziką furia - przyg., USA, 2018
00:50 Bitwa o gości - program rozrywkowy
02:20 Superwizjer - magazyn reporterów
02:55 Dowody zbrodni - serial krym., USA
03:55 Nauka jazdy - program edukacyjny
04:30 Recepta na stary dom - program edukacyjny
05:00 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy, Kan.

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Małanowski i Partnerzy - Małanowski i jego detektywi zostają wynajęci przez Alicję Kepe, której mąż, Daniel - zawodowy żołnierz - wrócił niedawno z misji w Afganistanie.
09:40 Sekrety rodziny - program obyczajowy
10:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
11:40 Gliniarze - serial paradokumentalny
12:50 Wydarzenia - prog. inform.
13:20 Interwencja - magazyn reporterów
13:40 Trudne sprawy - program obyczajowy
14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja - magazyn reporterów



16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy
17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:25 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:45 Sport; Pogoda
20:00 Narzeczony na niby - kom. romant, Polska, 2018
22:25 Żony Warszawy - reality show
23:30 Temptation Island Polska - reality show
00:35 Zła kobieta - kom., USA, 2011
02:20 Mocne uderzenie - kom., akcja, USA, 2012
04:45 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Muzyczne poranki
07:15 Wędrowiec Polski - Kaszuby - cykl reportaży
07:55 Wydarzenia aktualne
08:20 Informacje kulturalne
08:50 Dziewczyna z walizką - kom., Włochy, Franc., 1960
11:00 Modrzejewska - Peregrynacje - serial
12:35 Penderecki. Droga przez labirynt - dok., 2013
13:45 Stawka większa niż życie - serial sensacyjny
15:05 Informacje kulturalne
15:30 Wydarzenia aktualne
16:15 Idiota - fab., Franc., 1946
18:00 Księga Przestrzeni - Te, co grają i śpiewają
18:40 Którędy po sztukę - Stech - magazyn
18:50 Scena muzyczna - Pamięci Krzysztofa Pendereckiego - koncert
20:00 Na wschód od Hollywood - Jaskółki z Kabulu - anim., Franc., Luks., Szwajc., 2019



21:25 Informacje kulturalne - magazyn
21:55 XI Międzynarodowy Konkurs Drygentów im. Grzegorza Fitelberga
22:25 ABC Morderstwa - serial
23:20 Tanie Dranie - Kłopotowski i Moroz komentują świat - talk-show
00:05 Wspomnienia: Geneza „Obcego” - dok., USA, 2019
01:45 Jazz.pl - Marek Kądziała - koncert
03:30 Lekkie obyczaje - Osiem kobiet - fab., Franc., Włochy, 2002
05:35 Afisz kulturalny
05:50 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
08:00 Nash Bridges - serial kryminalny
09:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy
12:00 Zaklinaczka duchów - Tym razem Melinda próbuje pomóc duchowi zamordowanego mężczyzny, który wskazuje jej miejsce ukrycia zwłok.
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
16:00 Kurierzy - Roman (Marcin Borchardt) ma do dostarczenia przesyłkę, której gabaryty wskazują na obraz
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument



20:00 Skazany - akcja, USA, 2017. Jacob Harlon trafia do więzienia. Jedyną gwarancją na przeżycie jest dołączenie do któregoś z więziennych gangów...
22:30 Vendetta - akcja, USA, 2015. Detektyw Mason (Dean Cain) po utracie żony jest załamany. Pomimo że morderca ukochaney trafia do więzienia, Mason planuje sam wymierzyć sprawiedliwość.
00:15 Fighter - akcja, Polska, 2019. Mikołaj Roznerski czy Piotr Stramowski? Kto okaże się lepszym Fighterem?
02:20 Dzielnica strachu
03:15 Dyżur - serial medyczny
04:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
05:00 Nash Bridges - serial krym.

TVN 7

05:00 Szkoła - Beata Kolska zostaje porzucona przez swojego chłopaka i postanawia do końca nauki w szkole zostać singielką.
06:55 Szpital - program obycz.
07:50 Ukryta prawda
10:50 Zagadki losu - program obyczajowy
11:50 Szpital - Pacjentką dr Piotra Wójtowicza jest wychowanka domu dziecka. 17-latką zjadła surowe karaluchy, bo...
13:50 Sąd rodzinny - program sądowy
14:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
15:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:55 Szpital - Pacjentką dr Dominiki Gajdy jest 15-latką, która spadła z przesa mostu robiąc sobie selfie.
18:55 Ukryta prawda - program obyczajowy



20:00 Mayday - kom., Polska, 2019. Janek, posiadający dwie żony, umiejętnie lawiruje pomiędzy nimi do czasu, gdy pojawią się kłopoty i powstanie zagrożenie, że cała sprawa się wyda...
22:30 Epidemia - sens., USA, 1995. Prowadząc swe badania epidemiolog Sam Daniels trafia do położonej w sercu dżungli osady, której ludność dziesiątkowana została przez tajemniczą chorobę.
01:00 Wielkie kłamstewka - miniserial, USA
02:10 Nagi instykt
03:10 Kolekcja z piekła rodem
04:05 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji
08:00 Nasz Nowy Dom
09:00 Pierwsza miłość - serial obycz.
09:50 Łowcy skarbów. Kto da więcej
10:50 Policjantki i Policjanci - paradok.
12:55 Gliniarze - paradokument 13:55 STOP Drogówka - serial policyjny
15:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok.
17:00 Sekrety rodziny - program obyczajowy
18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej
19:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok.
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21:00 Bestia - USA, 2003
23:00 Underworld: Przebudzenie - horror, USA, Kan., 2012
00:55 Food Factory - program opisuje, w jaki sposób powstają przekąski i potrawy
02:25 Disco Polo Life
04:25 Top 10 - Lista Przebojów
05:30 Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:30 Sanktuarium polskie
09:50 Święty na każdy dzień
10:00 Audyencja Generalna Ojca Św. Franciszka z Watykanu
11:00 Życie wg. świętego Jana Pawła II
11:15 Co by było gdyby zwierzęta mówiły?
11:25 Jestem mamą
11:40 Prosto o gospodarce
12:00 Anioł Pański
12:03 Inf. dnia
12:20 Polskie dziedzictwo
12:50 Czerwony Dwór
13:20 Słowo życia
13:30 Msza św.
14:30 Bądź wielki przed Bogiem
15:25 10 obrazów z życia Prymasa
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Inf. dnia
16:10 Na zdrowie
16:30 Wędrowiec Polski
17:00 Po stronie prawdy
17:55 Poczet Wielkich Polaków
18:00 Anioł Pański
18:05 Inf. dnia
18:15 Rozmowy niedok.
19:25 Święty na każdy dzień
19:30 Opowieści z Księgi Cnót
20:00 Inf. dnia
20:20 Różaniec
20:50 Myśląc Ojczyzną
21:00 Apel Jasnogórski
21:20 Inf. dnia

CZWARTEK • 23 listopada

TVP 1

05:15 Dziedzictwo - serial
06:05 Złoty chłopak - serial obycz.
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Pełnia Wiary - magazyn
08:00 Wiadomości
08:10 Kwadrans polityczny
08:25 Informacje kulturalne
08:30 Pogoda poranna
08:40 Ranczo - serial obycz.
09:40 Komisarz Alex - serial krym.
10:35 Ojciec Mateusz - serial
11:25 Korona królów. Jagiello-nowie - telenowela hist.
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 Natura w Jedyńce - dok.
14:00 Złoty chłopak - serial obycz.
15:00 Wiadomości; Pogoda
15:20 ALARM! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictwo - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda



17:20 Jaka to melodia?
17:55 Klan - telenowela
18:25 Leśniczówka - serial obycz.
19:00 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda; Sport
20:15 ALARM! - magazyn
20:35 Ojciec Mateusz - serial
21:30 Sprawa dla reportera
22:30 Magazyn śledczy Anity Gargas
23:10 Ocaleni - reality show
00:15 Tanie Dranie - Kłopotowski i Moroz komentują świat - talk-show
00:55 Resortowe Dzieci - rep.
01:30 Miłość w czasach wojny - serial
03:35 Magazyn śledczy Anity Gargas
04:10 Notacje - dokument

TVP 2

04:55 Na sygnale - serial fabularyzowany
05:25 M jak miłość - serial obyczajowy
06:20 Czas w las - magazyn
06:55 Rodzinka.pl - serial kom.
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 W kotle historii - Noc listopadowa. Powstańcy i kucharze. - magazyn
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Akacjaowa 38 - serial kostiumowy
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział
16:00 Koło fortuny - teleturniej



16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - serial obyczajowy, Turcja, 2020
18:00 Panorama - program informacyjny
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Akacjaowa 38 - serial kostiumowy
19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
20:50 Postaw na milion - teleturniej
21:45 Czarny motyl - thriller, USA, 2017. Pisarz zaprasza do swojego domu przypadkowego turystę.
23:30 Suburbicon - fab., USA, 2017
01:25 Bolivar - serial kostium.
02:25 Dogman - fab., Włochy, Franc., 2018
04:15 Rodzinka.pl - serial kom.

TVN

05:35 Uwaga! - program interwencyjny
05:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - pr. kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn
11:30 Ukryta prawda - program obyczajowy
13:35 Szpital - Ordynator Piotr Wójtowicz przyjmuje do szpitala kobietę i jej czteroletniego synka w ciężkim stanie.
15:40 Doradca smaku - program kulinarny
15:45 Kuchenne rewolucje - pr. kulinarno-rozrywkowy
16:50 Detektywi - program krym.
17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
19:00 Fakty
19:40 Sport
19:45 Pogoda



19:55 Uwaga! - program interwencyjny
20:10 Doradca smaku - program kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
20:55 Milionerzy - program rozrywkowy
21:35 Kuchenne rewolucje - pr. kulinarno-rozrywkowy
22:40 After III! Ocal mnie - film, USA, Bułgaria, 2021
00:45 Wonder Woman - przyg., USA, Chiny, Hong Kong, 2017
03:40 Uwaga! - program interwencyjny
04:00 Nauka jazdy - program edukacyjny
04:30 Recepta na stary dom - program edukacyjny
04:55 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Małanowski i Partnerzy - Detektyw Tomek Orlik, ratując przed samobójstwem zmagającego się z traumą wojenną żołnierza, sam znalazł się na granicy życia i śmierci.
09:40 Sekrety rodziny - program obyczajowy
10:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
11:40 Gliniarze - paradokument
12:50 Wydarzenia - program informacyjny
13:20 Interwencja - magazyn reporterów
13:40 Trudne sprawy - program obyczajowy
14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - prog. inform.
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 - serial



17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obycz.
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:25 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:45 Sport; Pogoda
20:05 Nasz Nowy Dom - serial paradokumentalny
21:10 Przyjaciółki - serial
22:10 Ulubiency Ameryki - kom. romant., USA, 2001. Długoletni związek pary aktorskiej przeżywa kryzys. A na ekrany ma właśnie wejść ich ostatni film...
00:25 Świat według Kiepskich - serial komediowy
01:00 Zakończenie programu - pierwsza techniczna

TVP Kultura

07:00 Muzyczne poranki
07:50 Księga Przestrzeni - Te, co grają i śpiewają - prog. edukacyjny
08:30 Którędy po sztukę - Stech - magazyn
08:45 Informacje kulturalne - magazyn
09:15 Idiota - melodramat, Franc., 1946
11:00 Modrzejewska - Czerniowce - serial
12:35 Toulouse-Lautrec, wolny duch Paryża - dok., Franc., 2019
13:40 Scena muzyczna - Pamięci Krzysztofa Pendereckiego - koncert
14:50 Informacje kulturalne - magazyn
15:20 Co mówią lekarze - film krótkometrażowy
16:00 Pajęczarki - kom., Polska, 1993
18:00 Wędrowiec Polski - Kaszuby - cykl reportaży



18:40 Kabaret Starszych Panów - Wieczór trzeci wspomnień - Noc pełna wiatru - widowisko
20:00 Skłodowska - film biograf., Wlk. Bryt., 2019
22:05 Informacje kulturalne
22:30 Głina - serial krym.
23:30 Na wschód od Hollywood - Jaskółki z Kabulu - anim., Franc., Luksemburg, Szwajc., 2019
01:05 Kino nocne - Co słonko widziało - obycz.
03:10 Res Poloniae - O Polsce z oddali - Natasza Lomouri i Sevdija Ugrehelidze - rozmowa
03:50 Informacje kulturalne
04:20 Teledyski
05:30 Afisz kulturalny
05:45 Jeszcze więcej kultury

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
08:00 Nash Bridges - serial kryminalny
09:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy
12:00 Zaklinaczka duchów - serial fabularny
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
16:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
20:00 Teraz albo nigdy - kom., USA, 2018. Niespełna 40-letnia Maya Vargas (Jennifer Lopez) udowodni, że aby osiągnąć sukces wystarczy tylko trochę sprytu i szczęścia!



22:00 Niedobrani - kom., USA, Kanada, Kolumbia, 2019. On - roztrzepany dziennikarz. Ona - piękna, ambitna i zdystansowana, jest kandydatką na prezydenta w historii USA. Czy tych dwoje może połączyć miłość?
00:20 Imprezowi rodzice - kom., USA, 2019
02:20 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:20 Menu na miarę - program kulinarny
04:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.
05:00 Nash Bridges - serial krym.

TVN 7

05:00 Szkoła - Natalia Dubińska z gimnazjum rywalizuje z byłym chłopakiem w wyborach na przewodniczącego klasy.
06:55 Szpital - program obycz.
07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:50 Zagadki losu - program obyczajowy
11:50 Szpital - Dr Piotr Wójtowicz przyjmuje 2-latkę zatrutą amfetaminą. Jej ojciec odsiadywał wyrok za handel narkotykami.
13:50 Sąd rodzinny - program sądowy
14:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
15:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:55 Szpital - Osierocone rodzeństwo miało wypadek samochodowy.
18:55 Ukryta prawda - program obyczajowy



20:00 Berek - film, USA, 2018. Piątka lubiących rywalizację przyjaciół spotyka się co roku, aby przez miesiąc grać w berka, w którym wszystkie chwytły są dozwolone. Bawią się w ten sposób od pierwszej klasy. Teraz ryzykują własną głową, pracą i związkami, aby wyeliminować pozostałych uczestników z gry
22:15 Mamma mia - film musical, USA, Niemcy, Wlk. Bryt., 2008
00:30 Wielkie kłamstewka - miniserial, USA
01:45 Nagi instykt
02:45 Kolekcja z piekła rodem
04:25 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji
08:00 Nasz Nowy Dom
09:00 Pierwsza miłość - serial obycz.
09:50 Łowcy skarbów. Kto da więcej
10:50 Policjantki i Policjanci - serial paradok.
12:55 Gliniarze - serial paradokumentalny
13:55 STOP Drogówka - serial policyjny
15:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok.
17:00 Sekrety rodziny - program obyczajowy
18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej
19:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok.
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21:00 Walkiria - USA, Niemcy, 2008
23:30 COVID - zagrożenie dla świata
00:40 Śmierć na 1000 sposobów - ludzie umierają tragicznie, niektórzy przypadkowo, inni z powodu zwykłej głupoty...

