



**Włóczykijowa
wyprawa ludzi
z zespołem Downa**
str. 7



**Reportaż:
Ćwierć wieku
od ludobójstwa
w Srebrenicy**
str. 16-17



**Możesz pomóc
Tomkowi wygrać
z chłoniakiem**
str. 13



Tygodnik KRAK

21 lipca 2020

30/1474

rok XXVIII

cena: 3,00 zł (5% VAT)

Koronawirus w ostrej ofensywie

Poprzedni tydzień przyniósł spory wzrost zakażeń w powiecie nowosolskim. Łącznie jest 19 mieszkańców z COVID-19, w tym ośmioro ozdowieńców. Koronawirusem zakażył się m.in. pensjonariusz Domu Pomocy Społecznej w Kożuchowie. Testy wykazały kolejnych zakażonych w przedszkolu nr 5 w Nowej Soli. - Mimo wakacyjnego rozluźnienia wciąż proszę o czujność i przestrzeganie zaleceń epidemicznych – apeluje starosta Iwona Brzozowska

Czytaj str. 5

**Pryskają,
ale komary
nie odpuszczają**
Czyt. str. 9

**Służby marszałka
skontrolują
cypel**
Czyt. str. 13

**Koperty życia
trafią
do seniorów**
Czyt. str. 6

Wójt Izabela B. stanie przed sądem

To finał dochodzenia w sprawie słów „ma pani niewyparzoną mordę”, wypowiedzianych przez wójt gminy wiejskiej w kierunku radnej Moniki Ostrowskiej. - Prokurator rejonowy w Nowej Soli skierował w tej sprawie do sądu akt oskarżenia przeciwko Izabeli B. – mówi Zbigniew Fąfara, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Zielonej Górze

Czytaj str. 4

RADCA PRAWNY
Aleksandra Burchart-Miller
Tel.: 535 010 344
SPRAWY ROZWODOWE

RADCA PRAWNY
Emilia Kacprzak-Kopciowska
Tel. 604 230 798

NOWE MIESZKANIA
os. Paderewskiego
oraz os. Fredry
w Nowej Soli
www.arkadiapark.pl
TEL.: 607 130 740

Piotruś Pan
Świat Klocków LEGO
ul. Konstytucji 3 Maja 3
RABAT 10%
z kuponem

FONMED
APARATY SŁUCHOWE
Nowa Sól, ul. Wojska Polskiego 43
Tel. 68 356 15 51
Mobilny Protetyk Słuchu
ZAMÓW WIZYTĘ DOMOWĄ
www.fonmed.pl • fonmed@o2.pl

ZIEMIA OGRODOWA
PIASEK · ŻWIR · GRYSY BAZALTOWE
601 962 796

XTECH
Nowa Sól
ul. Wrocławska 8
tel. 68 356 90 31
www.ZakupTu.pl
KOMPUTERY
PROGRAMY
SPRZEDAŻ
SERWIS
USŁUGI

Serwis anten
satelitarnych,
DVB-T i innych
Masz problemy
z odbiorem
programów
telewizyjnych?
ZADZWOŃ!
Sklep MAC
ul. Królowej Jadwigi 24,
tel. 667 323 026, 68 356 15 18

fredex tel. 68 387 22 70
602 511 623
604 557 022
Nowa Sól, ul. Piaskowa 23
KOTŁY - ECO,
BOJLERY, PIECOKUCHNIE,
OGRODZENIA, BRAMY,
FURTKI, BALUSTADY,
KONSTRUKCJE STALOWE,
KONTENERY
możliwość montażu napędu NICE
e-mail: fredex@fredex.pl
www.fredex.pl

Justyna Gurbanredaktor
naczelnatel. 515 444 948
naczeln@tygodnikkrag.pl**Mariusz Pojnar**

dziennikarz

tel. 502 433 019
m.pojnar@tygodnikkrag.pl**Mateusz Pojnar**

dziennikarz

tel. 793 051 133
mateusz.pojnar@tygodnikkrag.pl**Joanna Dysiewicz**grafika,
skład DTPtel. 68 398 51 62
skladtk@tygodnikkrag.pl**Ewelina Majerska**reklama,
ogłoszenia
drobnetel. 502 919 029
reklama@tygodnikkrag.pl

Nowosolanie zapelniają serce Nowosolskiej Paczki w zawrotnym tempie

Nowa Sól: Miasto z sercem!

W środę na rogu ulic Dąbrowskiego i Piłsudskiego pojawiło się wielkie czerwone, metalowe serce do gromadzenia plastikowych nakrętek

- Uznałam, że najważniejszym dla niego miejscem będzie centrum Nowej Soli – mówi Beata Pietrzykowska, naczelniczka Wydziału Gospodarki Komunalnej i Ochrony Środowiska urzędu miasta, która podjęła decyzję o lokalizacji obiektu.

Przy sercu znajduje się niewielki podest dla dzieci, dzięki czemu mogą zasilać pojemnik samodzielnie. Każde serce dedykowane jest innemu dziecku, o którym informują tabliczki umieszczane na przedniej ścianie.

Pierwsza pula zbierana jest dla Jerzyka Tudka, synka wyko-

nawcy zbiornika na plastikowe nakrętki. Pomysł stowarzyszenia Nowosolska Paczka, by serce pojawiło się u nas, najwyraźniej przypadł mieszkańcom do gustu. Bo już po pierwszych trzech dniach można było opróżnić pełny pojemnik po raz pierwszy.

Jeśli macie w zwyczaju zbierać nakrętki, a później dręczy Was niepewność, co z nimi zrobić, to my tę niepewność rozwiązujemy! Od niedawna w bardzo dobrym tonie jest przechadzać się po Nowej Soli z torbą pełną nakrętek wprost na ul. Dąbrowskiego.

Marta Brych-Jackiewicz

Piosenki warszawskiej ulicy na Harcerskiej Górze

- W ramach cyklu koncertów Kulturalni nad Odrą w sobotę 25 lipca zapraszamy na Harcerską Górkę – mówi Krzysztof Piotrowiak, dyrektor Nowosolskiego Domu Kultury. Punktualnie o godzinie 17.00 rozpocznie się występ kapeli Prima Sort, która zaprezentuje niezapomniane pio-

senki warszawskiej ulicy. O 18.30 przeżyjemy „Magię obłoków”, czyli wyjątkowe spotkanie z piosenkami Marka Grechuty w wykonaniu Jana Mierzyńskiego, aktora Teatru im. Osterwy w Gorzowie Wlkp., wraz z zespołem.

Polecamy i zapraszamy.

(red)



W sobotę na Harcerskiej Górze będzie się działo



Z okazji rubinowej rocznicy ślubu życzymy Wam:

Radości, która dostrzega piękno małych rzeczy.

Nadziei, która nie gaśnie, kiedy marzenia wydają się zbyt dalekie.

Pokoju, który koi, kiedy wszystko wyprowadza z równowagi.

Wiary, która dodaje oparcia, kiedy bezradność przeraża.

Niech Bóg błogosławi Wam na dalsze lata małżeństwa!

Kochanym Rodzicom

Bożenie i Janowi Kruszelnickim

syn z rodziny

**Zatrudnię do pracy w sklepie
spożywczym na 1/2 etatu
604 721 195, 518 902 649**

**Przyjmę do pracy
w terenach zieleni.
Tel. 607 763 316**

Zapraszamy do zakupu e-wydania

Tygodnika KRAĞ

na www.eprasa.pl

Możliwa opcja zakupu prenumeraty

Tygodnik KRAĞ

WYDAWCA: Spółka z o.o. „Tygodnik Krag”
ADRES: 67-100 Nowa Sól, ul. Parafialna 2 B,
Tel. 68/ 387-51-62, tel./fax 68/ 387-54-35

E-mail:

redakcja@tygodnikkrag.pl;

reklama@tygodnikkrag.pl

www.tygodnikkrag.pl

DRUK:

Polska Press Sp. z o.o.

oddział w Poznaniu

NAKLAD: 3700 egz.

Redaktor naczelna - Justyna Gurban

Zespół redakcyjny: Mariusz Pojnar, Mateusz Pojnar.

Skład DTP: Joanna Dysiewicz.

Kolportaż: Ewelina Majerska.

Księgowość: ksiegowosc@tygodnikkrag.pl

Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń, materiałów nie zamówionych nie zwraca. Zastrzega sobie prawo do skracania i adiustacji nadesłanych tekstów.





Wszystko w Twoich rękach

Pobierz aplikację ProteGO Safe i otrzymuj powiadomienia o kontakcie z koronawirusem.



Dziennik w aplikacji

Dziennik zdrowia i test oceny ryzyka dostępny w aplikacji pozwala na bieżąco weryfikować, czy i w jakiej grupie ryzyka jesteś.



Skanowanie otoczenia

Aplikacja skanuje Twoje otoczenie i kontaktuje się z innymi urządzeniami, na których jest zainstalowana. Jeśli na COVID-19 zachoruje użytkownik aplikacji, z którym Twój telefon miał kontakt dłużej niż 15 minut w odległości ok 2 m – dostaniesz spersonalizowane rekomendacje oraz kontakt do specjalnej infolinii.

Masz wątpliwości? Bez obaw.

Aplikacja jest w pełni bezpieczna. Nie będzie przekazywała żadnych danych na Twój temat. Nikt nie dostanie dostępu do zawartości Twojego telefonu. Informacje o napotkanych urządzeniach nie zawierają żadnych danych o ich właścicielach, są anonimowe i zakodowane, a do tego przechowywane tylko w Twoim telefonie, przez dwa tygodnie. Później są usuwane.

Nie dowiesz się, kto zachorował. Dowiesz się za to, jak się zachować i co zrobić, by zadbać o swoje zdrowie.

Dowiedz się więcej na: www.gov.pl/protegosafe



POBIERZ, ZAINSTALUJ I KORZYSTAJ Z APLIKACJI
ProteGo Safe. APLIKACJA JEST BEZPŁATNA
DOBROWOLNA I W PEŁNI BEZPIECZNA.



„Niewyparzona mordą” będzie miała finał w sądzie

- Dzisiaj prokurator rejonowy w Nowej Soli skierował w tej sprawie do nowosolskiego sądu akt oskarżenia przeciwko Izabeli B. – poinformował w piątek Zbigniew Fąfera, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Zielonej Górze. B. to wójt gminy wiejskiej Nowa Sól

Kilka tygodni temu nowosolscy śledczy przedstawili podejrzaną Izabeli B., wójt gminy wiejskiej Nowa Sól, zarzut dokonania czynu z art. 226 par. 1 kk i przesłuchali ją w charakterze podejrzaną. Ten zarzut dotyczy znieważenia funkcjonariusza publicznego w związku z pełnieniem obowiązków służbowych.

- Treści złożonych wyjaśnień i przebiegu czynności przesłuchania nie podajemy – informował jeszcze w czerwcu prokurator Zbigniew Fąfera, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Zielonej Górze. Zapowiadał, że dochodzenie „w ciągu miesiąca

zostanie zakończone”.

I tak się stało. W piątek śledczy zrobili kolejny krok. - Postępowanie w tej sprawie zostało zakończone i dzisiaj prokurator rejonowy w Nowej Soli skierował w tej sprawie do nowosolskiego sądu akt oskarżenia przeciwko Izabeli B. o czyn z art. 226 par. 1 kk – poinformował nas w piątkowe przedpołudnie prok. Fąfera.

To oznacza, że Izabela B. jest w tej sprawie już nie podejrzaną, a oskarżoną.

Przypomnijmy. W listopadzie B. miała powiedzieć do radnej Moniki Ostrowskiej: „Nie drzyj się kobieto na mnie, bo mam do-

syć twojej niewyparzonej mordy” i „ma pani niewyparzoną mordę”. - Te słowa odczytuję jako znieważenie funkcji, jaką po wybraniu mnie w wolnych wyborach sprawuję na rzecz lokalnej społeczności – mówiła na naszych łamach radna Ostrowska, która sprawę skierowała do prokuratury.

- Wcale nie dziwi mnie to, że radna poczuła się urażona – mówiła w „TK” prof. Magdalena Steciąg, językoznawczyni z Uniwersytetu Zielonogórskiego. - Takie zwroty są niedopuszczalne w życiu publicznym i każdy, kto bierze w nim udział, powinien to wiedzieć. Nawet w ogniu dyskusji,

pod ostrzałem przedstawicieli przeciwnego obozu trzeba zachować zasady grzeczności językowej i reagować stosownie do okoliczności. Wypowiedź pani wójt być może przystoi skłóconym sąsiadkom, ale na pewno nie lokalnym polityczkom.