TV Trwam

08

**WEEKENDOWY
REPERTUAR HELIOS**
Centrum Handlowe Aura,
Olsztyn, al. Piłsudskiego 16

**HELIOS**
tel. 89 535 20 30
1084220tbr-a-M

Piątek, 17 listopada
IGRZYSKA ŚMIERCI: Ballada
ptaków i węży / napisy: 13:50,
17:00, 19:00, 20:15
HORROR STORY: 15:15, 19:30
UWIERZ W MIKOŁAJA: 13:15,
15:30, 17:45, 20:00
MARVELS / dubbing: 12:15, 17:15
MARVELS / napisy: 14:45, 19:45
INSPEKTOR PAJĄK / familijny
/ od 6 lat / dubbing: 11:45,
13:45, 15:50
RAZ, DWA, TRZY... wchodzisz
do gry! / napisy: 17:30
CHŁOPI: 14:15, 18:00
PATI i kłątwa Posejdona / fami-
lijny / od 6 lat / dubbing: 13:00
PIĘĆ KOSZMARNYCH NOCY /
napisy: 20:30
PSI PATROL: Wielki film /
familijny / b.o. / dubbing:
12:00, 16:45

Sobota, 18 listopada
IGRZYSKA ŚMIERCI: Ballada
ptaków i węży / napisy: 10:15,
12:30, 13:45, 17:00, 19:00, 20:15
HORROR STORY: 15:15, 19:30
UWIERZ W MIKOŁAJA: 11:00,

13:15, 15:30, 17:45, 20:00
MARVELS / dubbing: 12:30, 17:15
MARVELS / napisy: 14:30, 19:45
INSPEKTOR PAJĄK / familijny /
od 6 lat / dubbing: 10:00, 15:45
RAZ, DWA, TRZY... wchodzisz
do gry! / napisy: 17:30
CHŁOPI: 18:00
PATI i kłątwa Posejdona /
familijny / od 6 lat / dubbing:
10:45, 13:00
PIĘĆ KOSZMARNYCH NOCY /
napisy: 20:30
PSI PATROL: Wielki film /
familijny / b.o. / dubbing: 12:15,
16:50

Niedziela, 19 listopada
IGRZYSKA ŚMIERCI: Ballada
ptaków i węży / napisy: 10:15,
12:30, 13:45, 17:00, 19:00, 20:15
HORROR STORY: 15:15, 19:30
UWIERZ W MIKOŁAJA: 11:00,
13:15, 15:30, 17:45, 20:00
MARVELS / dubbing: 12:15, 17:15
MARVELS / napisy: 14:45, 19:45
INSPEKTOR PAJĄK / familijny
/ od 6 lat / dubbing: 10:00, 15:45
RAZ, DWA, TRZY... wchodzisz
do gry! / napisy: 17:30
CHŁOPI: 14:00, 18:00
PATI i kłątwa Posejdona /
familijny / od 6 lat / dubbing:
10:45, 13:00
PIĘĆ KOSZMARNYCH NOCY /
napisy: 20:30
PSI PATROL: Wielki film /
familijny / b.o. / dubbing: 11:45,
16:45

**WEEKENDOWY
REPERTUAR
KINA AWANGARDA
W OLSZTYNIE**

Piątek 17 listopada
„Lęk” - prod. Polska : godz.
17.00 sala arte
„Niewierni w Paryżu” - prod.
Francja, Wielka Brytania :
godz. 18.00 sala studyjna
„Uwierz w Mikołaja” - prod.
Polska : godz. 18.00 sala
klubowa
„Dziwne ścieżki życia” - prod.
Hiszpania, Francja : godz.
18.45 sala arte
„Porwany” - prod. Włochy :
godz. 19.45 sala studyjna
„Dogman” - prod. Francja :
godz. 19.45 sala klubowa
„Horror Story” - prod. Polska :
godz. 20.00 sala arte

Sobota 18 listopada
„Lęk” - prod. Polska : godz.
16.00 sala studyjna
„Chłopi” - prod. Polska : godz.
16.00 sala klubowa
„Dziwne ścieżki życia” - prod.
Hiszpania, Francja : godz.
16.00 sala arte
„Siostrzeństwo świętej sauny”
- prod. Estonia : godz. 17.00
sala arte
„Niewierni w Paryżu” - prod.
Francja, Wielka Brytania :
godz. 17.45 sala studyjna

„Uwierz w Mikołaja” - prod. Pol-
ska : godz. 18.00 sala klubowa
„Dziwne ścieżki życia” - prod.
Hiszpania, Francja : godz.
18.45 sala arte
„Porwany” - prod. Włochy :
godz. 19.30 sala studyjna
„Dogman” - prod. Francja :
godz. 19.45 sala klubowa
„Horror Story” - prod. Polska :
godz. 20.00 sala arte

Niedziela 19 listopada
„Lęk” - prod. Polska : godz.
16.00 sala studyjna
„Chłopi” - prod. Polska : godz.
16.00 sala klubowa
„Dziwne ścieżki życia” - prod.
Hiszpania, Francja : godz.
16.00 sala arte
„Siostrzeństwo świętej sauny”
- prod. Estonia : godz. 17.00
sala arte
„Niewierni w Paryżu” - prod.
Francja, Wielka Brytania :
godz. 17.45 sala studyjna
„Uwierz w Mikołaja” - prod.
Polska : godz. 18.00 sala
klubowa
„Dziwne ścieżki życia” - prod.
Hiszpania, Francja : godz.
18.45 sala arte
„Porwany” - prod. Włochy :
godz. 19.30 sala studyjna
„Dogman” - prod. Francja :
godz. 19.45 sala klubowa
„Horror Story” - prod. Polska :
godz. 20.00 sala arte

17 LISTOPADA
Bestseller wszechczasów

Olsztyn
Na wystawie zaprezentowana zostanie historia Biblii - księgi, która przetrwała wieki i jest najczęściej drukowaną pozycją na świecie. Na ekspozycji będzie można zobaczyć repliki najstarszych manuskryptów i kamiennych tablic, skrawki papirusów, zrolowane skóry, zapisane zwoje i pierwsze drukowane egzemplarze Biblii.
Godz. 17.00, Zajezdnia Trolejbusowa i okolice, ul. Knosaty 3b.

17 LISTOPADA
Koncert symfoniczny

Olsztyn
Wystąpią:
» Piotr Wacławik – dyrygent (Występ w ramach III nagrody, która została przyznana podczas VII Ogólnopolskiego Konkursu Młodych Dyrygentów im. Witolda Lutosławskiego w Białymstoku)
» Péter Zoltán (Węgry) – klarnet
» István Kosztándi (Węgry) – skrzypce
» Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej
» Jan Popis – prowadzenie koncertu
» Wprowadzenie do koncertu godz. 18.00, sala kameralna Filharmonii – Jan Popis

Program:
» Johannes Brahms – Tańce węgierskie: I (g-moll), VI (D-dur), V (g-moll)
» Károly Goldmark – I Koncert skrzypcowy a-moll, op. 28
» Frygyes Hidas – Concerto semplice na klarnet i orkiestrę smyczkową
» Ferenc Liszt – Poemat symfoniczny Preludia nr 3. S 97 (Les Préludes)
Godz. Filharmonia Warmińsko-Mazurska | Olsztyn, ul. Głowackiego 1.

17 LISTOPADA
XXVIII Dni Bretanii na Warmii i Mazurach

Olsztyn
Café français // klub konwersacyjny
Cykliczne spotkanie w języku francuskim dla miłośników, sympatyków i praktyków języka Moliera. Zapraszamy do świadczonych zawodników, fanów oraz amatorów Bretanii do udziału w grze przygotowanej przez Bretończyków.
Godz. 17.30, Centrum Polsko-Francuskie, ul. Dąbrowszczaków 39.

17 LISTOPADA
Koncert zespołu Proletaryat

Olsztyn
Proletaryat to zespół-monolit, który przez 35 lat działalności wydał 11 albumów studyjnych i zagrał setki koncertów w Polsce i za granicą. Metalowy skład z Pabianic już w latach 80. szturmował serca słuchaczy. Dziś udowadnia, że zarówno na scenie, jak i w studiu wciąż jeszcze ma wiele do powiedzenia.
20.00, Kuźnia Społeczna | Olsztyn, ul. Kotańskiego 1.

17 LISTOPADA
Wesele

Olsztyn
To pierwsze olsztyńskie „Wesele” od czasu inscenizacji Adama Hanuszkiewicza z roku 1996. Choć od tamtej premiery minęła dobra chwila, w obecnym przedstawieniu zobaczymy niektórych wykonawców z poprzedniej realizacji. Joanna Fertacz znów zagra Radczynię, Ewa Pałuska-Szozda wtedy była Haneczką, dziś będzie Gospodynią, a Cezary Ilczyna – wówczas Widmo – zagra Ojca i Hetmana. Poza nimi niemal cały zespół aktorski Teatru Jaracza wzmocniony uczniami Policealnego Studium Aktorskiego im. Aleksandra Sewruka, na scenie niespełna trzydzieści osób.
Godz. 19.00, Teatr im. Stefana Jaracza, ul. 1 Maja 4.

18 LISTOPADA
Symphonica

Olsztyn
Koncert, który od lat zachwyca miłośników gatunku. Niezapomniane widowisko pełne rockowego ducha, któremu zawsze towarzyszą ogromne emocje i niespożyta sceniczna energia. Jeśli chcesz przeżyć szalone, rockowe uniesienia, zapraszamy na jedyny w swoim rodzaju, rockowo-symfoniczny show.
Godz. 19.00, Filharmonia Warmińsko-Mazurska im. Feliksa Nowowiejskiego, ul. Głowackiego 1.

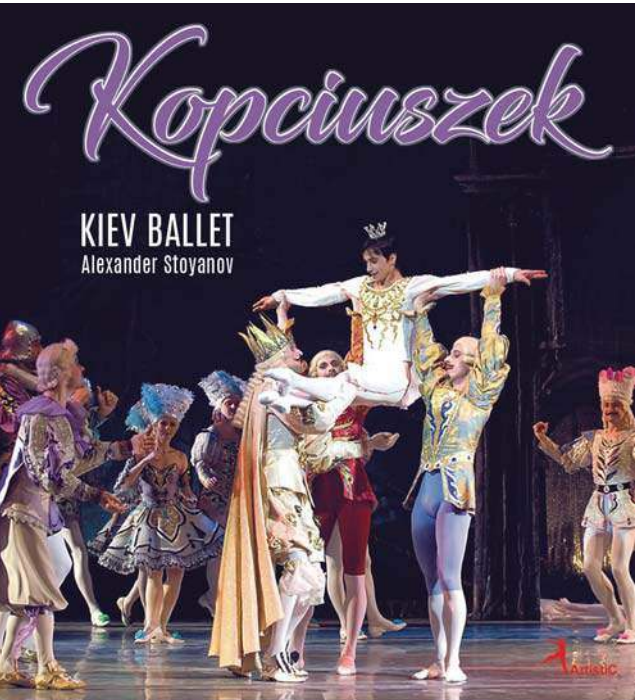
18 LISTOPADA
CEiK Koncertowo: Spięty

Olsztyn
Hubert SPIĘTY Dobaczewski – gitarzysta, wokalista i autor tekstów znany z wieloletnich występów z LAO CHE wraca na trasę, promując tym samym swój trzeci solowy album HEARTCORE. Po płytach ANTYSZANTY i BLACK MENTAL, artysta po raz kolejny wyznaczył sobie nowy muzyczny i tekstowy kierunek, który może zaskoczyć swoją intymnością niejednego słuchacza.
Godz. 19.00, Aula im. A. Wasilewskiej, ul. Kościńskiego 11.

18 LISTOPADA
XXVIII Dni Bretanii na Warmii i Mazurach

Olsztyn
Am STRAM GRAnimacje // warsztaty kulturowo-językowe dla dzieci.
Moja mała Bretania...mhmm Bretania? Gdzie to jest i co ma wspólnego z Centrum Polsko-Francuskim? Zapraszamy dzieci (6-11 lat) na prezentację naszego partnerskiego regionu, jego niezwykle zróżnicowanych krajobrazów, przyrody, kulinariów i innych ciekawostek. W programie gry i zabawy kulturowo-językowe. Gry i zabawy językowe, atelier: Moja mała Bretania.
Godz. 10.00, Centrum Polsko-Francuskie, ul. Dąbrowszczaków 39.

REKLAMA

**Kopciuszek**
KIEV BALLET
Alexander Stoyanov

OLSZTYN 14 XII
FILHARMONIA
godz. 19.00



**MAGDALENA MARIA
BUKOWIECKA**
m.bukowiecka@
gazetaolsztynska.pl

Rak prostaty i rak jądra — podobieństwa i różnice

Jądra i gruczoł krokowy to narządy tworzące męski układ rozrodczy. Mają różne role i funkcje, ale oba przyczyniają się do produkcji hormonów i nasienia. Zarówno rak prostaty, jak i jądra — to odrębne schorzenia, które mają różne czynniki ryzyka, objawy i skutki. Nie tylko występują w różnych narządach płciowych, ale mają również inne czynniki ryzyka, objawy i częstość występowania.

Definicje obu nowotworów

Rak prostaty występuje, gdy zmiany genetyczne powodują wzrost komórek nowotworowych w prostaty, która jest małym gruczołem w kształcie orzecha włoskiego, znajdującym się w męskim układzie rozrodczym. Znajduje się bezpośrednio pod pęcherzem, wpachwinie. Funkcjonowanie prostaty kontroluje męski hormon — testosteron.

Prostata wytwarza płyn, który miesza się z plemnikami z jąder, tworząc nasienie. Wytwarza też antygen specyficzny dla prostaty (PSA) — białko powodujące wodnistość nasienia. Produkcja nasienia jest ważną funkcją prostaty, ale jej mięśnie pomagają również wypychaniu nasienia do cewki moczowej podczas stosunku. Prostata przekształca również testosteron w biologicznie aktywną formę zwaną dihydrotestosteronem (DHT).

Z kolei rak jądra występuje, gdy komórki nowotworowe rozwijają się w jądrach, kolejnym elemencie męskiego układu rozrodczego. Obejmują one dwa małe, zaokrąglone narządy znajdujące się w mosznie, czyli worku skórny poniżej penisa. Jądra wytwarzają plemniki i męskie hormony, w tym wspomniany testosteron.

Statystyki, które niepokoją

Zarówno rak prostaty, jak i jądra powstaje w męskich narządach rozrodczych, które pełnią podobne funkcje. Na przykład prostata i jądra odgrywają kluczową rolę w produkcji nasienia. Jądra wytwarzają również testosteron, który wpływa na funkcjonowanie prostaty.



MOVEMBER — CZYLI PANOWIE, DO DZIEŁA!

TRWA MOVEMBER — CZYLI MIESIĄC ZAPUSZCZANIA
WĄSÓW. A JEDNAK NIE TYLKO O TE WĄSY CHODZI.
MOVEMBER TO BOWIEM JESZCZE BARDZIEJ MIESIĄC
BUDOWANIA I PODNOSZENIA ŚWIADOMOŚCI
ZDROWOTNEJ WŚRÓD MĘŻCZYZN. A ZACIĄGNAĆ CHŁOPA
DO LEKARZA? OJ, ŁATWO NIE JEST...!

Szacunki pokazują, że rak jądra jest najczęściej występującym nowotworem wśród młodych mężczyzn w wieku od 20 do 44 lat. Stanowi on aż 25 proc. zachorowań na nowotwory w tej grupie wiekowej. Co więcej, liczba przypadków raka jądra zwiększyła się trzykrotnie w ciągu ostatnich 30 lat i dalej ma tendencję wzrostową. Szczyt zachorowań na raka jądra przypada u mężczyzn na lata od 20. do 39. roku życia — to około 70 proc. wszystkich przypadków. Z kolei nowotwory prostaty są drugą co do częstości przyczyną choroby nowotworowej u mężczyzn. To ponad 13 proc. zachorowań — w ostatnich latach ich liczba też gwałtownie rośnie, według szacunków w czasie ostatnich 30 lat liczba przypadków wzrosła

aż pięciokrotnie. Największa liczba przypadków raka prostaty przypada na siódmą i ósmą dekadę życia. Ryzyko rozwoju raka prostaty wzrasta gwałtownie po przekroczeniu 50. roku życia, osiągając maksimum około 75. roku życia.

Podobieństwa

Wszystkie formy raka są chorobami genetycznymi. Oznacza to, że zmiany genetyczne powodują, że komórki stają się nowotworowe, rosną i dzielą się w niekontrolowany sposób. Jednak pierwotna przyczyna raka prostaty lub jądra nie jest jasna.

Zachorowalność na te nowotwory rośnie z wiekiem, pewne znaczenie ma także obciążenie rodzinne. Do czynników wpływających na zwiększone ryzyko rozwoju choroby należą

również niektóre aspekty środowiskowe. Tryb życia, dieta i aktywność fizyczna są kluczowe dla zmniejszenia lub zwiększenia prawdopodobieństwa pojawienia się choroby nowotworowej.

Co przyczynia się do rozwoju tych chorób? Nadwaga i otyłość — szczególnie typ brzuszny, nieprawidłowa dieta, a przede wszystkim nadmiar mięsa i tłuszczów

zwierzęcych, mało owoców i warzyw, nadmiar słodczy, udział potraw bardzo ostrych lub kwaśnych, a do tego nadużywanie alkoholu i palenie papierosów.

Objawy

Głównym objawem raka jądra jest bezbolesny guzek w jądrach. Inne objawy obejmują obrzęk jąder, uczucie ciężaru w mosznie, ból jąder, moszny lub pachwiny, tkliwość tkanki piersi. Objawy raka prostaty w dużym stopniu dotyczą układu moczowego i obejmują słaby odpływ moczu, częsta i pilna potrzeba oddawania moczu, budzenie się w celu wielokrotnego oddania moczu w ciągu nocy, trudności w opróżnianiu pęcherza, ból lub pieczenie podczas oddawania moczu lub wytrysku, krew w moczu lub nasieniu, ale także oznaki niedokrwistości, takie jak bladłość skóry oraz ból pleców, bioder lub miednicy.

Profilaktyka

Mężczyźni mogą przeprowadzać samobadanie w celu wykrycia raka jądra. Lekarz może zalecić samobadanie jąder po kąpieli lub prysznicu. Mężczyzna może sprawdzać każde jądro pod kątem grudek, używając kciuka i palców, aby delikatnie obrócić każde jądro, znajdując rurkowate struktury łączące się z jądrami i sprawdzając, czy nie dzieje się nic niepokojącego. Warto szukać jakichkolwiek guzków lub obrzęków, nawet jeśli nie powodują one bólu. Oczywiście, jeśli da się zauważyć coś niezwykłego, należy jak najprędzej skontaktować się z lekarzem.