W tej sprawie na zlecenie prokuratury wypowiedziała się prof. Jadwiga Stawnicka, biegła sądowa w dziedzinie lingwistyki kryminalistycznej. W konkluzji opinii biegłej czytamy: „Izabela [tu pada nazwisko] nie przestrzega zasad etycznej i racjonalnej dyskusji. Nie respektuje godności partnera, wagi i funkcji społecz-

nej sporu, nie stosuje racjonalnej argumentacji. Umniejsza prawo Moniki Ostrowskiej do dyskusji, umniejsza wagę jej wypowiedzi, nastawiona jest na wygraną i stosuje argumenty ad personam zamiast ad rem [w konkretnej, zasadniczej sprawie – red.]. (...) Izabela [nazwisko] zdecydowanie przekroczyła granicę dowolnej krytyki, a jej wypowiedzi nie były tylko formą ekspresji, ale wyrażały treści obelżywe i był to atak personalny”.

I za to lokalna polityczka Izabela B. będzie musiała się tłumaczyć przed sądem.

Mariusz Pojnar

„Nie umiera ten,
kto trwa w pamięci żywych”



Serdeczne wyrazy współczucia
Krystynie Kujawskiej
z powodu śmierci męża

śp. **Leszka Kujawskiego**

członka Zarządu Rejonowego Polskiego
Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów
w Nowej Soli

składa Zarząd PZERiI

Zosi i Leszkowi Kruszakinom
z powodu śmierci



Teściowej i Mamy

wyrazy współczucia składają
koleżanki z „Sabatu”

Dziękujemy wszystkim znajomym i nieznajomym,
którzy w tak bolesnej dla nas chwili dzielili smutek i żal,
okazali wiele serca i życzliwości
i tak licznie uczestniczyli

w ceremonii pogrzebowej naszego Tomasza.

Dziękujemy Panu Kamilowi Nowakowi

z Zakładu Pogrzebowego S. C. Jarosław Nowak, Kamil Nowak
za profesjonalizm, z jakim zorganizował pogrzeb.

Bratu Grzegorzowi Dziedzicowi dziękujemy

za godne pożegnanie
naszego kochanego



śp. **Tomasza Gotfryda**

pogrążona w żałobie rodzina

Naćpany jechał kradzionym motocyklem I wpadł z amfetaminą

35-latek został zatrzymany do kontroli, bo przekroczył dozwoloną prędkość. Okazało się, że motocykl jest kradziony. Mężczyzna był pod wpływem środków odurzających, miał też przy sobie znaczną ilość amfetaminy



Nowosolanin usłyszał już zarzuty (fot. lubuska policja)

Policjanci w piątkowy wieczór 10 lipca patrolowali teren Kożuchowa. Zatrzymali motocyklistę, który przekroczył dozwoloną prędkość. Do tego nie miał kasu. - I zachowywał się dziwnie, co wzbudziło podejrzenia funkcjonariuszy – mówi Renata Dąbrowicz-Kozłowska, rzeczniczka nowosolskiej policji. - Policjanci przeprowadzili badanie narkotestem, które potwierdziło ich przypuszczenia, że mężczyzna

może być pod wpływem środków odurzających.

Ale to nie koniec. Motocykl kilka dni wcześniej został ukradziony na terenie Niemiec. Miał założoną tablicę rejestracyjną innego pojazdu. Obowiązkowe ubezpieczenie? Brak.

- Mężczyzna tłumaczył, że dopiero zakupił motocykl i nie wiedział, że pochodzi z nielegalnego źródła. Tablice natomiast pożyty od kolegi – mówi rzecznicz-

ka policji w Nowej Soli. - W trakcie kontroli mundurowi ujawnili przy nim także amfetaminę.

Nowosolanin został zatrzymany, a motocykl – odholowany. 35-latek usłyszał zarzut paserstwa umyślnego, jazdy pod wpływem środka odurzającego i posiadania znacznej ilości substancji psychotropowej, jaką jest amfetamina. Odpowie też za liczne wykroczenia drogowe.

(matp)

Koronawirus nie ma wakacji

Poprzedni tydzień przyniósł wzrost zakażeń w powiecie nowosolskim. Łącznie jest 19 mieszkańców z COVID-19, w tym ośmiu ozdrowieńców. Koronawirusem zakażył się m.in. pensjonariusz Domu Pomocy Społecznej w Koźuchowie. Testy wykazały kolejnych zakażonych w przedszkolu nr 5 w Nowej Soli. - Mimo wakacyjnego rozluźnienia wciąż proszę o czujność i przestrzeganie zaleceń epidemicznych – apeluje starosta Iwona Brzozowska

W sobotę na naszym portalu napisaliśmy, że COVID-19 został wykryty u jednego z pensjonariuszy Domu Pomocy Społecznej w Koźuchowie. Jak doszło do zakażenia w DPS? - Pensjonariuszowi przed przyjęciem był wykonany test. Dał wynik ujemny. Jednak mimo to w celach bezpieczeństwa on był izolowany. Po dwóch tygodniach izolacji wykonano mu kolejny test, który niestety dał dodatni wynik – tłumaczyła Iwona Brzozowska, starosta powiatu nowosolskiego.

Po stwierdzeniu koronawirusa pensjonariusz został przewieziony do izolatorium. Służby pobrały też materiał do badań od wszystkich pracowników placówki, którzy mieli z nim bezpośredni kontakt. - Ten kontakt personelu z pensjonariuszem odbywał się w reżimie sanitarnym – podkreślała Brzozowska.

Dzień później – w niedzielę – przysłyły dobre wiadomości. - Spośród 30 osób kadry DPS w Koźuchowie, które miały bezpośredni kontakt z osobą zakażoną, ani jedna nie jest chora. Potwierdziły to

wyniki testów – mówiła Iwona Brzozowska. - Pensjonariusz przebywał w izolacji i personel, który z nim się kontaktował, przestrzegali reżimu sanitarnego. Na dzisiaj wszystko wskazuje na to, że wdrożone procedury zadziałały, a sytuacja w koźuchowskiej placówce jest opanowana.

COVID na kardiologii

W piątek nowosolski szpital wydał oświadczenie, w którym potwierdził drugie zakażenie koronawirusem na swoim terenie. Przypomnijmy: na łamach „Tygodnika Krag” pisaliśmy o przypadku COVID-19 na urologii. Ten pacjent trafił potem do szpitala w Zielonej Górze.

Tym razem zakażony został pacjent oddziału kardiologii. „Pochodził z terenu, w którym powstało ognisko zakażenia (powiat świebodziński) – czytamy w oświadczeniu szpitala. - Pacjent został przekazany na Oddział Kardiologii w trybie na ostro z koniecznością pilnej interwencji kardiologicz-

nej – pacjent izolowany z uwagi na symptomy choroby COVID-19. Po potwierdzeniu wyniku pozytywnego, został przekazany na Oddział Zakaźny do szpitala w Zielonej Górze. W związku z zaistniałą sytuacją kilku pracowników przesunięto do kwarantanny z uwagi na kontakt bezpośredni z pacjentem. W ramach ostrożności pobrano materiał do badania na COVID-19. Po kilku godzinach uzyskano wyniki negatywne. Dla bezpieczeństwa personelu i pacjentów podjęto decyzję o przeprowadzeniu szerszych badań na COVID-19 u większości pracowników szpitala”.

W niedzielę prezydent Nowej Soli Jacek Milewski poinformował również, że wykryto kolejny przypadek koronawirusa w mieście. - To zakażenie dotyczy także zamkniętego już wcześniej przedszkola nr 5 przy ul. Krętej – wyjaśnił prezydent. - Łącznie w naszym mieście są potwierdzone cztery przypadki. Przez cały czas wszystko jest na bieżąco monitorowane przez nowosolski sanepid, który nadzoruje wdrożone procedury sanitarne.



DPS w Koźuchowie

Na ostateczną liczbę ewentualnych przypadków zakażenia musimy poczekać do uzyskania wszystkich wyników testów.

Prezydent poprosił też nowosolan o dalsze przestrzeganie zasad higieniczno-sanitarnych.

Najświeższe dane

W poniedziałek, przed wysłaniem tego numeru „TK” do druku, starosta Brzozowska ujawniła, że liczba zakażonych w stosunku do

niedzieli wzrosła o sześć osób.

- Te zakażenia dotyczą zamkniętego od 13 lipca przedszkola nr 5 – dodał prezydent Milewski. - Są wynikiem przebadania wszystkich pracowników, ich rodzin oraz dzieci, rodziców i ich rodzin. Łącznie wykonano 123 testy – 10 wykazało wynik dodatni, 113 wynik ujemny. Osoby z wynikiem dodatnim pozostają w izolacji pod nadzorem sanepidu.

Podsumujmy. Łącznie w powiecie jest 19 mieszkańców z COVID-19, w tym ośmiu ozdrowieńców. 60 osób jest na domowej kwarantannie. Pod nadzorem epidemiologicznym pozostaje 70 osób.

Po przekroczeniu granicy w kwarantannie tkwi 169 mieszkańców. Jedna osoba jest w kwarantannie w miejscu do tego wyznaczonym.

Starosta ma ważny apel: - W związku z faktem, że od pewnego czasu notujemy ponowny wzrost stwierdzonych zachorowań, mimo wakacyjnego rozluźnienia wciąż proszę o czujność i przestrzeganie zaleceń epidemicznych.

Mateusz Pojnar

ROZMOWA

Studia bliżej rynku pracy

Ile mamy w polskim systemie kierunków studiów dualnych, ilu studentów objęto takimi programami?

Wojciech Murdzek, Minister Nauki i Szkolnictwa Wyższego: Obecnie uczelnie prowadzą 54 kierunki na studiach dualnych. 40 kierunków prowadzonych jest na studiach pierwszego stopnia, 12 na studiach drugiego stopnia i dwa kierunki na jednolitych studiach magisterskich. W roku akademickim 2019/2020 tak studiuje 1817 osób.

Jakie uczelnie lub kierunki najlepiej sobie radzą z kształceniem dualnym?

Studia dualne prowadzone są na kierunkach o profilu praktycznym. Aktywnością w ich uruchamianiu mogą się wykazać szczególnie uczelnie zawodowe oraz politechniki prowadzące kształcenie wyłącznie na profilu praktycznym. Obecnie najwięcej kierunków studiów dualnych prowadzi m.in. Politechnika Śląska.

Jakie są plany na najbliższe lata odnośnie studiów dualnych?

Ministerstwo aktywnie wspiera rozwój studiów dualnych na kierunkach o profilu praktycznym. Narodowe Centrum Badań i Rozwoju ogłosiło konkurs w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój pn. **Studia dualne**, dotyczący opracowania i realizacji programów kształcenia przemysłowego. MNiSW we współpracy z przedstawicielami środowiska

akademickiego oraz pracodawców opracowało **ramy prowadzenia studiów dualnych**, które zostały wykorzystane przy realizacji konkursu rozstrzygniętego w czerwcu 2018. **Do dofinansowania wyłoniono 69 projektów o łącznej wartości ok. 128 mln zł.**

W najbliższych latach kontynuowane będzie także przedsięwzięcie „Dydaktyczna Inicjatywa Doskonałości”, ukierunkowane na poprawę jakości kształcenia o profilu praktycznym w publicznych uczelniach zawodowych (w tym studiów dualnych) oraz cieszący się dużą popularnością program „Doktorat wdrożeniowy”, w którym kształcenie prowadzone jest wspólnie z przedsiębiorcą zatrudniającym doktoranta. Wsparcie kształcenia przemysłowego będzie także prowadzone w ramach projektów w nowej perspektywie finansowej UE 2021-2027.

Czy będziemy rozwijać inne formy dostosowywania efektów kształcenia do potrzeb rynku?

Niezbędnym elementem w osiąganiu efektów kształcenia są praktyki zawodowe. Dlatego też w Konstytucji dla Nauki wprowadziliśmy zapis o obowiązkowych sześciomiesięcznych praktykach zawodowych na studiach pierwszego stopnia i jednolitych studiach magisterskich. Jednocześnie, dzięki projektowi „Program praktyk zawodowych w PWSZ” uczelnie otrzymały wsparcie we wdrażaniu zapisów ustawy. Celem tego projektu było wypracowanie, testowanie i wdrożenie jednolitego systemu



WOJCIECH MURDEK,
MINISTER NAUKI
I SZKOLNICTWA
WYŻSZEGO

praktyk zawodowych. Opracowano Regulamin i instrukcje pilotażowych praktyk zawodowych w projekcie, który stanowił zbiór wymagań dotyczących programu praktyk. Projekt skierowany został do publicznych uczelni zawodowych oraz niepublicznych uczelni zawodowych, z którymi zawarto 88 umów na kwotę ok. 130 mln zł. W projekcie wzięto udział ponad 7 tysięcy studentów.