Natomiast raka prostaty trudno jest zidentyfikować na podstawie samobadania, ponieważ zmiany fizyczne są trudne do wykrycia bez pomocy medycznej.

Nie zawsze można zapobiec rakowi prostaty lub jądra. Jednak specjaliści

sugerują, że istnieją czynniki mogące zmniejszyć ryzyko raka prostaty. To przede wszystkim utrzymanie prawidłowej masy ciała, regularne ćwiczenia, przestrzeganie zdrowej diety, unikanie palenia.

Korzystałam z materiałów ministerstw zdrowia Polski i wielkiej Brytanii oraz strony zwrttonikraka.pl.

Od autorki:

Panowie, zróbcie coś dla jaj! Movember to zbitka angielskich słów moustache — 'wasy' i November, czyli listopad. Czasem spolszczamy go do słowa wąsopad. Tak czy siak — to coroczna akcja, w której udział polega na zapuszczeniu w listopadzie wąsów. Jej celem jest podniesienie świadomości społecznej na temat problemów zdrowotnych mężczyzn, przede wszystkim raka prostaty i innych rodzajów raka dotyczących mężczyzn. Chodzi o to, by zmienić oblicze męskiego zdrowia. Tak się składa, że w moim na wskroś kobiecym kalendarzu listopad to miesiąc badania technicznego pojazdu. Nie, żeby o tym bezustannie pamiętała, ale jednak liczne serwisy i instytucje jeszcze pod koniec każdego października trąbią mi o tym i mniej lub bardziej uprzejmie przypominają, że auto należy czym prędzej oddać w dobre ręce mechanika, a potem diagnosty stacji kontroli pojazdów. Panowie zdają się o swoje auta dbać znacznie bardziej niż ja. I to jeszcze pół biedy. Gorzej — że panowie znacznie dokładniej zdają się opiekować swoimi autami niż swoim zdrowiem. Dlatego Movember to dla mnie miesiąc przypominania moim braciom, wujkom, przyjaciółom, kolegom i generalnie wszystkim mężczyznom — że stanowczo za mało robicie, panowie, dla jaj! I wasy są po to, by wam o tym przypomnieć. Bo chorzy — nawet najlepszym i najszybszym samochodem — daleko nie zajedziecie...

REKLAMA

Roman Łesiów
UROLOG

- leczenie zachowawcze i operacyjne
- USG układu moczowego
- cystoskopia, zabiegi operacyjne
- uroflometria

rejestracja Olsztyn, od godz. 13⁰⁰
Lancet 89 535 72 80
al. Wojska Polskiego 39

NEUROLOG
BEATA NOWAK
specjalista neurolog

poniedziałek 10:00-13:00
czwartek 10:00-13:00

Rejestracja tel. 89 534 23 33
w godz. 10:00-18:00

Olsztyn, ul. Pana Tadeusza 6
PANTAMED

Dr n. med.
JACEK NOWAK
specjalista chirurgii ogólnej
i naczyniowej

PRZYJMUJE: poniedziałek-piątek 16.00-18.30

REJESTRACJA TEL. w godz. 10⁰⁰-18⁰⁰
tel. 89 534 23 33

Olsztyn
ul. Pana Tadeusza 6 (PANTAMED)

NIGDY NIE WIDZIAŁEM TAKIEJ ZOSI JAK PODCZAS SPEKTAKLU!



TRADYCYJNIE 11 LISTOPADA W SALI GIMNASTYCZNEJ ZESPOŁU SZKOLNO-PRZEDSZKOLNEGO W GIETRZWAŁDZIE ODBYŁ SIĘ SPEKTAKL Z OKAZJI NARODOWEGO ŚWIĘTA NIEPODLEGŁOŚCI. TYM RAZEM PT. „TCHNIENIE WOLNOŚCI”.

– Wolność ma różne kolory – mówi Alicja Kucharzewska-Samko, reżyserka przedstawienia i zarazem nauczycielka muzyki w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Gietrzwałdzie. – Jest różnorodna i na pewno niejednakowa. Chodzi oczywiście o wolność o charakterze patriotycznym. Sama chciałabym zwrócić uwagę na pojawiający się w spektaklu wiersz o ludożercach i padające w nim słowa, abyśmy nawzajem się nie zjadali – dodaje. – To tekst o egoizmie i nienawiści jakiej, niestety, w życiu codziennym nie brakuje. Zostało to podkreślone w jednej ze scen, kiedy to młodzi aktorzy odmieniali przez różne przypadki słowa: mój, moja, moje... Mój dom, mój samochód, moje życie, moja sprawa... I nie ma co się dziwić, że w tym wszystkim zgubiliśmy drogę.

Szczypta agresji i gram znieczulicy

Nie wiesz, dokąd iść, człowiecze XXI wieku? Nie pamiętasz tego, co najważniejsze? Takie retoryczne pytania zadawała wiedźma, którą grała Zosia Moczarska z klasy VIII z Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Gietrzwałdzie. Podczas spektaklu przyrządzała miksturę, dosypując do kotła: ciężką wodę na kościach, niezgodę przyprawioną laurami cywilizacji, miętę energii, salami chemii, nowotwory reakcji, do tego szczypta agresji i gram znieczulicy... Spokojna dziewczyna, znana ze szkolnego korytarza, w czasie spektaklu objawiła swoje drugie „ja”. – Proszę pana, to ona jest cudowną aktorką. – Skromnie wskazywała na swoją koleżankę, również Zosię. – To, co pan twierdzi, to pozory, bo aż taka spokojna nie jestem.

Grana przez nią postać wiedźmy zrobiła duże wrażenie na publiczności. – Staralam się zagrać jak najlepiej. Aby być dobrą wiedźmą, trzeba być trochę tajemniczą – mówiła Zosia.

Zosia Drozdek, również uczennica z klasy VIII gietrzwałdzkiej szkoły, którą gietrzwałdzka koleżanka, nie ukrywa, że podczas występu chciała ukazać swoje talenty. – Zostać



aktorką to jest jedno z moich marzeń – zdradza. – Ludzie wokół mówią, że naprawdę bym się nadawała.

Potrafia zmienić swoje oblicze

– W trakcie szkolnych spektakli każdego roku objawiają się talenty – mówi Paweł Pietkiewicz, nauczyciel w ZSP w Gietrzwałdzie. – To niesamowite, co uczniowie potrafią robić z głosem oraz jak się poruszać na scenie. Na co dzień skryci i skromni, a podczas spektaklu tak potrafią zmienić oblicze! Ja nigdy nie widziałem takiej Zosi jak podczas spektaklu!

Paweł Pietkiewicz oglądał co najmniej kilka spektakli, które grane były na szkolnej sali w Gietrzwałdzie w ciągu ostatnich kilku lat. W ubiegłym roku w spektaklu grał jego syn – Jakub. Zagrał niczym aktor. Po przedstawieniu otrzymał propozycję dołączenia do grupy teatralnej działającej w Pałacu Młodzieży w Olsztynie.

W spektaklu pojawiła się m.in. scena ze zwierzętami, gdzie każde chwaliło się, że jest wolne, niestety, dopóki nie znajdzie się mocniejszy przeciwnik... W ten sposób nikt nie jest do końca wolny. Nawet człowiek, który choć w teorii panuje nad wszystkimi zwierzętami, jest zależny od drugiego. W spektaklu nie brakowało śpiewu oraz bębniarzy i dobośzów. Ci ostatni działają przy Centrum Kulturalno-Bibliotecznym w



Gietrzwałdzie pod kierunkiem Pawła Orzechowskiego.

Wolność? Marszałek na Kasztance

Jednym z ostatnich epizodów był moment, kiedy to chłopiec wszedł na scenę z obrazem – abstrakcją. Na nim różnokolorowe, odcisknięte dłonie... – Może ktoś kupi? Na tym obrazie jest wolność – zachęcał. – Przykro mi, ale ta praca nie pasuje mi do koloru ścian – opowiedziała jedna z osób oglądających obraz. –

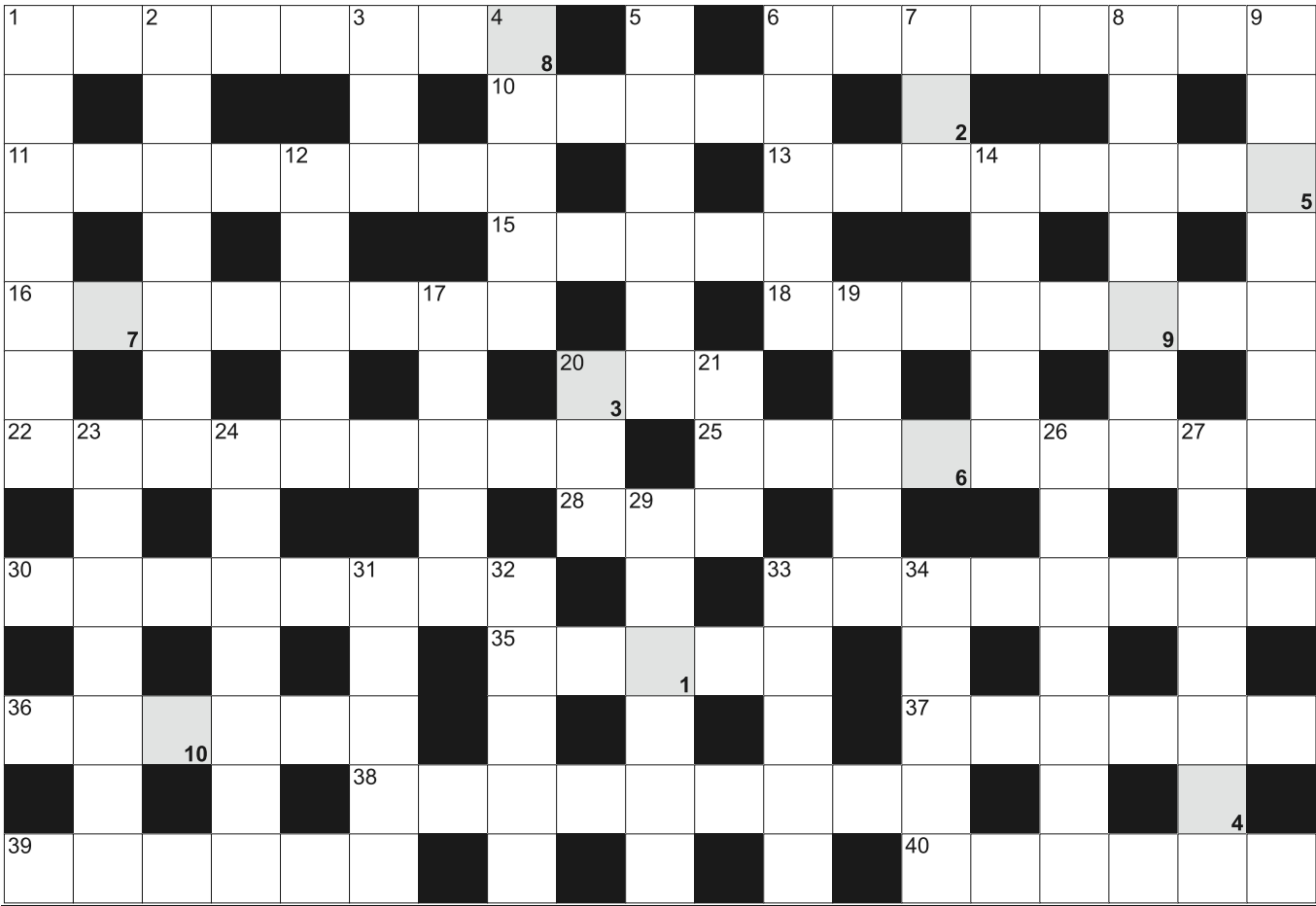
Rzecz gustu – wtrąciła inna. – Jedni wolą wolność taką, inni bardziej zieloną, jeszcze inni czerwoną lub brązową. Głos zabrał kolejny aktor: – Lepiej namalować Piłsudskiego na Kasztance z wąsami, wtedy wszyscy wiedzielibyśmy o co chodzi! Za chwilę ktoś rzucił kolejny pomysł: – Lepiej Ignacego Paderewskiego w samochodzie, jak jedzie przez Warszawę. Ma siwe, rozwichrzone włosy. To nie był jednak ostatni pomysł... –A może namalować generała Hallera na tle motocykli Sokół? – padło

ze sceny. Wszystkie propozycje spuentował młody malarz: – Na tym właśnie polega wolność! Każdy widzi, co chce!

W spektaklu wzięli udział uczniowie oraz przedszkolaki z Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Gietrzwałdzie, z Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Biesalu oraz wokaliści i perkusiści z Centrum Kulturalno-Bibliotecznego w Gietrzwałdzie.

Fot. Sławomir Szatkowski /CKB Gietrzwałd





Krzyżówka klasyczna z hasłem

POZIOMO: 1) rozbiórka maszyny na części; 6) inaczey gębacz, ryba; 10) jest nim satyna; 11) Pawlak, były polski wicepremier ; 13) amerykański stan z Chicago; 15) czeska ciężarówka; 16) słynna powieść Wiktora Hugo; 18) starożytny rydwan z czwórką koni; 20) waluta Łotwy; 22) podziwiany z tarasu widokowego; 25) Holland, i Osiecka; 28) mocne karty; 30) walczą z Ormianami o Karabach; 33) sklep z kosmetykami; 35) lego dla małych; 36) Emmanuel, prezydent Francji; 37) Klein, dyktator mody; 38) nie sprzedaje hurtowo; 39) niewierność; 40) centurion inaczey.

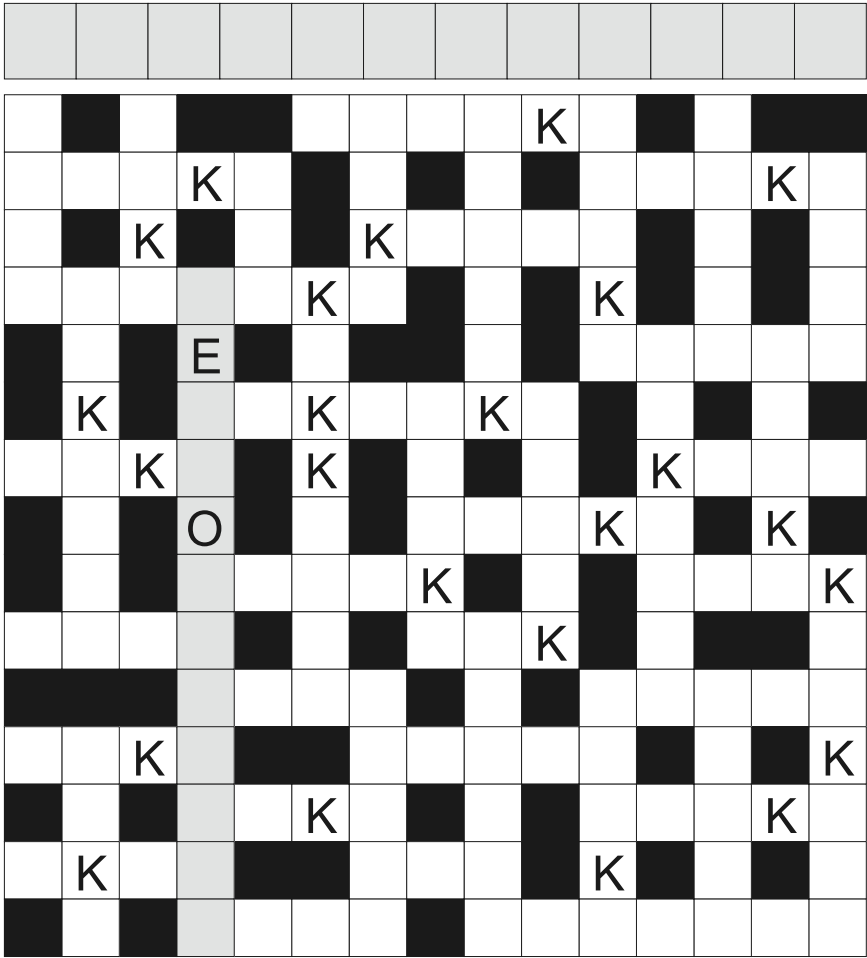
PIONOWO: 1) do drzwi lub na lekcję; 2) skoczna, wpada w ucho; 3) niejeden w bibliotece; 4) dowcipy, kawały; 5) ster dla ryby; 6) szczeniak; 7) kuchenna przyprawa; 8) łup; 9) wodospad ze stopniami; 12) Morricone, włoski kompozytor; 14) graniczą z Chinami; 17) jedynaczki; 19) największe jezioro w Szwecji; 20) bywa, że kręci się w oku; 21) najdłuższa rzeka w Szkocji; 23) miejsce, w którym rozchodzą się drogi; 24) sędzina konkursu; 26) czeczuga, ryba słodkowodna; 27) szpitale szkolące lekarzy; 29) inaczey aboudikro, drzewo z Afryki; 31) Chotomska i Wilkomirska; 32) Piaf, słynna francuska piosenkarka; 33) drapieżna ryba morska; 34) bywa wysoki przy bucie.

Litery z pól od 1 do 10 utworzą hasło:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

JOLKA z HASŁEM

Na diagramie poniżej ujawniliśmy spółgłoskę “K”. Miejsce wpisu haseł do odgadnięcia. Hasło utworzone z szarych pól z ujawnionymi literami “E” oraz “O” - utworzą rozwiązanie krzyżówki.



Kozi zarost; rządzi nią sołtys; mieszkają w muszlach; lisi ogon; i Velazquez, i Maradona; centrum starego miasta; papuga szara inaczey; 'Eli ...', powieść Orzeszkowej; pień drzewa bez gałęzi; wyspa Odyseusza; inaczey lilia afrykańska; siarczyste zimą; imię Bohuna z "Ogniem i mieczem" Sienkiewicza; Ellington, sławny jazzman; kobieta w czerni; auto na złomowisku; statek Noego; rzeka w Osace; najemca mieszkania; Borys, przewodniczący Platformy Obywatelskiej; japońska wódka; Elechi, napisał "Piękna lhuoma"; stolica Moraw; mieszkanki stolicy Japonii; Y; pierwiastek Ga; łopata do śniegu; znosi je kura; w oponie; czerwienią się w zbożu; niemieckie województwo; Urho, były prezydent Finlandii; wyjątkowy egzemplarz; rzeka na granicy Paragwaju i Brazylii; pierwszy mężczyzna w mitologii nordyckiej; kolce na butach taternika; niemiecka waluta przed Euro; drugie największe jezioro Europy; inaczey manila, włókno; pałacyk wiejski; angielska odmiana palanta; bawół indyjski krócej; Odra i Wisła; oman, afrykańska bylina.

Sprawdź się w SUDOKU: Wypełnij diagram 9×9 w taki sposób, aby w każdym wierszu, w każdej kolumnie i w każdym z dziewięciu pogrubionych kwadratów 3×3 znalazło się po jednej cyfrze od 1 do 9. Życzymy udanej zabawy!

7	9	4		8			3	2
	2	1	4			5	9	
3		5						4
1	3	9		6	5		2	
			2	4	3			
	4		7		1			
4	5	3				8		
	6	7		5		3		9
		8	3				5	

	4			6			1	
			1	9		7		
	9			2			8	
6	8	5	7					1
	3	4						
2			3	5		4		
9			4					
	5		2		6	9	4	3
				8		6		

SUDOKU

			6			7		1
3	5							4
	1	7	2	8	4		3	
9	7	6					5	8
					7			9
		1	8					2
				2	1	8		3
			5	7	3	4		6
4	2	3	9	6				

8						7	5	9
3	6		8				2	
2		5			1		8	
9			7		4			
1		6			3		4	
4			1		5		9	6
6					2		3	8
5	2	8					7	1
						9	6	2

		8	7	9			3	
		5		8	6			
	2	4						8
6	1							
		9	1	2			5	6
	8	2	6	7	4	9	1	
							4	
	7			4			6	
8		6			5	1		7

1382

1383

1384

Miliardowe inwestycje na kolei !

Dzięki efektywnemu wykorzystaniu przez PKP Polskie Linie Kolejowe S.A. miliardów złotych ze środków unijnych i budżetowych szybciej podróżujemy koleją m.in. z Krakowa do Katowic, z Wrocławia do Poznania, z Warszawy do Trójmiasta. Po wielu latach znów jeździmy pociągiem między Legnicą a Głogowem, z Ostrołęki do Chorzela, z Wieliszewa do Zegrza, ze Świdnicy do Jedliny-Zdroju czy z Padwi i Mielca do Dębicy. Zmodernizowane stacje są bardziej dostępne dla wszystkich pasażerów i zapewniają wyższy komfort podróży. Setki nowych przystanków zwiększyły dostęp do kolei – najbardziej ekologicznego środka transportu. Nowe bezkolizyjne skrzyżowania, przebudowane przejazdy kolejowo-drogowe i nowoczesne urządzenia zapewniają wyższy poziom bezpieczeństwa.

Nowy przystanek Łankiejski
na trasie Olsztyn-Korsze

Olsztyn, ul. Jezioła,
bezpieczne przejście pod torami

Zmodernizowany przejazd
w okolicach Waplewa

Nowe perony na stacji
Olsztyn Główny

Inwestycje kolejowe w latach 2016-2023



ponad **8200 km**
wymienionych torów



blisko **900** zmodernizowanych
stacji i przystanków
prawie **120** nowych przystanków



blisko **2600** przebudowanych
przejazdów kolejowo-drogowych



ponad **760** nowych
lub wyremontowanych mostów



ponad **700** nowych
lub przebudowanych
wiaduktów kolejowych i drogowych



Fundusze
Europejskie



Rzeczpospolita
Polska



PKP POLSKIE LINIE KOLEJOWE S.A.

Unia Europejska



KONSTAL PRODUCENT

**GARAŻE blaszane
BRAMY garażowe
KOJCE dla psów**

Najniższe **CENY**
Różne wymiary
Transport cały kraj
Montaż **GRATIS**
Dogodne **RATY**

89-650-30-43 85-733-60-26
29-642-34-61 55-621-23-38
512-853-323
www.konstal-garaze.pl

28230tr-a-G

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

FIRMA sprzedaje lokale użytkowe. Od 45m2 do 360 m2. Duży parking. Centrum. Olsztyn. Tel. 601-538-010

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL
503-103-703

kupię

DZIAŁKĘ, 89 530-02-00

MIESZKANIE Jaroty, 515-680-820

zamienię

WWW.ZAMIANY.OLSZTYN.PL,
mieszkań, domów, 603-584-180

PRACA

dam pracę

MĘŻCZYZNĘ lub małżeństwo do pracy w gospodarstwie, 502-712-884

MURARZA, budowlańca, 501-481-210

W gospodarstwie mlecznym, 534-920-987

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 601-772-124

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie, 501-172-462

AUTO-MOTO

sprzedam

MITSUBISHI Lancer 2011/12, pierwszy właściciel, bezwypadkowy, 601-773-200

kupię

SKUP AUT!!! **NAJWYŻSZA**
CENA TEL. 730 750 266

USŁUGI

budowa i remont

REMONTY mieszkań, hydraulika, elektryka, 783-543-814

RÓŻNE

sprzedam

PIŁA tarczowa, frezarka górnio-wrzecionowa wyremontowane, 883-894-607

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

JAŁÓWKI wysokocielne, 506-999-493.

pożegnania.net
Wyraź swój żal i zapal wirtualną świeczkę

GAZETA OLSZTYŃSKA

380-314190pb1-b-M

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 7 listopada 2023 r. zmarła w wieku 87 lat Ukochana Mama i Babcia

ś. † p.

dr Apolonia Grajewska

Złożenie urny do grobu nastąpi 18 listopada 2023 r. o godz. 15.00 na cmentarzu w Dywitach.

Pograżona w bólu i smutku rodzina

2134230pb1-a-M

Z wielkim smutkiem zawiadamiamy, że 16 listopada 2023 r. odeszła od nas nasza Kochana Mama, Babcia i Prababcia

ś. † p.

dr nauk medycznych

Olga Szwalkiewicz

Była ostoją naszej rodziny, wspaniałym pediatrą, społecznikiem i Prawym Człowiekiem.

Uroczystości pogrzebowe odbędą się w czwartek, 23 listopada 2023 r. o godz. 10.00 w kościele Najświętszego Serca Pana Jezusa w Olsztynie, po których nastąpi wyprowadzenie na cmentarz komunalny przy ul. Poprzecznej w Olsztynie. Kondukt ruszy od głównej bramy cmentarza.

Pograżona w głębokim żalu rodzina

2135230pb1-a-M

*Życie to czas, w którym szukamy Boga.
Śmierć to czas, w którym Go znajdujemy.
Wieczność to czas, w którym Go posiadamy...*

Św. Franciszek Salezy

380-mp-otr-6786a-M

Można odejść na zawsze, by stale być blisko...
Ks. Jan Twardowski

Szanownej Pani

dr n. med. **Ewie Szwalkiewicz-Warowickiej**

Wieloletniej Ordynator
Oddziału Klinicznego Patologii i Wad Wrodzonych
Noworodków i Niemowląt Wojewódzkiego
Specjalistycznego Szpitala Dziecięcego w Olsztynie

wyrazy szczerego współczucia i głębokiego żalu
z powodu śmierci

Mamy

składa zespół Oddziału Klinicznego Patologii
i Wad Wrodzonych Noworodków i Niemowląt
Szpitala Dziecięcego w Olsztynie

2132230pb1-a-M

Pani

Barbarze Ryżak

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Taty

składają Dyrekcja oraz Koleżanki i Koledzy
ze Szkoły Podstawowej nr 14 im. Marii Konopnickiej
w Olsztynie

2128230pb1-a-M

SACRUM

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

ANDRZEJ DĄBROWSKI
Olsztyn, ul. Limanowskiego 18/2
89 67 77 100, kom. 530 308 308

GODNIE - SOLIDNIE - Z SZACUNKIEM

Całodobowy przewóz zmarłych

3205200pb1-d-M



**USŁUGI
POGRZEBOWE**

ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska

OLSZTYN (Zatorze), ul. M. Zientary-Malewskiej 2A

89 534 72 42, 605 635 908

OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24
(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka”)

89 526 66 01, 605 665 909

www.arkaolsztyn.pl

Całodobowy przewóz zmarłych

6146190pb1-i-M



ARKADIA
Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85

tel. 89 526 67 53, 665 175 125
całodobowe przewozy zmarłych

www.zuparkadia.olsztyn.pl

Gwarantujemy godną
i kulturalną posługę

1039230pb1-c-P

**TU ZLECISZ ZAMIESZCZENIE
NEKROLOGU LUB KONDOLENCJI
W „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ” I „DZIENNIKU ELBLĄSKIM”**

NEKROLOGI (wymagany akt zgonu). Terminy przyjęć*:

- na poniedziałek – do piątku do godz. 15.00
- na wtorek, środę, czwartek, piątek

– dnia poprzedniego w godz. 7.00-15.00

* Dotyczy Biura Ogłoszeń w Olsztynie, plac Józefa Bema 5

KONDOLENCJE

(wymagany dowód osobisty osoby nadającej) ukazują się w ciągu trzech dni od chwili nadania

Biuro Ogłoszeń, **OLSZTYN**, plac Józefa Bema 5
czynne w godz. 7.00-15.00, soboty – nieczynne
tel. 89-539-74-80, b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl

www.pozegnania.net

Biuro Ogłoszeń, **ELBLĄG**, ul. Rybacka 35
tel. 55-236-18-02

pon.-pt. godz. 8.00-16.00

380-289190pb1-C-M

nadajogloszenie.pl

nie musisz wychodzić z domu...

mp-xpo-7491-c-2x4-M

TRZECI WYJAZD I TRZECIA PORAŻKA?

PIŁKA NOŻNA Drugoligowy Stomil rozpoczyna rundę rewanżową. Oby była lepsza od pierwszej, bo olsztynianie na półmetku zajmują miejsce w strefie spadkowej. W sobotę o g. 13 podopieczni Janusza Bucholca zagrają na wyjeździe z rezerwami Zagłębia.

Tydzień temu napisaliśmy, że „Stomilowcy w tym sezonie mieli podobno walczyć o awans, ale że zazwyczaj grają źle, bardzo źle, a niekiedy nawet beznadziejnie, to po 16 kolejkach bliżej im do strefy spadkowej”. W ciągu tygodnia zaszła jednak jedna istotna zmiana, bo po porażce w Raduni olsztynianie są już w strefie spadkowej.

A przecież w poprzednim sezonie byli bliscy gry w I lidze, bo dopiero po rzutach karnych przegrali w barażach z Motorem Lublin. Rok temu na tym etapie rozgrywek Stomil miał jednak 27 punktów, co dawało mu szóstą pozycję, a teraz ma zaledwie 20 punktów i miejsce, które oznacza spadek do III ligi.

Podopieczni Janusza Bucholca zaliczyli aż dziewięć porażek - więcej ma tylko Sandecja Nowy Sącz. Poza tym olsztynianie sześć razy wygrali i dwa mecze zremisowali.

Stomil mógł zakończyć pierwszą rundę w górnej części tabeli, gdyby tylko udało mu się wygrać ostatnie dwa spotkania. Niestety, najpierw we Wronkach przegrał 0:1 z rezerwami Lecha, po czym „na tarczy” wrócił ze Stężycy.

ALE CO SIĘ DZIWIĆ, SKORO W DWÓCH OSTATNICH MECZACH OLSZTYNianie oddali w sumie, UWAGA, RAPTEM TRZY CELE STRZAŁY! W EFEKCIE JESIENIĄ MNIEJ BRAMEK OD STOMILU ZDOBYŁY JEDYŃIE SANDECJA I POLONIA BYTOM.

- Po ostatnim meczu zaproponowałem piłkarzom, żeby się wypowiedzieli, żeby coś się wylało, bo emocje w naszym zespole jest po prostu za mało - przyznał Janusz Bucholc. - A gdy nie ma emocji, wtedy jest bardzo ciężko, więc emocje muszą być. Nie zamierzamy się poddać, chować głowy w piasek, tylko po meczu musimy wyjść za tydzień na boisko i pokazać to, o czym rozmawialiśmy. Za ostatnie wyniki nie będę uderzał w piłkarzy, bo to wszystko sam biorę na klatę. Widocznie ci młodzi ludzie nie potrafią się jeszcze na tyle otworzyć, by te emocje pokazać. By ktoś się zdenerwował i pokazał, że pociągnie zespół na swoich barkach. Wierzę jednak, że w końcu to nastąpi, bo w meczu z Radunią nikt w naszym zespole dobrze nie funk-



W 17 dotychczasowych meczach II ligi piłkarze Stomilu zdobyli jedynie 17 bramek

cjonował. A zawodnicy muszą brać na siebie odpowiedzialność za to, co dzieje się na boisku, bo tylko wtedy będziemy mogli odmienić losy meczu. Odmienia się je umiejętnościami i jakością, ale zaczyna się od determinacji, bo ona jest kluczowa w sporcie - zakończył olsztyński szkoleniowiec.

Rundę rewanżową Stomil rozpocznie od wyjazdu do Lubina na mecz z rezerwami Zagłębia. W pierwszym spotkaniu w Olsztynie rywale wygrali 2:1, więc biało-niebiescy chcą się zrewanżować i wyjść ze strefy spadkowej. Tylko że w meczach z rezerwami ekstraklasowych klubów idzie im w tym

sezonie jak po grudzie, bo w Olsztynie przegrali 0:1 z ŁKS II Łódź, a we Wronkach 0:1 z Lechem II Poznań. Czyli trzy mecze, trzy porażki i bramki 1:4.

Do końca piłkarskich zmagani w 2023 roku zostały łącznie trzy kolejki. Potem piłkarze Stomilu zagrają u siebie z GKS Ja-

strzębie, a na początku grudnia pojadą do Siedlec na mecz z Pogonią.

Inne mecze 18. kolejki, sobota: Sandecja Nowy Sącz - Olimpia Grudziądz (13), Polonia Bytom - Kotwica Kołobrzeg (15), Stal Stalowa Wola - GKS Jastrzębie (17:30), Chojniczanka Chojnice - Wisła Puławy (20); **niedziela:** Radunia Stężycza - KKS 1925 Kalisz (12), Skra Częstochowa - Hutnik Kraków (14:30); **poniedziałek:** ŁKS II Łódź - Pogoń Siedlce (16); mecz **przełożony:** Lech II Poznań - Olimpia Elbląg (29 listopada). **EM, HYRD**

PO 17 KOLEJKACH

1. Kotwica	33	35:23
2. Radunia	31	23:15

3. Pogoń	30	29:19
4. Kalisz	28	21:15
5. Skra	26	22:16
6. Olimpia E.	26	21:18

7. ŁKS II	25	27:24
8. Hutnik	24	25:24
9. Chojniczanka	23	23:21
10. Zagłębie II	22	26:24
11. Lech II	22	20:29
12. Wisła	21	26:27
13. Jastrzębie	21	20:23
14. Stal	21	17:22

15. Stomil	20	17:24
16. Polonia	17	16:23
17. Olimpia G.	16	20:29
18. Sandecja	13	14:26

CZY RESORTEM SPORTU POKIERUJE PO RAZ 4 KOBIETA?



Zmiany, zmiany, zmiany. Zapewne na Gwiazdkę, a nawet wcześniej, będziemy mieli nowego ministra sportu. Wiadomo: polityka, wybory, naturalna kolej rzeczy. Kamil Bortniczuk zrobił dużo dobrego. Nie budził w środowisku sportowym kontrowersji, wyszedł z ideą Letnich Igrzysk Olimpijskich w Polsce, uruchomił szereg programów finansowych, które dla sportu szkolnego, młodzieżowego, masowego i dla małych klubów miały duże czy bardzo duże znaczenie.