Czy mamy pomysły na kontynuację edukacji także dla absolwentów?

Z zainteresowaniem obserwujemy rosnącą popularność kursów typu MOOC (Massive Open Online Courses), dzięki którym możliwy jest rozwój kompetencji w ramach uczenia się przez całe życie. W 2018 r. Ministerstwo uruchomiło we współpracy z Fundacją Młodej Nauki **ogólnopolską platformę kursów**

typu MOOC. Nawiązała to pierwsza platforma z tą nową formą kształcenia w Polsce, dostępna dla wszystkich zainteresowanych nauką i zdobywaniem nowych kompetencji i umiejętności. Kursy umieszczane na tej stronie są bezpłatne i dotyczą wszystkich obszarów kształcenia. Na platformie zostaną także umieszczone kursy wyłonione w ramach konkursu PO WER „Kurs na MOOC” na stworzenie i realizację kursów edukacyjnych w formie e-learningu stanowiących dodatkowy element procesu kształcenia na studiach I lub II stopnia i kursów typu (MOOC) dostępnych dla wszystkich chętnych. **Ich ukończenie ma prowadzić do uzyskania co najmniej dwóch spośród następujących kompetencji odpowiadających potrzebom społeczno-gospodarczym:** kompetencje językowe, informatyczne, analityczne, w tym umiejętność rozwiązywania problemów, komunikacyjne, w zakresie przedsiębiorczości. Kursy stworzą także możliwości dla osób, które nie uczestniczą w edukacji na poziomie wyższym, a są odbiorcami zajęć realizowanych w ramach trzeciej misji uczelni – młodzieży, seniorów czy osób, które chcą podnieść swoje kompetencje zawodowe – będzie to minimum 7000 osób. **Łączne dofinansowanie 51 wyłonionych w konkursie projektów wynosi ponad 19,5 mln zł.**



Ministerstwo Nauki
i Szkolnictwa Wyższego

1300 kopert życia trafi do seniorów Jeszcze w tym roku

- Podjęliśmy decyzję, że w ramach programów zdrowotnych realizowanych przez powiat ukierunkujemy się na seniorów – zaznacza Sylwia Wojtasik z zarządu powiatu nowosolskiego. Jeszcze w tym roku do najstarszych mieszkańców trafi 1300 kopert życia. Drugie tyle w roku 2021



Kopertę życia należy przechowywać w lodówce

Koperta życia to akcja, do której przystąpienia zachęcają lekarze i pracownicy pogotowia ratunkowego w całej Polsce. Skierowana jest do osób przewlekle chorych,

starszych i samotnych. Polega na umieszczeniu w specjalnie przygotowanych kopertach najważniejszych informacji o stanie zdrowia, przyjmowanych lekach,

alergiach na leki, kontaktach do najbliższych, danych osobowych, w tym numeru pesel.

Koperty są przechowywane w lodówce.

- Rozmawialiśmy z lekarzami i ratownikami medycznymi i sami wskazali, że takie koperty powinny być przechowywane właśnie tam. Oni też zwracali uwagę, że gdy przyjeżdżają do domu chorego, bardzo często nie wiedzą, jakie przyjmuje leki. Część osób po prostu tego nie pamięta, część jest nieprzytomna. A przecież ratownik musi podjąć działanie jak najszybciej. Przy zatrzymaniu krążenia każda sekunda jest na wagę złota. I wtedy lekarz czy ratownik staje przed dylematem, bo nie wie, czy np. nie poda mu preparatu, na który pacjent jest uczulony. A koperta życia pozwala wszystkie te informacje zgromadzić w jednym miejscu – opowiada Sylwia Wojtasik z zarządu powiatu nowosolskiego, który chce zaopatrzyć w nie najstarszych mieszkańców.

- Podjęliśmy decyzję, że w ramach programów zdrowotnych na bieżący rok i przyszły, które są realizowane przez powiat, ukierunkujemy się na seniorów – mówi Wojtasik.

Wcześniej w tej sprawie wypo-

wiedziała się powiatowa rada seniorów. - Jej stanowisko było takie, że jeśli chodzi o osoby starsze, to najważniejsze jest umożliwienie lekarzom i ratownikom udzielenie szybkiej i skutecznej pomocy medycznej. W tym kontekście zwrócono uwagę, że ważnym jest, żeby seniorów zaopatrzyć w koperty życia – zaznacza Sylwia Wojtasik.

Sprawa zaopatrzenia seniorów była konsultowana w samorządach na terenie powiatu, a także w Agencji Technologii Medycznej i Taryfikacji, która pełni funkcję opiniodawczo-doradczą przy Ministerstwie Zdrowia. - Zarówno gminy, jak i wspomniana agencja wniosły swoje uwagi i my je uwzględniliśmy – podkreśla członkini zarządu powiatu nowosolskiego.

Z budżetu powiatu na wykonanie kopert życia przez dwa lata zostanie przeznaczony łącznie 40 tys. zł. Jeszcze jesienią do seniorów trafi 1300 kopert, drugie tyle w 2021 r.

Mariusz Pojnar

Zmarł ksiądz Roman Jarosz

12 lipca po ciężkiej chorobie odszedł ks. Roman Jarosz. Ostatnio pracował w nowosolskiej parafii św. Józefa Rzemieślnika. Świecenia kapłańskie przyjął z rąk papieża Jana Pawła II. Miał 63 lata

Urodził się w 1956 r. w Gubinie. Ukończył tamtejszą szkołę podstawową i technikum obuwnicze. „Po maturze wstąpił do Wyższego Seminarium Duchownego w Paradyżu, ale po trzech latach przerwał studiowanie i zaczął pracę zawodową – czytamy w »Gościu Zielonogórsko-Gorzowskim«. - Po odbyciu służby wojskowej i latach pracy

w Gubinie ponownie wstąpił do seminarium, by 9 czerwca 1987 r. przyjąć święcenia kapłańskie w Lublinie z rąk papieża Jana Pawła II”.

„Gość” wymienia też parafie, w których pracował ks. Roman Jarosz. To m.in. kościoły w Świdnicy, Zielonej Górze, Górzycach, Gorzowie, Kozuchowie, Sławie. Aż 11 lat pracował

w Cybince. Do parafii św. Józefa Rzemieślnika w Nowej Soli trafił w ub. roku.