Kto go zastąpi? Napisałem, że będziemy mieli „nowego ministra sportu”, a tymczasem jest prawdopodobne, że będziemy mieli... nową minister sportu. Nie pierwszą przecież. Była już Elżbieta Jakubiak, była Joanna Mucha, była Danuta Dmowska-Andrzejuk. Później wiceministrem jest Anna Krupka. A teraz? Mówi się o dwóch postankach z głównej partii przyszłej koalicji. Obie były utytułowanymi sportsmenkami. Jedna reprezentowała sporty zimowe, druga - letnie. Pierwsza otarła się o medal na Igrzyskach Olimpijskich, druga zdobywała tytuły mistrzyni Europy, a pochodzi ze sportowej rodziny: mama zdobywała medale olimpijskie, a tata był jednym z najlepszych trenerów w Europie w swojej specjalności.

Sport - nie mamy złudzeń - zawsze przeplata się z polityką. Nie ma co narzekać - taka jest rzeczywistość. Jako człowiek sportu trzymam kciuki za każdego ministra w tym resorcie. Za nowego - czy nową - też. Nowemu szefowi resortu sportu i turystyki życzę nowych pomysłów i inicjatyw, ale też jak najwięcej kontynuacji tego dobrego, co zrobił poprzednik, ustępujący minister - i szef: poprzednicy. Bo rządy i ministrowie się zmieniają - to naturalna rzecz w demokracji - ale polski sport zostaje. I jemu trzeba zawsze wiernie służyć - ponad podziałami politycznymi. To nie naiwny idealizm - to konieczność.

RYSZARD CZARNECKI

NA SPORTOWYCH ARENACH

TENIS STOŁOWY

W zaległym meczu 5. kolejki Superligi Dekorglass Działdowo na wyjeździe przegrał 1:3 z Polskim Cukrem Gwiazdą Bydgoszcz. Dzisiaj w Grudziądzu o godz. 18 działdowianie zagrają z Olimpią-Unią.

>>> **Czołówka tabeli:** 1. Dąb Bogoria - 18 pkt/8 meczów; 2. Polski Cukier Gwiazda - 16/7; 3. Polonia Bytom - 13/8; 4. Dojlidy Białystok - 11/6; 5. Dekorglass - 11/6.
• W niedzielę o godz. 13 English Perfect KS AZS UWM Olsztyn (lider I ligi kobiet) podejmie Energe Manekina Toruń (ul. Olecka 3).

FUTSAL W sobotę o godz. 18 w Lubawie 12. kolejka Ekstraklasy niepokonany

Constract podejmie Clearex Chorzów.

>>> **Czołówka tabeli:** 1. Constract - 31; 2. Piast Gliwice - 28; 3. Rekord Bielsko-Biała - 27 (...); 14. Clearex - 6

PIŁKA NOŻNA W 11. kolejce kobiecej Ekstraligi Stomilanki Olsztyn zagrają z APLG Gdańsk (niedziela, g. 12).

>>> **Czołówka tabeli:** 1. Pogoń Szczecin - 26; 2. GKS Katowice - 23; 3. APLG - 17 (...); 12. Stomilanki - 4.



PIŁKA RĘCZNA 8. kolejka I ligi, sobota: Aqua-Instal Jeziorak Iława - Warmia Energa Olsztyn (17), Jedynka KODO Morąg - E.LINK Gwardia Koszalin (18), KPR Gryfino - Szczypiorniak Olsztyn (16), Sambor Latocha Agropom Tczew - USAR Kwidzyn (16), Tytani Wejherowo - Sparta Oborniki (18); niedziela: SMS ZPRP I Kwidzyn - Bodega Grudziądz (15).

• **5. kolejka II ligi, piątek:** Czarni Olecko - SMS ZPRP III Kwidzyn (19); **sobota:** Silvant Elbląg - Krajna Nakło (17), Handball Czersk - SMS ZPRP II Kwidzyn (18), po oddaniu gazety do druku zakończył się mecz BSMS Bartoszyce - Wybrzeże I Gdańsk.

HYRD

FINISZ NIEUDANYCH ELIMINACJI

PIŁKA NOŻNA\\ Od środy do wtorku 24 reprezentacje walczą w eliminacjach o pozostałych 12 miejsc premiowanych awansem do mistrzostw Europy 2024. Wśród nich jest Polska, która dzisiaj potrzebuje zwycięstwa nad Czechami oraz... cudu.

Bezpośredni awans do przyszłorocznego turnieju w Niemczech mają zapewnić gospodarze, którzy byli zwolnieni z eliminacji, natomiast na boisku udział w Euro już wywalczyły: Anglia, Austria, Belgia, Francja, Hiszpania, Portugalia, Szkocja i Turcja. Przepustkę dają dwie pierwsze lokaty w każdej grupie.

Nikt nie wywalczył jeszcze awansu w „polskiej” grupie E, w której prowadzi Albania przed Czechami, Polską i Mołdawią. Szansę na awans stracili jedynie Wyspy Owcze.

Dzisiaj o godz. 18 w Kiszyniowie Mołdawia podejmie Albanię, a o godz. 20.45 Polska zagra w Warszawie z Czechami. Trzy dni później w Ołomuńcu Czesi zmierzą się z Mołdawią, a Albania w Tiranie z Wyspami Oczymi (oba mecze o 20.45).

Niestety, sytuacja tak się ułożyła, że podopieczni Michała Probierza mogą stracić szansę na awans... zanim wybiegną dzisiaj na boisko. Stanie się tak, gdy Mołdawia pokona Albanię - wtedy wynik meczu z Czechami nie będzie już miał dla nas znaczenia. Jeśli jednak dzisiaj wszystko ułoży się po myśli białoczerwonych, wtedy decydujące będzie poniedziałkowe spotkanie Czech z Mołdawią.

Zwycięstwo nad Czechami pozwoli nam zbudować coś na przyszłość - powiedział Robert Lewandowski.

Oczywiście zdajemy sobie sprawę, jak matematycznie wyglądają nasze szanse w grupie (fachowcy obliczyli, że mamy 2,9 procenta szans na bezpośredni awans - red.). Ale podchodzimy do najbliższego meczu jak do spotkania, które przede wszystkim chcemy wygrać i zrobimy wszystko, żeby tak się stało. A co nam to da, okaże się później. Na pewno tą wygraną chcemy wrócić na właściwą ścieżkę i poprawić nasze morale - zakończył Lewandowski, którego zabrakło w kadrze w październiku z powodu kontuzji.

Do ciekawego wniosku doszedł natomiast czeski trener Petr Nemec:

- Mamy w reprezentacji bardzo dobrych piłkarzy, ale nie potrafimy zrobić tak, by w reprezentacji grali tak, jak w swoich klubach. Myślę, że Czechy i Polska mają w tej chwili ten kłopot. No, ale w końcu jesteśmy sąsiadami, więc jakieś podobieństwa muszą być - przyznał ze śmiechem czeski szkoleniowiec.

- Albańczycy zasłużyli na awansie do mistrzostw (trudno sobie wyobrazić, że na zakończenie w Tiranie nie pokonają Wysp Owczych - red.). Mają znakomitych piłkarzy, którzy grają na całym świecie. Nikt u nas się nie spodziewał takiej katastrofy w Tiranie (Czesi przegrali 0:3 - red.). My zagraliśmy tak naprawdę tylko jeden bardzo dobry mecz - pierwszy z Polską (wygrany przez Czechów 3:1 - red.). W pewnym momencie tych eliminacji byliśmy prawie za burtą, ale dzięki Polakom wciąż żyjemy. Wiadomo, że Polska ma ostatnią szansę, bo jak nie wygra, to jest już „pozamiatane”. My natomiast mamy wszystko w swoich rękach i nawet możemy przegrać w Warszawie, bo czeka nas jeszcze mecz z Mołdawią. Natomiast nikt tak nie myśli i nie dzieli tych meczów na ważniejsze i mniej ważne. Polacy też myśleli, że z Mołdawią sobie poradzą, a tylko zremisowali - dodał Nemec.

Zdecydowanie pewny swego jest piłkarz reprezentacji Czech Adam Hložek: - Jedziemy do Polski po trzy punkty, żeby zrobić ten ostatni krok do awansu. Nie chcemy czekać do ostatniego meczu. Polacy mają nowego trenera i pewnie przygotują na nas jakieś niespodzianki. To wciąż świetny zespół, ze znakomitymi piłkarzami, którzy grają w wielkich klubach. Na pewno nasz sztab będzie analizował ich ostatnie występy, żeby przekazać nam stosowne informacje, ale co się będzie działo na boisku, to już będzie zależało od nas, piłkarzy. Przede wszystkim musimy zatrzymać Roberta Lewandowskiego, który jest jednym z najlepszych napastników na świecie - zakończył 21-letni Hložek.



Michał Probierz podczas treningu reprezentacji Polski w Warszawie. Jak widać, selekcjoner jest w formie, ale na boisko dzisiaj raczej nie wybiegnie

Z wielkich faworytów kłopoty w eliminacjach wciąż mają m.in. broniący tytułu Włosi, którzy w grupie C zajmują trzecie miejsce z 10 punktami, sześcioma straty do Anglii, której awansu już nikt nie odbierze. Dzisiaj Italia podejmie w Rzymie Macedonię Północną, której nie pokonała ani razu w ostatnich trzech konfrontacjach!

Jeśli tym razem wygra, wówczas trzy dni później w Leverkusen musi przynajmniej zremisować z Ukrainą. Jeśli jednak zgubi punkty w stolicy Włoch, wtedy to grającym w roli gospodarza na obczyźnie Ukraincom wystarczy remis. Jeśli Włosi nie wywalczą awansu, wówczas ich ostatnią szansą będą dwustopniowe baraże - jest wielce prawdopodobne, że ich pierwszym rywalem mogą być Polacy, jeśli oczywiście też nie zajmą jednego z dwóch czołowych miejsc w grupie. Obie reprezentacje mogą zagrać w barażach dzięki dobrym wynikom w Lidze Narodów. Pierwszeństwo udziału w barażach mają zwycięzcy poszczególnych grup w dywizjach Ligi Narodów (A, B i C), o ile nie wywalczą bezpośredniego awansu z tradycyjnych eliminacji.

Chorwacja, Włochy i Polska to trzy ekipy najwyższej dywizji ostatniej edycji Ligi Narodów, które w tym momencie nie zajmują w swoich grupach pozycji dającej awans. Stawkę tej ścieżki ba-

rażowej uzupełniłaby najlepsza w najniższej dywizji LN Estonia. Schemat dwustopniowych zmagania wyglądałby zatem następująco: Chorwacja - Estonia i Włochy - Polska w półfinałach, których zwycięzcy zmierzyliby się w decydującym starciu. Losowanie potencjalnych gospodarzy finałów odbędzie się 23 listopada, natomiast same baraże zaplanowano na 21 i 26 marca, trzy miesiące przed turniejem finałowym w Niemczech.

• Grupa A, niedziela (20.45): Szkocja - Norwegia, Hiszpania - Gruzja, po oddaniu gazety do druku zakończyły się mecze Gruzja - Szkocja, Cypr - Hiszpania

GRUPA A

1. Hiszpania	15	19:3
2. Szkocja	15	12:3
3. Norwegia*	10	11:9
4. Gruzja	7	9:13
5. Cypr*	0	2:25
* mecz więcej		

• Grupa B, sobota (20.45): Francja - Gibraltar, Holandia - Irlandia; **wtorek (20.45):** Gibraltar - Holandia, Grecja - Francja

GRUPA B

1. Francja	18	13:1
2. Holandia	12	10:7
3. Grecja*	12	12:6
4. Irlandia*	6	9:9
5. Gibraltar	0	0:21
* mecz więcej		

• Grupa C, piątek (20.45): Anglia - Malta, Włochy - Mace-

donia Północna; **poniedziałek (20.45):** Macedonia Północna - Anglia, Ukraina - Włochy

GRUPA C

1. Anglia	16	19:3
2. Ukraina*	13	11:8
3. Włochy	10	11:7
4. Macedonia P.	7	7:14
5. Malta*	0	2:18
* mecz więcej		

• Grupa D, sobota: Armenia - Walia (15), Łotwa - Chorwacja (18); **wtorek (20.45):** Chorwacja - Armenia, Walia - Turcja

GRUPA D

1. Turcja*	16	13:6
2. Walia	10	8:8
3. Chorwacja	10	10:4
4. Armenia	7	8:9
5. Łotwa*	3	5:17
* mecz więcej		

• Grupa E, 17 listopada: Mołdawia - Albania (18), Polska - Czechy (20.45); **20 listopada:** Albania - Wyspy Owcze (20.45), Czechy - Mołdawia (20.45).

Grupa E

1. Albania	13	11:3
2. Czechy	11	8:5
3. Polska*	10	9:9
4. Mołdawia	9	6:6
5. W-y Owcze*	1	2:13
* mecz więcej		

• Grupa F, niedziela (18): Belgia - Azerbejdżan, Szwecja - Estonia; po oddaniu gazety do druku zakończyły się mecze Azerbejdżan - Szwecja, Estonia - Austria

GRUPA F		
1. Belgia*	17	17:4
2. Austria*	16	15:7

3. Szwecja	7	12:9
4. Azerbejdżan	4	4:12
5. Estonia	1	2:18
* mecz więcej		
 • Grupa G, niedziela (15): Węgry - Czarnogóra, Serbia - Bułgaria; po oddaniu gazety do druku zakończyły się mecze Bułgaria - Węgry, Czarnogóra - Litwa		
 GRUPA G		
1. Węgry	14	11:4
2. Serbia*	13	13:7

3. Czarnogóra	8	6:8
4. Litwa*	6	8:12
5. Bułgaria	2	3:10
 • Grupa H, piątek: Kazachstan - San Marino (16), Finlandia - Irlandia Płn. (18), Dania - Słowenia (20.45); poniedziałek (20.45): Irlandia Płn. - Dania, San Marino - Finlandia, Słowenia - Kazachstan		
 GRUPA H		
1. Słowenia	19	17:6
2. Dania	19	17:7

3. Kazachstan	15	12:9
4. Finlandia	12	12:9
5. Irlandia Płn.	6	7:9
6. San Marino	0	1:26
 • Grupa I, sobota: Białoruś - Andora (18), Izrael - Rumunia (20.45), Szwajcaria - Kosowo (20.45); poniedziałek (20.45): Andora - Izrael, Kosowo - Białoruś, Rumunia - Szwajcaria.		
 GRUPA I		
1. Szwajcaria	16	21:9
2. Rumunia	16	13:4

3. Izrael	12	8:9
4. Kosowo	10	9:8
5. Białoruś	6	7:14
6. Andora	2	3:17
 • Grupa J, niedziela (20.45): Bośnia i Hercegowina - Słowacja, Liechtenstein - Luksemburg, Portugalia - Islandia; po oddaniu gazety do druku zakończyły się mecze: Liechtenstein - Portugalia, Luksemburg - Bośnia i Hercegowina, Słowacja - Islandia. HYRD		
 GRUPA J		
1. Portugalia	24	32:2
2. Słowacja	16	11:5

3. Luksemburg	11	8:18
4. Islandia	10	15:10
5. BiH	9	7:14
6. Liechtenstein	0	1:25

LISTY NIE SĄ ZAMKNIĘTE

Do 21 stycznia wybieramy sportowych bohaterów roku. Oto jak wygląda czołówka kilkunastu kategorii sms-owych. Zwycięzcy zatańczą na Balu Sportowca.

Dziesięciu najpopularniejszych sportowców mijającego roku wybierzemy za pomocą głosowania kuponowego (lista kandydatów jest na gazetaolsztynska.pl) i sms-owego.

Poza tym jest kilkanaście kategorii, w których głosujemy tylko sms-owo.

SMS-Y WYSYŁAMY NA NUMER 73601 (3,69 ZŁ BRUTTO), W TREŚĆ WPISUJĄC JEDYNIENIE KOD (SĄ ZAZNACZONE NA CZERWONO). LISTY KANDYDATÓW NIE SĄ ZAMKNIĘTE, JEŚLI WIĘC UZNACIE, ŻE KOGOŚ NA NICH BRAKUJE, NAPISZCIE O TYM NA ADRES SPORT@GAZETA OLSZTYŃSKA.PL.

Głosowanie zakończy się 21 stycznia, a 10 lutego laureaci plebiscytu oraz zwycięzcy wszystkich kategorii sms-owych wezmą udział w Balu Sportowca.

NAJPOPULARNIEJSZY SPORTOWIEC WOJEWÓDZTWA

1. Daniel Gołębiowski (kettle, GIRIA Kętrzyn) **go.nsw.25**
2. Karol Prawdzik (trójbój siłowy, KPP Gołdap) **go.nsw.68**
3. Konrad Bukowiecki (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.nsw.8**
4. Mikołaj Borkowski (tenis, KT Jakubowo Olsztyn) **go.nsw.7**
5. Anastazja Kuś (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.nsw.53**
- 6-9. Karol Żwir (piłka nożna, Stomil Olsztyn) **go.nsw.91**, Olaf Płatek (sumo, Shamo Etł) **go.nsw.67**, Rafał Kot (biegi ekstremalne, Szczytno) **go.nsw.47**, Wiktoria Cichocka (trójbój siłowy, Progress House Etł) **go.nsw.10**
10. Jakub Gołak (trójbój siłowy, Progress House Etł) **go.nsw.24**

BIEGACZ ROKU

1. Roman Chodara (Runners Team Kętrzyn) **go.br.5**
2. Anna Lingo-Napiwodzka (Urwis Biega, Dywity) **go.br.22**
3. Marcin Radziewicz (Kętrzyńska Akademia Triathlonu, Garbno) **go.br.33**
4. Sebastian Kubicki (Kuropatwa Team, Olsztyn) **go.br.20**
5. Daria Mitrega (Pszczółkowski Team, Olsztyn) **go.br.26**



Fot. Zbigniew Woźniak

Roman Chodara (z lewej) prowadzi w głosowaniu na Biegacza Roku, natomiast Maciej Wyszyński jest liderem w kategorii Najpopularniejszy Instruktor/Trener Personalny

SPORTOWY TALENT ROKU

1. Kornelia Piekarska (taekwondo, Wikingowie Pisz/Orzysz) **go.str.50**
2. Bartosz Kapała (pływanie, Kormoran Olsztyn) **go.str.22**
3. Antoni Kołodziejcki (brazylijskie jiu jitsu, Rio jits & Gym Olsztyn) **go.str.71**

NAJPOPULARNIEJSZY CLUB FITNESS/SIŁOWNIA

1. Power Gym – Siłownia, Fitness Club Mrągowo **go.fit.31**
2. Klub CrossBoxFit, Kętrzyn **go.fit.21**
3. Fitnesska Studio Tańca i Formy, Olsztyn **go.fit.12**

LIDERZY INNYCH

KATEGORII SMS-OWYCH

- PIŁKARZ ROKU: Radosław Lewicki (Radomniak Radomno) **go.plr.26**
- SPORTOWE WYDARZENIE ROKU: III lekkoatletyczny Memoriał Zbigniewa Ludwichowskiego w Olsztynie **go.swr.1**
- SPORTOWIEC BEZ BARIER: Dawid Ostasz (koszykówka na wózkach, Pirat Olsztyn) **go.sbb.19**
- NAJPOPULARNIEJSZY SPORTOWIEC POWIATU OLSZTYŃSKIEGO: Mikołaj Kania (sporty walki, Egida Biskupiec) **go.spo.7**
- KLUB ROKU: Jedynka KODO Morąg **go.klr.57**
- NAJPOPULARNIEJSZY INSTRUKTOR/TRENER PERSONALNY: Maciej Wyszyński (CrossBoxFit Kętrzyn) **go.ins.34**
- NAJPOPULARNIEJSZY SPORTOWIEC OLSZTYNA: Anastazja Kuś (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.nso.23**
- NAJPOPULARNIEJSZA STADNINA: Maltanka **go.nst.9**

BIEGACZ ROKU

- LISTA KANDYDATÓW

- Damian Błaut (Run Goku Team, Ostróda) **go.br.1**
Krzysztof Brągiel (Krzysio Team Olsztyn) **go.br.2**
Beata Bukowska-Ptak (Sparta Biskupiec) **go.br.3**
Radosław Bystrzycki (Pszczółkowski Team, Dobrze Miasto) **go.br.4**
Roman Chodara (Runners Team Kętrzyn) **go.br.5**
Magdalena Ciszewska (Sportowa Lubawa) **go.br.6**
Joanna Fiedorowicz (Sklep Biegacza Running Team, Olsztyn) **go.br.7**
Przemysław Flaga (Urwis Biega Olsztyn) **go.br.8**
Dariusz Grzebski (Nidzica Biega) **go.br.9**
Agnieszka Humen (Konrad Nosarzewski-Badania Dieta Trening, Biskupiec) **go.br.10**
Monika Jacyszyn (Lekkoatletyka dla najmłodszych, Olsztyn) **go.br.11**
Renata Jeger (Sklep Biegacza, Olsztyn) **go.br.12**
Teresa Kamińska (Czort Team, Olsztyn) **go.br.13**
Lidia Kołomańska (Urwis Biega, Dywity) **go.br.14**
Sandra Kopiczko (Giżycko) **go.br.15**
Rafał Kot (Szczytno) **go.br.16**
Janusz Kosowski (AKM Olsztyn) **go.br.17**
Aleksandra Królak (Króliki Run/Sokół Węgorzewo) **go.br.18**
Bogumił Krupiński (CWCR/Departament Biegów, Olsztyn) **go.br.19**
Sebastian Kubicki (Kuropatwa Team, Olsztyn) **go.br.20**
Wiktor Kujawa (AZS UWM Olsztyn) **go.br.21**
Anna Lingo-Napiwodzka (Urwis Biega, Dywity) **go.br.22**

Norbert Marczuk (Węgorzewo)

- go.br.23**
Danuta Mikielska (Olsztynek) **go.br.24**
Daniel Mikielski (Olsztynek) **go.br.25**
Daria Mitrega (Pszczółkowski Team, Olsztyn) **go.br.26**
Paweł Najmowicz (AZS UWM Olsztyn) **go.br.27**
Adam Ochlik (Polonia Pastęk) **go.br.28**
Dawid Osicki (Katalpa Lubawa) **go.br.29**
Bartłomiej Osior (Wydminy) **go.br.30**
Adrian Przybyła (Run Goku Team, Iława) **go.br.31**
Paweł Pszczółkowski (Pszczółkowski Team Olsztyn) **go.br.32**
Marcin Radziewicz (Kętrzyńska Akademia Triathlonu, Garbno) **go.br.33**
Paula Sadowska (Olsztyn) **go.br.34**
Cezary Sak (Drużyna KTMŁ) **go.br.35**
Szymon Sawicki (Kuropatwa Team, Olsztyn) **go.br.36**
Elżbieta Siergiej (Tygrysy Run Team Orzysz) **go.br.37**
Dariusz Skoneczny (Urwis Biega, Olsztyn) **go.br.38**
Rafał Syczew (Mrągowo) **go.br.39**
Wioleta Szlaszyńska (Gołdap-trail) **go.br.40**
Justyna Rzep (Fundacja Drużyna ML) **go.br.41**
Magdalena Trzeciak (Run Goku Team, Olsztyn) **go.br.42**
Agnieszka Tyborowska (Urwis Biega, Olsztyn) **go.br.43**
Julia Twardowska (AZS UWM Olsztyn) **go.br.44**
Piotr Zienkiewicz (Gimpas Pastęk, Młynary) **go.br.45**
Katarzyna Zubowicz (Wydminy) **go.br.46**

63

PLEBISCYT

NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

GŁOSUJĘ NA:

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....
- 9.....
- 10.....

Pełna lista kandydatów dostępna na <https://gazetaolsztynska.pl/sport/plebiscyt>. Kupon należy dostarczyć do 21 stycznia 2024 r. na adres: Grupa WM Sp. z o.o., 10-364 Olsztyn, ul. Tracka 5, z dopiskiem „Plebiscyt”.

Imię i nazwisko

Adres

Tel. Email:

Oświadczam, że zapoznałem się i akceptuję regulamin plebiscytu, który jest dostępny w siedzibie spółki i na stronie internetowej <https://gazetaolsztynska.pl/sport/plebiscyt>.

Administratorem danych osobowych podanych na kuponie jest Grupa WM Sp. z o.o. z siedzibą w Olsztynie przy ul. Trackiej 5. Podane dane będą przetwarzane wyłącznie w celu przeprowadzenia plebiscytu. Uczestnikom przysługuje prawo dostępu do treści swoich danych oraz ich poprawiania. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, lecz niezbędne do przeprowadzenia plebiscytu.

Data i podpis

☐ Wyrażam dobrowolną zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celach marketingowych realizowanych przez Grupę WM Sp. z o.o.

☐ Wyrażam dobrowolną zgodę na otrzymywanie od Grupy WM Sp. z o.o. informacji handlowych drogą elektroniczną na podany adres poczty e-mail i numer telefonu.

Wyrażenie powyższych zgód jest dobrowolne.

Data

Podpis

GAZETA OLSZTYŃSKA
DZIENNIK ELBLĄSKI

BAL SPORTU
I BIZNESU
2024



SPORT.wm.pl

PIĄTEK-NIEDZIELA 17-19.11.2023

BENIAMINEK POKAZAŁ PAZURY

SIATKÓWKA W środę w Iławie Indykpol AZS w czterech setach ograł częstochowskiego beniaminka, ale w sobotę poprzeczka zawiśnie zdecydowanie wyżej, bowiem w Rzeszowie olsztynianie zagrają z mającą mocarstwowe ambicje (i spory budżet) Resovią.

• Indykpol AZS Olsztyn
– Exact Systems Hemarpol
Częstochowa 3:1 (21:25,
27:25, 25:21, 26:24)

INDYKPOL AZS: Tuaniga (1), Souza (22), Karlitzek (20), Jakubiszak (12), Sapiński (10), Janikowski (8), Hawryluk (libero) oraz Jankiewicz, Siwczyk, Majchrzak (1), Armoa, Szymendera
MVP: Moritz Karlitzek

Faworytem byli olsztynianie, tym bardziej że do gry miał powrócić Nicolas Szerszeń, który doznał kontuzji w inauguracyjnym sezonie meczu z Wartą. Ostatecznie Szerszeń na boisku się nie pojawił, ale prowadzeni przez Javiera Webera siatkarze Indykpolu AZS i tak zdobyli komplet punktów, chociaż zaczęli od przegranej pierwszego seta.

Ambitny beniaminek, wygrywając 6 listopada w Kędzierzynie-Koźlu (3:1), już pokazał, że na wyjeździe ręce ze strachu mu nie drżą, i tak też było w Iławie.

Początek pierwszego seta był wyrównany, ale po udanej akcji Karlitzka olsztynianie objęli prowadzenie 10:8. Niestety, na krótko, bo zaraz blokiem popisał się Dulski, a Sobański dołożył asa. Częstochowianie wygrywali więc 13:12, a po chwili 18:14. No i tej straty gospodarze już nie byli w stanie odrobić.

Druga partia dostarczyła zdecydowanie więcej emocji. Wynik wciąż się kręcił wokół remisu, a wkońcówce oba zespoły postawiły na mocną zagrywkę (asy Janikowskiego, Borkowskiego i Majchrzaka). Ostatecznie „kropkę nad i” z przechodzącej piłki postawił Janikowski.

W trzecim secie olsztynianie poszli za ciosem (6:3), lecz goście natychmiast odpowiedzieli pięknym za nadobne (7:7, 11:11, 14:14), ale wkońcówce tym razem



Po trzecim w tym sezonie zwycięstwie Indykpol AZS Olsztyn awansował na dziewiąte miejsce

Souza popisał się asową zagrywką, natomiast decydujący punkt zdobył Jakubiszak.

Jeśli w tym momencie ktoś pomyślał, że nieopierzony plusligowiec teraz spuści głowę i ręce w oczekiwaniu na wyrok, ten się srodze pomylił. Co prawda olsztynianie wygrywali 5:3 (trzy udane bloki), ale potem

potem było 9:9, a po asie Sobańskiego goście prowadzili 13:12. Punkty z zagrywki zdobyli jeszcze Keturakis, Karlitzek i Dulski, lecz ostatecznie słowo należało do Indykpolu AZS, a konkretnie do Janikowskiego, który zdobył decydujący punkt.

- Był to bardzo ciężki mecz, bo rywale pokazali kapitalną siatkówkę. Rzy-

kowali, ponieważ nie mieli nic do stracenia. My pokonaliśmy nasze słabości i cieszę się, że udało nam się wygrać – powiedział po meczu Kuba Hawryluk.

- Wielu kibiców pewnie spodziewało się gładkiego, zwycięstwa, jednak warto zauważyć, że Częstochowa nie grała źle – ocenił z kolei Tomasz Jankowski, prezes

olsztyńskich siatkarzy. - Szczególnie dobrze wypadli Dulski i Kogut (zdobyli odpowiednio 28 i 13 punktów - red.). My natomiast nie zachwyciliśmy, ale najważniejsze, że wygraliśmy, bo o stylu za miesiąc już nikt nie będzie pamiętał.

Bez wątpienia nasz trener „dźwignął temat”, bo robił dobre zmiany w odpowiednich momentach, a poza tym niekiedy mieliśmy też pewnie trochę szczęścia.

Szerszeń nie zagrał, chociaż mógł, bo jest zdrowy, ale taka była decyzja sztabu szkoleniowego. Jednak w Rzeszowie pewnie już go zobaczymy, jeśli tak zdecyduje trener Weber – zakończył prezes Jankowski.

Sobotni mecz w Rzeszowie rozpocznie się o godz. 14.45 (transmisja w Polsacie Sport i Radiu UWM FM), natomiast 27 listopada w Iławie olsztynianie zagrają z GKS Katowice (godz. 17:30).

Kilka dni temu pojawiła się informacja, która może mieć olbrzymi wpływ na rozwój olsztyńskiej siatkówki. Otóż firma Drosed, należąca do francuskiego holdingu LDC, chce kupić grupę Indykpol. W tej sprawie już nawet podpisano warunkową umowę sprzedaży. Kontrakt zostanie zrealizowany, gdy zgodę wyrazi Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów. Według fachowców, nowy właściciel oznacza dla firmy Indykpol nowy potencjał technologiczny oraz nowoczesne rozwiązania. Nie wiadomo natomiast, jaki będzie jego stosunek do sponsorowania lokalnego sportu. Jeśli nie będzie tym zainteresowany, wtedy nad olsztyńską siatkówką zavisną czarne chmury, bo AZS straci swego głównego sponsora.

• **Inne wyniki 6. kolejki:** Skra Bełchatów - Trefl Gdańsk 1:3 (24:26, 26:28, 25:20, 16:25), Projekt Warszawa - LUK

Lublin 3:2 (27:25, 20:25, 23:25, 25:16, 15:12), ZAKSA Kędzierzyn-Koźle - GKS Katowice 3:1 (28:26, 25:15, 21:25, 25:23), Stal Nysa - Asseco Resovia Rzeszów 2:3 (24:26, 25:22, 25:21, 17:25, 11:15), po oddaniu gazety do druku zakończyły się mecze Ślepsk Małow Suwałki - Cuprum Lubin, Aluron Warta Zawiercie - Barkom Lwów i Jastrzębski Węgiel - Enea Czarni Radom.

• **7. kolejka, sobota:** Resovia - Indykpol AZS (14.45), Trefl - Projekt (17.30), Norwid - Skra (20.30); **niedziela:** Czarni - ZAKSA (14.45), Barkom - Jastrzębski (17.30), Katowice Stal (20.30); **poniedziałek:** Cuprum - Warta (17.30), LUK - Ślepsk (20.30).

PLUSLIGA

1. Projekt	17	18:4
2. Trefl	16	17:5
3. Jastrzębski*	15	15:3
4. LUK	12	16:11
5. ZAKSA	11	13:10
6. Resovia	10	14:10
7. Warta*	9	12:8
8. Ślepsk*	9	10:7
9. Indykpol AZS*	8	10:10
10. Stal	7	11:15
11. Barkom*	5	7:12
12. Cuprum*	5	7:12
13. Skra*	4	9:13
14. Norwid	3	5:16
15. Katowice	1	4:18
16. Czarni*	0	1:15

* mecz mniej

* W przyszłym sezonie rozgrywki Plusligi rozpoczyna się już we wrześniu (w tym roku pierwszą kolejkę rozegrano 20 października). Nadal jednak nie wiadomo, ile zespołów po sezonie 2024/25 spadnie. Obecnie na stole są dwie propozycje: albo automatycznie spadną trzy kluby, albo tylko ostatni, natomiast dwaj pozostali spadkowicze zostaną wyłonieni po rywalizacji między czterema kolejnymi najsłabszymi ekipami. Od sezonu 2025/26 w PlusLidze ma występować tylko 14 drużyn.