Zmarł w niedzielę 12 lipca po ciężkiej chorobie. Ks. Roman został pochowany w rodzinnym Gubinie. Msza św. pogrzebowa odbyła się w tamtejszym kościele pw. Matki Bożej Fatimskiej.

Ks. Roman Jarosz miał 63 lata.

Mateusz Pojnar



Ks. Roman Jarosz został pochowany w Gubinie (fot. Adam Szewczykowski)

Nowosolanom i mieszkańcom powiatu

dziękujemy za udział w drugiej turze wyborów prezydenckich

i dokonanie - zgodnie z zasadami demokracji - wyboru

Andrzeja Dudy na prezydenta Polski



Przewodniczący struktur powiatowych PiS

Krzysztof Galerczyk

POLBRUK

WSZYSTKIE
WZORY I KOLORY

**UKŁADAMY
PROFESJONALNIE**

Tel. 607 390 044

EXPERT MEBLE

kuchnie, szafy
garderoby, wnęki
na wymiar.

Atrakcyjne ceny.

Nowa Sól, ul. Graniczna 15
tel. 694 636 766, 606 551 393
www.expertmeble.com.pl

**Biuro Rachunkowe
ROBAKOWSKA**

księgi handlowe,
księga podatkowa, ryczałt,
pomoc w zakładaniu firmy

NOWY ADRES
Nowa Sól, ul. Odrzańska 8/2

Tel./fax 68 4 588 588

biuro.robakowska@wp.pl

Włóczykijowa wyprawa ludzi z zespołem Downa

- Program Down The Road nie do końca był inspiracją ze względu na to, że działamy już w naszej fundacji od kilku lat z różnego typu projektami, a pomysły na taki wyjazd pojawiły się jeszcze zanim ruszył program. Natomiast on był z pewnością motywacją do działania – mówi Julia Szmytkiewicz. Pod jej przewodnictwem rozpoczęła się wyprawa w góry dorosłych osób z zespołem Downa

Wyjazd organizowany jest dzięki Fundacji Zielony Dom. To inicjatywa stworzona przed laty przez zwykłych ludzi, których los obdarzył niezwykłą misją – opieki i wychowania dzieci z niepełnosprawnością intelektualną. Fundację tworzą rodzice, dziadkowie, rodzeństwo, przyjaciele. I to właśnie oni chcieli stworzyć takim osobom przestrzeń do samodzielnego i niezależnego życia i rozwoju.

„Jaś nauczył mnie więcej”

- Początkowo nasza działalność miała koncentrować się na tworzeniu miejsca, w którym osoby z niepełnosprawnością mogłyby pracować, opiekować się zwierzętami i roślinami. Niestety, pewne wydarzenia wpłynęły na to, że musieliśmy rozstać się ze stworzonym przez nas Zielonym Domem. Mimo to nie poddajemy się. Wciąż mamy dużo motywacji do tego, by tworzyć nowe inicjatywy i projekty związane z osobami z niepełnosprawnością. Za nami już kilka imprez tematycznych dla nich: warsztaty muzyczne, pieczenia chleba czy teatralne – opowiada Julia Szmytkiewicz z Zielonej Góry, siostra 21-latkę z zespołem Downa. - Nasza relacja jest całkiem normalna, czasem się kłócimy, ale zawsze bardzo mocno kochamy – uśmiecha się Julia.

Z perspektywy lat odczuwa dużą wdzięczność za to, że w życiu doświadczyła tak bliskiej relacji z osobą z zespołem Downa. - Myślę, że Jaś nauczył mnie zdecydowanie więcej cennych rzeczy w życiu niż ja jego, jako starsza siostra. Wieloletnia obserwacja Jasia, jego reakcji, odczuć, zachowań – to wszystko uświadomiło mi, jak olbrzymi potencjał mają osoby z ZD. Mimo kontaktu z tymi osobami przez całe życie, mam wrażenie, że teraz uczę się ich na nowo, poznaję naprawdę i przez to wciąż nie przestają mnie zadziwiać – opowiada Julia Szmytkiewicz, pomysłodawczyni wypadu w góry dorosłych osób z zespołem Downa.

„Program przywrócił we mnie tamto marzenie”

Szmytkiewicz zaznacza, że bardzo zależało jej, by jak najwięcej osób mogło skorzystać z takiego wyjazdu. Nazywa go włóczykijową wyprawą w góry. - Mimo ograniczeń związanych z epidemią koronawirusa udało się zebrać grupę siedmiu uczestników. Ich rodzice są bardzo pozytywnie nastawieni i mam wrażenie, że bardziej boją się o nas, opiekunów, niż o swoje



Poniedziałek, 6.55, nowosolski dworzec. Ekipa z Zielonego Domu rusza na wyprawę w góry

je dzieci. W każdym razie kibicują nam od samego początku i podczas spotkania organizacyjnego – mam nadzieję – wszystkie obawy związane z wyjazdem rozwialiśmy – opowiada zielonogórzanka.

W góry pojedzie m.in. Mateusz Budny, bohater naszego artykułu sprzed kilku miesięcy „Tato, dostałem pracę, czyli chłopak z zespołem Downa w Mafii”.

Z tego powodu cieszy się Sebastian Budny, ojciec Mateusza. - Kiedyś też miałem pomysł, żeby zabrać syna i inne dzieciaki na taką wyprawę – powiedzmy – bez zasad: plecak i idziemy przed siebie, nocujemy w namiocie. Taki trochę survival. O tym opowiadałem innym rodzicom na naszych corocznych wypadach nad morze. Słyszałem głosy, że nie dam rady, że to zbyt trudne. Ta potrzeba z czasem we mnie gasła, bo dzieciaki rosły, my też spotykaliśmy się rzadziej. No i ten Down The Road przywrócił we mnie tamto marzenie, a potem dowiedziałem się o wyprawie ppanowanej przez Julię – mówi Sebastian Budny.

Sam Mateusz już od dawna zacieśnia ręce. Porównuje się do Michała Milki z programu Down The Road. - Jestem trochę taki jak on. Też jestem romantykiem, znam trochę język włoski. Miałem w Mafii klientów z Włoch, z którymi potrafiłem się dogadać. Mam nadzieję, że uda mi się z tej strony pokazać. A ten program pokazał to, co tak naprawdę czujemy. I to jest fajne – podkreśla Mateusz.