HYRD

LISTOPAD 2023



NASZ

DOM



W JAKI SPOSÓB MOŻNA ZAO SZCZĘDZIĆ?

czytaj na str. 3

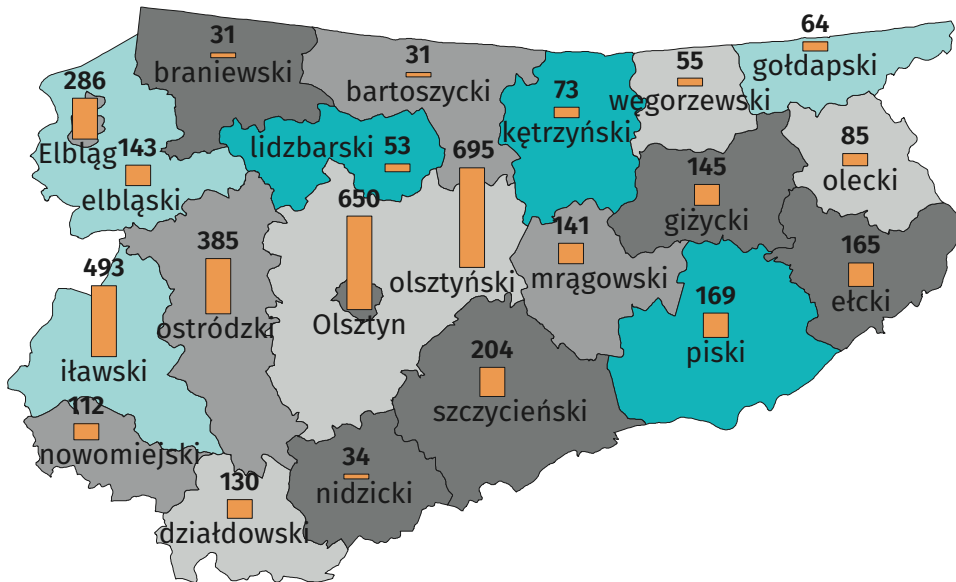
MAPA OLSZTYŃSKICH INWESTYCJI MIESZKANIOWYCH

STR. 4-5

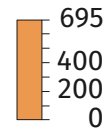
KUCHNIA W STYLU TOTAL LOOK!

STR. 6

Mieszkania oddane do użytkowania w województwie warmińsko-mazurskim w okresie styczeń–wrzesień 2023 r.

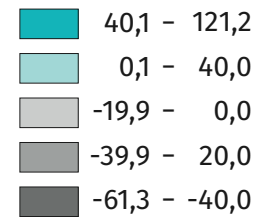


Mieszkania oddane do użytkowania



Warmińsko-mazurskie = 4 144
Polska = 161 308

Zmiana w porównaniu z analogicznym okresem 2022 r. (%)



Warmińsko-mazurskie = -25,8
Polska = -3,4

W okresie styczeń–wrzesień 2023 r. w województwie oddano do użytkowania 4 144 mieszkania, tj. o 1 440 (o 25,8%) mniej niż w takim samym okresie poprzedniego roku.

Najwięcej mieszkań przekazano do użytkowania w powiecie olsztyńskim, Olsztynie i iławskim. Najmniej mieszkań oddano w powiecie braniewskim, bartoszyckim i nidzickim.

Źródło: Dane Urzędu Statystycznego w Olsztynie

REKLAMA



OSIEDLE
BULWAR

575 304 306

sprzedaz@angodevelopment.pl

ANGO
DEVELOPMENT

W JAKI SPOSÓB MOŻNA ZAOSZCZĘDZIĆ?

I CZY OZE JEST RZECZYWIŚCIE OPŁACALNE?

AŻ 49,2 PROC. MAŁYCH I ŚREDNICH PRZEDSIĘBIORSTW JEST ZDANIA, ŻE NAJWIĘKSZE WYZWANIE W PROWADZENIU DZIAŁALNOŚCI GOSPODARCZEJ STANOWIĄ ROSNĄCE KOSZTY ENERGII I GAZU[1]. Z PODOBNYM KŁOPOTEM BORYKAJĄ SIĘ FIRMY Z BRANŻY SPOŻYWCZO-PRZEMYSŁOWEJ, KTÓRA JEST ENERGOCHŁONNA. ABY CIĄĆ KOSZTY, PRZEDSIĘBIORSTWA POSZUKUJĄ NOWYCH ROZWIĄZAŃ. CORAZ WIĘCEJ FIRM WYBIERA ALTERNATYWNE ŹRÓDŁA ENERGII TAKIE, JAK FOTOWOLTAIKA CZY POMPY CIEPŁA. W JAKI SPOSÓB MOŻNA ZAOSZCZĘDZIĆ? I CZY OZE JEST RZECZYWIŚCIE OPŁACALNE?

Z najnowszych danych rynkowych wynika, że to właśnie koszty energii i gazu są najbardziej uciążliwe dla polskich przedsiębiorstw. Te na kolejnych miejscach firmy wskazały podwyżki składek ZUS (29,6 proc.), a także wzrost płacy minimalnej (25,6 proc.). A jakie są największe problemy, które występują wśród przedsiębiorstw w branży spożywczo-przemysłowej? To przede wszystkim hamujący popyt krajowy, nasilające się ograniczenia surowcowe, a także niekorzystne dla przetwórców relacje cen. Kolejnym wyzwaniem są drożące surowce. Bank of America prognozuje, że o 25 proc. może zdrożeć aluminium, o 13 proc. ropa, a gaz o 41 proc. Mając na uwadze koszty, polskie firmy poszukują rozwiązań, jak je redukować. Z pomocą przychodzą odnawialne źródła energii.

Jak zaoszczędzić na energii? Postaw na farmę fotowoltaiczną

W naszym kraju funkcjonują obecnie 3404 farmy fotowoltaiczne o łącznej mocy 3356 MW – wynika z najnowszego raportu Instytutu Energii Odnawialnej „Rynek fotowoltaiki w Polsce”. W 2022 roku odnotowano w tym sektorze rekord przyrostu mocy fotowoltaicznych wynoszący 2,04 GW, w tym 0,347 GW w dużych farmach. Co to oznacza? Iż firmy coraz chętniej inwestują w ekologiczne rozwiązania.

– Jeden ze sposobów wpływu na cenę energii

to wybudowanie własnej farmy fotowoltaicznej – mówi Adrian Wachelka z firmy INERGIS. – Do zadania można podejść w różny sposób. Firmy zakładają fotowoltaikę na dachu zakładu albo na gruncie. Do tego dobudowują magazyn energii. To rozwiązanie pomaga im zaoszczędzić pieniądze i ciąć koszty a jednocześnie budować pozytywny, zielony wizerunek ich produktów. Przedsiębiorstwa mogą także wybudować farmę fotowoltaiczną i sprzedawać energię dla samych siebie w oparciu o umowę PPA, czyli Power Purchase Agreement. To umowa między dwiema stronami, zazwyczaj między producentem energii elektrycznej a klientem. Dokument szczegółowo określa wszystkie warunki działalności związanej z energią elektryczną: ilość energii elektrycznej do dostarczenia, wynegocjowane ceny, sposób księgowania i kary za nieprzestrzeganie umowy.

A co jeśli nie mamy wystarczającej powierzchni na budowę farmy fotowoltaicznej?

W przypadku, gdy firma potrzebuje znacznych ilości energii, na przykład na poziomie 1200 megawatogodzin rocznie lub więcej, wówczas powierzchnia dachu lub gruntu potrzebna do montażu instalacji fotowoltaicznej o odpowiedniej mocy powinna wynosić co najmniej 1,6 hektara lub 1600 metrów kwadratowych. Z reguły w polskich warunkach pogodowych farma o mocy



zainstalowanej 1 MW produkuje rocznie 1 200 MWh energii elektrycznej.

Nie każde przedsiębiorstwo ma taką powierzchnię pod zabudowę, dlatego można skorzystać z nowych zmian w przepisach.

– Do realizacji takiego zadania można kupić gotowy projekt farmy fotowoltaicznej o mocy 1 MW lub więcej. Po wybudowaniu takiej farmy fotowoltaicznej w oparciu o umowę PPA można sprzedawać prąd do swojej fabryki. Przy takiej konstrukcji zapłacimy jedynie prowizję do Spółki Obrotu Energią oraz opłatę dystrybucyjną. Im bliżej będzie wybudowana taka farma fotowoltaiczna od zakładu produkcyjnego, tym mniejsza może być opłata dystrybucyjna – wyjaśnia Adrian Wachelka z INERGIS.

Ekspert jest zdania, że coraz więcej firm będzie inwestowało w odnawialne źródła energii – nie tylko tych z branży spożywczo-przemysłowej. Potwierdzają to dane. Z analiz IEO przeprowadzonych wśród przedsiębiorców wynika, że firmy 60 proc. firm planuje rozwój w obszarze OZE. Posiadanie własnej farmy fotowoltaicznej zapewnia nie tylko oszczędności, ale także niezależność energetyczną, która jest kluczowa w branży spożywczo-przemysłowej i zapewnia ciągłość produkcji.

1

IPPON BARCZA SP. Z O.O.

- a Osiedle Aurora, ul. Barcza 50 IV etap inwestycji, ostatnie 12 mieszkań o pow. od 64 do 115mkw.
- b Osiedle Tempo ul. Sikorskiego/ Wilczyńskiego mieszkania o pow. do 27 do 68 mkw.; 3 budynki 267 mieszkań
- c Osiedle Synergia ul. Kanta, 90 mieszkań pow. od 31 do 80 mkw.
- d Osiedle Slow, Gutkowo, ul. Kordeckiego, 8 budynków 285 mieszkań, pow. od 35 do 70 mkw.

2

ANGO DEVELOPMENT W OLSZTYNIE

- a Domy w zabudowie bliźniaczej ul. Morenowa pow. od 155 mkw.
- b Osiedle Bulwar ul. Bartąska mieszkania od 33 do 68 mkw.

3

ROMBUD WPB SP. Z O.O.

- a Villa Symfonia, ul. Kętrzyńskiego 8A, mieszkania od 36 do 93
- b Tuwima Park - mieszkanie 72 mkw

4

GRUPA DEVELOPERSKA MAK-DOM HOLDING SA

- a Na Skarpie, ul. 15 Dywizji/Artyleryjska Mieszkania od 29 do 58 mkw.
- b Osiedle Magnolia II, ul. Bilitewskiego

5

NOWE ZATORZE INWESTYCJE SP. Z O.O.

Nowe Zatorze, ul. Zientary-Malewskiej (vis a vis Agapitu) mieszkania od 55 do 64,6 mkw.

6

IŁAWSKIE PRZEDSIĘBIORSTWO BUDOWLANE IPB SP. Z O.O.

Inwestycja HARMONIA ul. Bydgoska mieszkania od 41 do 70 mkw.

7

D.DOM SP. Z O.O.

- a Warmiński Port, Olsztyn, ul. Bałtycka 91, 4 budynki apartamentowe, mieszkania od 26 do 107 mkw. balkony, tarasy, ogródki
- b Słoneczne Barczewo, Barczewo, os. Słoneczne 3a, mieszkania od 41 do 70 mkw. balkony, tarasy
- c Grzegorzewska, ul. M. Grzegorzewskiej, 37 apartamentów o pow. od 37 do 77 mkw.

8

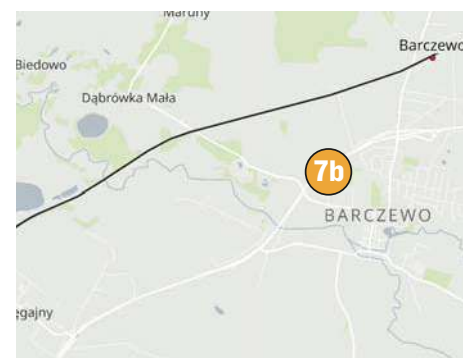
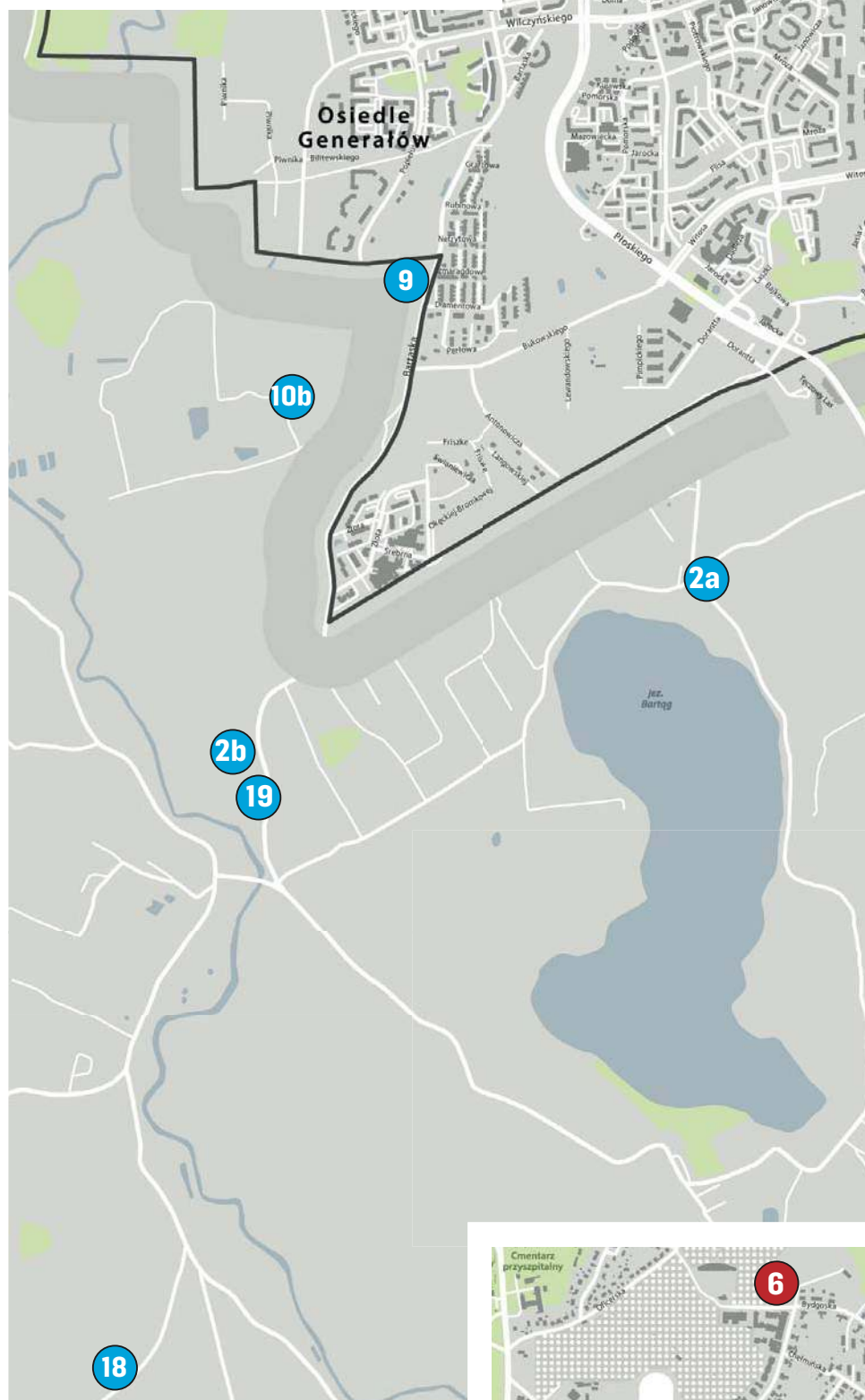
PBO EKOBUK SP. Z O.O.

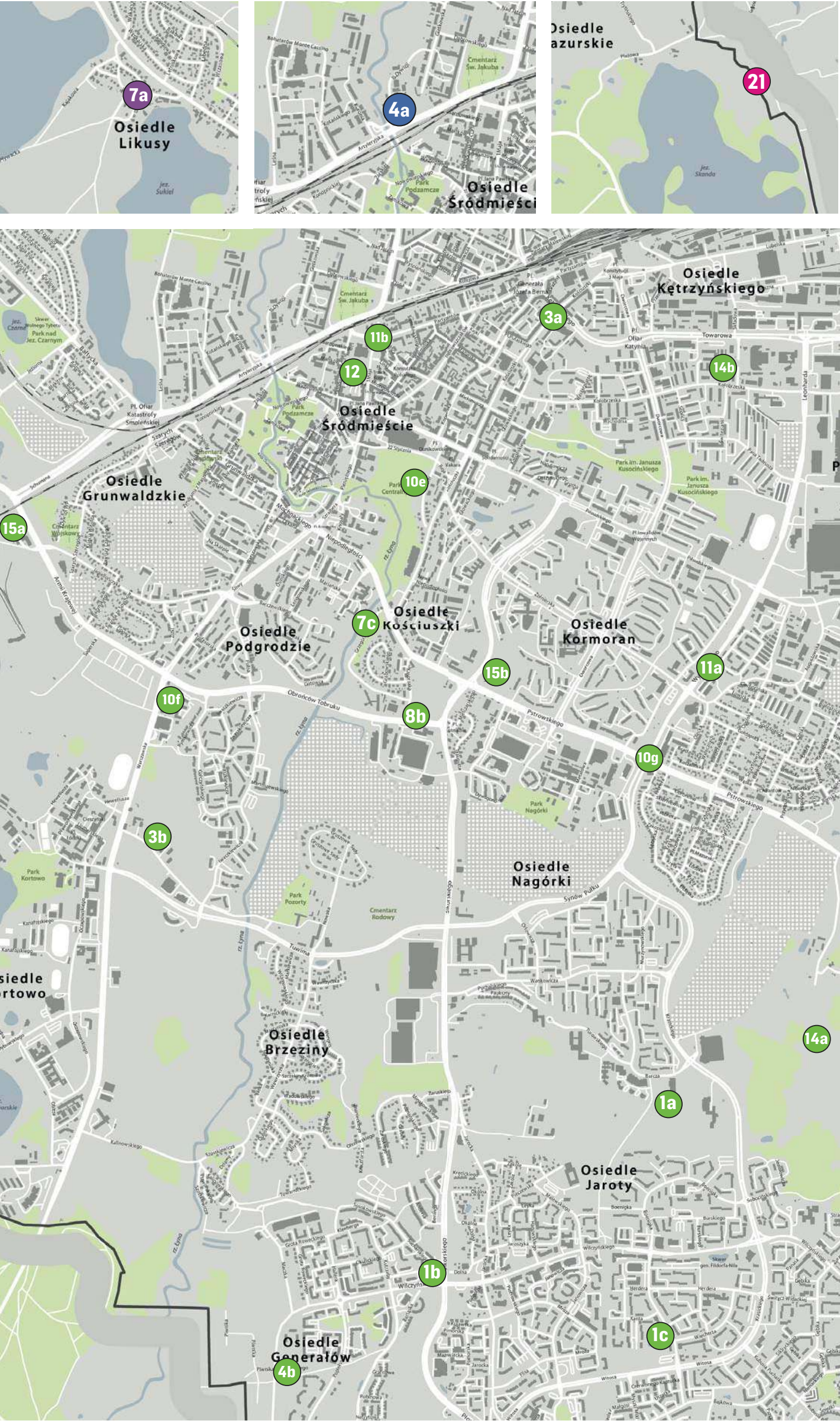
- a Osiedle QUATRO, ul. Poprzeczna mieszkania od 40 do 70 mkw.
- b Inwestycja Gutkowo ul. Sokola, mieszkania od 40 do 65 mkw.

9

MAS-BUD STAWARCZYK SPÓŁKA JAWNA

Horyzont Jaroty, kolejny etap, mieszkania od 25 do 79 mkw.





- 10 ARBET**
- a** Osiedle Leśna III etap ul. Leśna – budynek IIIA i IIIB - mieszkania pow. od 65 mkw.
 - b** Osiedle Bartąg ul. Zachodnia - budynek B17 – ostatni budynek na osiedlu – mieszkanie pow. 65 mkw.
 - c** Osiedle Sterowców ul. płk. Franciszka Hynka mieszkania – budynek S12 – 40 mkw., budynek S18 – od 39 do 53 mkw.
 - d** Osiedle LUDOVA ul. Ludowa w Biskupcu – nowe osiedle – budynek BS2 – od 39 – 58 mkw.
 - e** Plater House ul. Emilii Plater – 72 apartamenty, od 49 do 120 mkw.
 - f** W99 - al. Warszawska – budynek W99 – mieszkania od 33 do 81 mkw.
 - g** Pstrowskiego/Wyszyńskiego – planowane
- 11 NOVDOM**
- a** BIANCO – ul. Wyszyńskiego, mieszkania od 27 do 88 mkw.
 - b** Apartamenty MACADAMIA – ul. Partyzantów/1Maja, powierzchnia od 43 do 106 mkw..
- 12 DEWELOPER EURO-BUILD SP. Z O. O. SP. K.**
- Apartamenty Wyzwolenia, ul. Wyzwolenia 6 mieszkania i apartamenty od 30 do 125 mkw. - możliwość rezerwacji
- 13 STE CAPITAL SP. Z O.O.**
- a** Osiedle Szmaragdowa – Gutkowo, domy w zabudowie bliźniaczej pow. użytkowa 82 mkw.
 - b** Sunset Naterki – Naterki domy w zabudowie bliźniaczej pow. użytkowa 82 mkw.
- 14 PIECZEWO SP. Z O.O.**
- a** Osiedle Premium, ul. M. Dąbrowskiej 11, za Carrefour, mieszkania od 58 mkw. do 72 mkw.
 - b** ul. Kołobrzeska 36B, mieszkania od 64 mkw. do 84 mkw.
- 15 BUDLEX SP. Z O.O.**
- a** Osiedle Jezioraj, ul. Jagiellończyka mieszkania od 26 do 142 mkw. + lokale usługowe 93 – 125mkw.
 - b** Osiedle Panorama, ul. Pstrowskiego mieszkania od 40 mkw. do 110 mkw.
- 16 PM DEVELOPMENT**
- Osiedle Ostoja, ul. Jarocka 21 mieszkania od 55 mkw. do 65,12 mkw. (z możliwością łączenia).
- 17 WENGLORZ REALIZACJE SP. Z O.O.,**
- Osiedle Kormorana etap 2. Powierzchnia 100,06 mkw. Domy z ogródkami.
- 18 TREEHOUSE NIERUCHOMOŚCI**
- Osiedle Premium „Zielona Ostoja”, Bartąg ul. Łańska. Domy w zabudowie bliźniaczej - 20 lokali (10 domów) Pow. 157 mkw
- 19 ZAKĄTEK BARTĄG SP. Z O.O.**
- Osiedle Zakątek Bartąg, lokale mieszkalne o pow. 60-107 mkw. z przynależnymi ogrodami i terenem rekreacyjnym
- 20 GOMIKO DEVELOPMENT**
- Osiedle Harmonia Park Etap 2, Różnowo, domy w zabudowie szeregowej o pow. użytkowej 80,5 mkw
- 21 OSIEDLE PLAŻOWA SP. Z O.O.**
- Osiedle Plażowa, Szczesne, domy w zabudowie bliźniaczej o pow. 85,5 mkw. z własnymi ogrodami, plażą i terenem wspólnym

KUCHNIA W STYLU TOTAL LOOK!

CHOCIAŻ KOJARZY SIĘ GŁÓWNIEM Z CIEPŁEM I PRZYTUŁNOŚCIĄ, KUCHNIA W KOLORACH DREWNA MOŻE BYĆ NOWOCZESNA. SCENERIĘ KUCHENNYCH WNĘTRZ DODATKOWO STYLOWO ZBUDUJE SZKŁO I ŚWIATŁO. WARTO POŁĄCZYĆ TE DWA DEKORACYJNE ELEMENTY, PONIEWAŻ FANTASTYCZNIE UPIĘKSZĄ DREWNIANĄ ZABUDOWĘ MEBLOWĄ.

Uniwersalne i ponadczasowe

Z pozoru nudnej formy ograniczonej do jednego dekoru można wyczarować zjawiskowe stylizacje — wystarczy wybrać atrakcyjny rysunek drewna. Bo przepis na modną, piękną i ponadczasową zabudowę meblową zamknięty jest w słowie „drewno”.

Dekory drewna w wyjątkowy sposób łączą subtelność elegancji i wrażenie przytulności z uniwersalnym charakterem, stając się główną ozdobą wnętrza. Niezależnie od trendów wyznaczanych przez designerów, podpowiadających najmodniejsze kolory, które powinny zagościć w naszych kuchniach, drewno zawsze będzie idealnym wyborem. Dlaczego? Ponieważ to

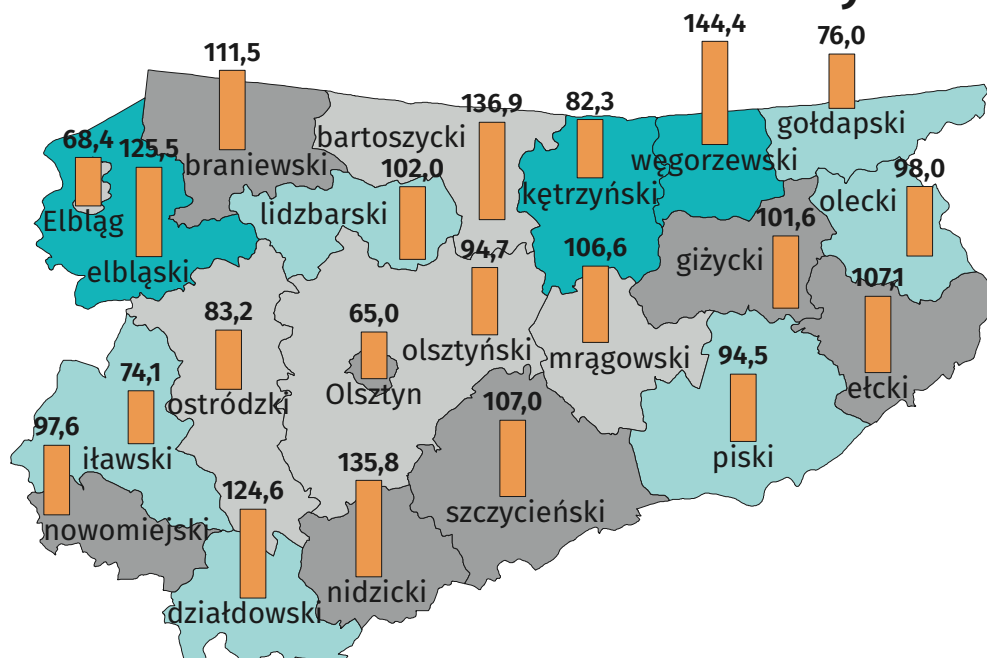
właśnie dekory drewna w niezliczonych interpretacjach, tonacji i stylizacjach dają najwięcej możliwości aranżacyjnych. Siła drewna tkwi w naturalnym uroku i niesamowitym „ładunku” ciepła, który łagodzi nawet surową atmosferę typową dla wnętrz minimalistycznych.

Kuchnia w kolorach drewna w pierwszym skojarzeniu przywołuje wnętrza w stylu rustykalnym lub klasycznym, ale taki drewniany „total look” pasuje także do zabudowy meblowej utrzymanej w bardziej nowoczesnej stylistyce. Drewno jest uniwersalne i ponadczasowe, a do tego niesamowicie plastyczne. Jego urok kryje się w wyjątkowej strukturze, charakterystycznym rysunku usłojenia oraz niepowtarzalności, dlatego ostateczny efekt zale-

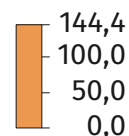


STATYSTYKI

Powierzchnia użytkowa mieszkań oddanych do użytkowania w okresie styczeń–wrzesień 2023 r.

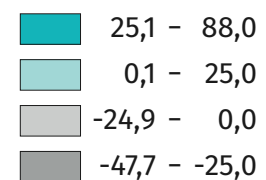


Przeciętna powierzchnia użytkowa 1 mieszkania (m²)



Warmińsko-mazurskie = 89,6
Polska = 91,6

Zmiana ogólnej powierzchni użytkowej w porównaniu z analogicznym okresem 2022 r. (%)



Warmińsko-mazurskie = -20,3
Polska = -5,4

W okresie styczeń–wrzesień 2023 r. przeciętna powierzchnia użytkowa mieszkania oddanego do użytkowania w województwie warmińsko-mazurskim wyniosła 89,6 m² i była o 6,1 m² większa niż w takim samym okresie poprzedniego roku.

Mieszkania o największej przeciętnej powierzchni użytkowej powstały w powiecie węgorzewskim.

Najmniejsze mieszkania wybudowano w Olsztynie i Elblągu.

Ogólna powierzchnia użytkowa mieszkań oddanych do użytkowania była o 20,3% mniejsza niż w takim samym okresie poprzedniego roku.

Źródło: Dane Urzędu Statystycznego w Olsztynie



Fot. KAM

ży od wybranego dekoru. Estetykę kuchni możemy kształtować również przy pomocy dodatkowych elementów dekoracyjnych i tła całej aranżacji, na jakie się zdecydujemy.

Czy zabudowa meblowa utrzymana w całości w drewnie nie będzie zbyt monotonna? Kolorystyczna dyscyplina mebli ograniczona do jednego dekoru wcale nie oznacza, że będą one monochromatyczne. To zasługa specyfiki drewna, za sprawą której na powierzchni mebli przenikają się jasne i ciemne odcienie, ze zdominowanymi je słojami, charakterystycznymi pęknięciami czy sękami.

Drewno jest efektowne samo w sobie, dlatego chociaż doskonale komponuje się z różnymi materiałami, nie musi być traktowane wyłącznie jako baza dla innych dekorów. Pozwólmy mu zawładnąć przestrzenią kuchenną, a

ono „odwdzięczy się” wnosząc do wnętrza prostotę płynącą z natury, ciepło i niepowtarzalny styl.

Uroda szafek podkreślona witrażowymi światłami

Szafki z dużymi przeszklonymi frontami podświetlone od wewnątrz są eleganckie i wyglądają bardzo efektownie. To jeden z największych hitów nowoczesnych aranżacji kuchennych, który nie tylko przykuwa wzrok, ale dodaje meblom klasy nowoczesnej prezentacji. Mogą ozdobić każdą zabudowę meblową i korzystnie odmienić wystrój wnętrza. Witraży to prawdziwe gwiazdy kuchennych aranżacji, które lubią także zabłysnąć. Urodę przeszklonych szafek możemy mocniej wyeksponować za pomocą światła, które odbijając się od szklanej tafli doda kuchni blasku.

Szafki witrażowe z zamontowanym wewnątrz dekoracyjnym oświetleniem to atrakcyjny wizualnie duet, który wzmocni wrażenie elegancji i sprawi, że meble będą wyglądały bardziej szlachetnie.

Praktyczne i dekoracyjne

Oświetlenie to ważny element w procesie urządzania kuchni, ponieważ będzie miało wpływ nie tylko na jej funkcjonalność, ale również estetykę wnętrza. Dobrze dobrane stylistycznie i odpowiednio rozmieszczone oprawy świetlne wpłyną na ostateczny efekt aranżacji i wrażenie, jakie będzie robiła zabudowa meblowa.

— Światło w kuchni odgrywa bardzo ważną rolę. Potrzebujemy go ze względów praktycznych - aby zapewnić sobie dobrą widoczność w miejscu pracy, strefie gotowania i spożywania posiłków. Warto

wziąć również pod uwagę, że poza swoją podstawową funkcją, światło pełni rolę dekoracyjną. Umiejętnie zaplanowane oświetlenie pomoże osiągnąć ciekawszy efekt wizualny, podkreśli styl aranżacji i zapewni wyjątkowy klimat w kuchni — doradza Sylwia Kowalska-Mikutel, projektantka Spółki Meblowej KAM.

Dekoracyjny potencjał oświetlenia można wykorzystać na różne sposoby. Bardzo dekoracyjnie wygląda oświetlenie wewnętrzne zamontowane w szafkach witrażowych. Podświetlone szafki z frontami z przezroczystego szkła to coraz popularniejszy motyw zdobniczy mebli kuchennych, ponieważ atrakcyjnie się prezentują i są piękną ozdobą wnętrza. Efektowna forma przyciągnie wzrok, dlatego to doskonale miejsce do ekspozycyjnego popisu dla naszych kolekcji eleganckiego szkła, rodzinnej porcelany, wytwornego serwisu czy fantastycznych filiżanek.

Duże witraży albo wyspa Wnętrza szafek można oświetlić za pomocą opraw punktowych, które najczęściej montujemy w suficie korpusu szafki. Bardziej dekoracyjne będą jednak listwy lub taśmy ledowe, zamontowane pod półkami, na ściankach korpusów szafek lub jako oświetlenie obrysowe ścianek mebla, które subtelnie zaznaczy kontury i go rozświetli.

Nowoczesnej zabudowie meblowej klasy i sztyku dodają modne witraży XXL, wzorowane na dawnych kredensach. Takie szafki wyglądają reprezentacyjnie, a szczególnie z zamontowanym w ich wnętrzu delikatnym światłem, które zapewni

jeszcze bardziej wykwintny efekt.

Swoją obecność podświetlane gabloty coraz mocniej zaznaczają na wyspach kuchennych, gdzie nie tylko atrakcyjnie się prezentują, ale podkreślają salonowy charakter mebla ulokowanego na pograniczu dwóch stref. Bardzo dobrze korespondują z dekorami drewna i złotem, którego popularność nie mija. Ten szlachetny kolor warto zastosować jako subtelne obramowanie szklanej tafli frontu.

O tym powinniśmy pamiętać

Wybierając oświetlenie szafkowe zwróćmy uwagę na jego barwę, aby pasowała do rodzaju stylizacji. Ciepła stworzy bardziej przytulny klimat, zimna natomiast podkreśli nowoczesny charakter kuchni.

O czym jeszcze należy pamiętać ozdabiając zabudowę meblową szafkami witrażowymi z zamontowanym w ich wnętrzu światłem? Aby nie przesadzać zarówno z ilością elementów oświetleniowych, jak i ich intensywnością. Zbyt mocny blask zamiast podkreślić urodę mebli i wydobyć piękno kolekcji eksponowanej na półkach, całkowicie zdominuje aranżację.

Oprac. mmb



Fot. KAM



REKLAMA



Olsztyn
ul. Pstrowskiego 33
kom. 695 771 749

Studio Patronackie
BOSCH
SIEMENS
www.atomkuchnie.pl

ZREALIZUJEMY KUCHNIĘ
TWOICH MARZEŃ



5 lat darmowej
gwarancji na AGD*



raty

**KUP
MIESZKANIE
Z WIDOKIEM
NA OLSZTYN**

Olsztyn, ul. Poprzeczna

6300 od
zł/m²



693-328-390

www.pboekobud.pl

**NOWY ADRES
NA MAPIE OLSZTYNA**

Już niedługo w sprzedaży!