W kontekście takiej wyprawy nie da się uciec od pytań o wspomnia-

ny przez niego program stacji TVN, który skradł serca wielu widzów. Julia Szmytkiewicz nie ma wątpliwości, że program Down The Road jest świetną inicjatywą, szczególnie ze względu na tak dużą skalę odbiorców.

- Czy był dla nas inspiracją? Nie do końca. Ze względu na to, że działamy już w naszej fundacji od kilku lat z różnego typu projektami, a pomysły na taki wyjazd pojawiły się jeszcze zanim wystartował program. Ale Down The Road był dla nas z pewnością motywacją do dalszego działania, podobnie jak wszelkie inne nagłaśniane inicjatywy związane z osobami z zespołem Downa, choćby kawiarnia Równik we Wrocławiu – mówi zielonogórzanka.

Jej zdaniem projekt Przemysław Kossakowskiego wpłynął także na narodzenie się wielu refleksji związanych z autonomią osób z zespołem Downa czy z traktowaniem tych osób przez innych.

- Przemek Kossakowski to człowiek, który nie miał przed programem styczności z takimi osobami, dzięki czemu jego stosunek i relacje z nimi były zupełnie wyjątkowe. Poza cudowną refleksją te osoby zapewniają masę śmiechu i zmieniają całkowicie podejście do życia – przede wszystkim uczą ogromnego dystansu. Nie mogę doczekać się już wyjazdu, dlatego że jadę w góry z osobami autentycznymi, które są sobą w każdych warunkach, niezależnie od opinii innych. Myślę, że ta autentyczność jest szczególnie czymś wyjątkowym w dzisiejszych czasach – mówi Szmytkiewicz.

Poczuć wolność

Wróćmy do wyprawy, którą wymyśliła Julia. W wyprawie jako opiekunka będzie jej towarzyszyć nowosolanka Elżbieta Szewczak, siostra 20-letniego Piotra.

Nie ma wątpliwości, że ta wyprawa nauczy wszystkich uczestników samodzielności. - Będą mogli przekonać się, jak to jest, gdy wokoło nie ma tych ludzi, którzy na co dzień są z nimi. Ten wyjazd może im pokazać życie z innej perspektywy, będzie dla nich momentem odpoczynku, bo nie każdy z nich może gdzieś wyjechać bez rodziców czy opiekunów. Będą mogli poczuć trochę takiego luzu, pewnej wolności – mówi Szewczak.

- Nie macie obaw, że coś może się nie udać? – pytam.

- Do tego wyjazdu podchodzimy optymistycznie. Zakładamy, że nawet pogoda będzie idealna [śmiech]. A tak na poważnie, być może będą momenty, w których trzeba będzie znaleźć dodatkową motywację, gdyby np. komuś ewentualnie brakowało sił czy też pojawiłyby się jakieś chwile zwątpienia. Ale i z tym sobie na pewno poradzimy, na pewno damy radę – zapowiada nowosolanka i obozowy pedagog.

Organizatorzy podczas planowania wyjazdu przede wszystkim brali pod uwagę możliwości uczestników. Dlatego ze względu na wygodę, ale i możliwość dodatkowej przygody, zdecydowali, że dotrą na miejsce pociągami.

Ich wyprawa potrwa pięć dni. Każdego będą nocować w innym miejscu, do którego wcześniej

będą musieli dojść pieszo. - Nasza wyprawa rozpoczyna się w Szklarskiej Porębie, pierwszego dnia nocujemy w schronisku Kamieńczyk, drugiego dnia w schronisku Hala Szrenicka, trzeciego – w schronisku Odrodzenie, a ostatniego w hotelu w Sobieszowie, gdzie będziemy mieć pożegnalne ognisko. Podczas naszej wyprawy będziemy m.in. podziwiać wodospad Kamieńczyk, Śnieżne Kotły, a także zwiedzać Chojnik – opowiada Szmytkiewicz.

Wyjazd wędrowny z plecakami wraz z osobami z niepełnosprawnością wydaje się dla wielu osób pomysłem szalonym, ale... - Nasi uczestnicy to same osoby dorosłe, dlatego chcemy im umożliwić bycie faktycznie osobami dorosłymi, które mogą same decydować o sobie, rozwijać swoją autonomię i po prostu cieszyć się życiem, tak samo jak każdy inny człowiek. W swojej pracy magisterskiej badałam jakość zaspokajania potrzeb społecznych przez dorosłe osoby z zespołem Downa. Gdy osoby z niepełnosprawnością intelektualną dorastają, są szczególnie narażone na niezaspokajanie tych potrzeb, ale też na brak możliwości samorealizacji. Dlatego każda taka inicjatywa nie tylko tworzy przestrzeń do realizacji różnego rodzaju potrzeb, ale także przyczynia się do integracji tych osób. Wyniki moich badań jeszcze bardziej utwierdziły mnie w przekonaniu, że nasza wspólna działalność jest czymś wartościowym i należy to kontynuować – mówi pomysłodawczyni wyprawy.

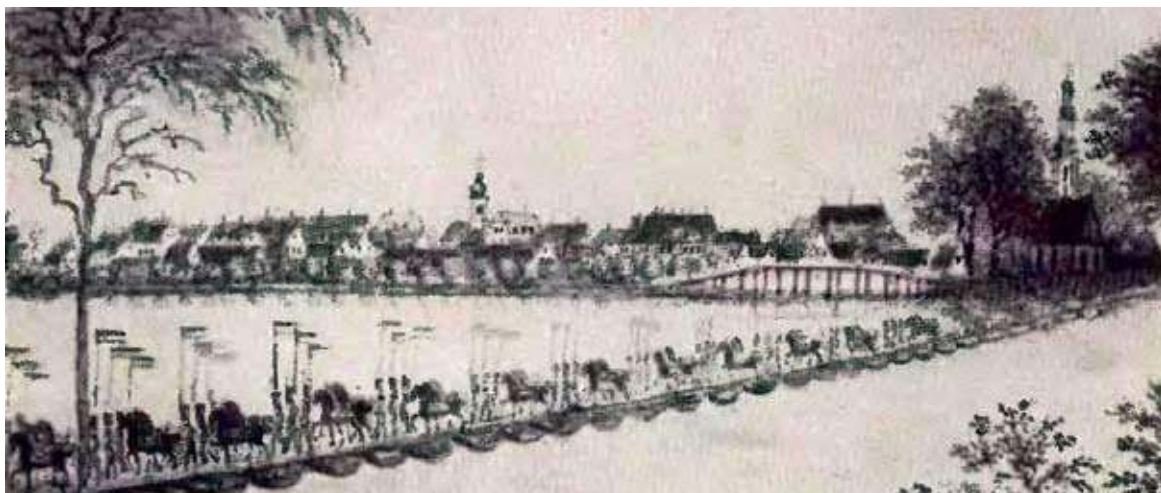
Ta ma kilka celów. Przede wszystkim szczęście uczestników. - Wiele dorosłych osób z ZD, po ukończeniu szkoły, nie ma żadnej aktywności zawodowej, do tego ograniczoną aktywność towarzyską. Najczęściej wyjazdy dedykowane osobom z niepełnosprawnością są w formie rehabilitacji lub charakteryzują się małą aktywnością. Formuła naszej wyprawy, czyli chodzenie po górach i nocowanie w schroniskach, ma być przede wszystkim przygodą, piękną pamiątką z okresu młodości tych osób. Poniekąd już sam fakt dojścia do skutku tego wyjazdu, który jest kontynuacją naszego projektu rozwijania samodzielności u osób z niepełnosprawnością, jest dla mnie ogromną satysfakcją. Mam nadzieję, że to dopiero początek naszej działalności – zaznacza Julia Szmytkiewicz.

Za całą grupę trzymamy kciuki. Relacja z ich pobytu już za tydzień na łamach „TK”.

Mariusz Pojnar

Spacerkiem po czasie: Most odrzański

Kiedy nad rzeką powstaje miasto, oczywistą koniecznością wydaje się zbudowanie mostu. Nowa Sól z mostem przez rzekę miała jednak, jakkolwiek to brzmi, pod górkę. Dziś, w trzeciej części naszych spacerków po czasie, przyjrzymy się bliżej historii naszego mostu



Mosty tzw. łyżwowe, czyli oparte na łodziach, inaczej „pontonowe”, kilkakrotnie budowali w okolicach Nowej Soli żołnierze rozmaitych armii

Jeśli jest miasto nad rzeką, to musi być most, banalna oczywistość. Bo co to za miasto nad rzeką bez mostu, co to za miasto nad rzeką bez mostu? Bywa, że droga się kończy na brzegu rzeki. Gdzieś tam, po drugiej rzeki stronie, też jest droga. Mostów zadaniem zaś jest te niepołączone drogi spinać, zszywać, spawać, „bajpasować”, by ludzkość lokalna i tranzytowa bezpiecznie i suchą nogą niebezpieczeństwa kipieli zdradzieckich wód pokonać mogła. A że sposoby na nagłe rozstąpienie się wód są w historii świata jedynie zjawiskami marginalnymi, trzeba budować mosty. Przecież co to by było wyobrazić sobie, gdyby co chwilę, co każde auto jadące w stronę Przyborowa, Wolsztyna i reszty świata, Odra rozchylała swą toń pod nakazującym gestem Stwórcy? Co na to kajakarze? Przecież Andrzej Dela wioząc dzieci w galarze musiałby czekać, aż się wody zamkną, żeby przepłynąć. Jak widzisz, mosty są dlatego właśnie bardziej praktyczne niż cuda.

Wojenne gratisy



Nowoczesny most zbudowany w 1932 roku służył mieszkańcom jedynie 13 lat. Potem został wysadzony. Wrócił do życia dopiero w 1955 roku

Jeszcze 500 lat temu nikomu nie przyszło do głowy, by budować tu jakiś most. No bo komu mógł się taki pomysł w głowie zrodzić? Rudym jeleniom? Szorstkowłosym dzikom? Wszak żadnych tu nie było ani ludzi, ani dróg, a Odra meandrowała tak zamasyście, w tak grząskich okolicach, że nie wiadomo by nawet było, gdzie taki most postawić. Jeszcze 400 lat temu, kiedy to powstała jedna z najpiękniejszych map naszych okolic „Baronatus Carolato Bethaniensis In Silesia Inferiore”, Nowa Sól po drugiej stronie miała Przyborów i las, co prawda były tam drogi, ale głównie spływały jak potoki w stronę zamku w Siedlisku. A po co komu most do lasu?

Tam, gdzie dziś jest teren za kanałem portowym, czyli dzisiejszy Park Krasnala, stocznia, niegdyś była tylko zalesiona wyspa tzw. „Klein Waldische”, czyli „Mały lassek”, którą opływał nurt Odry. To tam właśnie podczas jednego z nowosolskich jarmarków miał uciec kuglarzom niedźwiedź, tam mieszkańcy zapewne też krasnale i stąd dzisiejsza nazwa tego miejsca. Tam również zgrabnie przeprawiano się

łodziami.

Już pierwsi lokalni mieszkańcy, od samego początku, trudnili się transportem rzeczny. Kursowały z lewego na prawy brzeg łódki i stałe promy, przewożono ludzi i towary, szło wszystko zgrabnie i przyzwoicie, ale z czasem to było za mało. Okolica zaczęła potrzebować stałego połączenia dwóch brzegów. Sęk w tym, że mosty to nie są tanie rzeczy i mieszkańców na takie ceregiele nie było po prostu stać.

Pierwsze mosty przez Odrę mieszkańcy otrzymali niejako w gratisie, i to od Szwedów, którzy ok. 300 lat temu z konieczności transportu swoich wojsk przez Odrę zbudowali most tzw. „pontonowy”, znany także jako „łyżwowy”, oparty na łodziach. Niemal pół wieku później, ok. 1759 roku, podobny most zbudowali Rosjanie, ci z kolei nie byli tacy fajni – do budowy mostu zarekwirowali wszystkie łodzie z okolicy, a na koniec, zamiast zostawić most ludziom, podziurawili go armatnimi kulami i most, a właściwie to, co z niego zostało, spłynął z nurtem. 200 lat temu z haczykiem znów na Odrze pojawił się most, tym razem stworzony przez wojska francuskie, ale i on nie posłużył zbyt długo. W 1814 roku zniszczony wcześniej most odbudowali Polacy z Księstwa Warszawskiego wracający po klęsce Napoleona do kraju. I przez kolejne 50 lat mostu przez Odrę nadal nie było. Ale było pewne, że by się przydał.

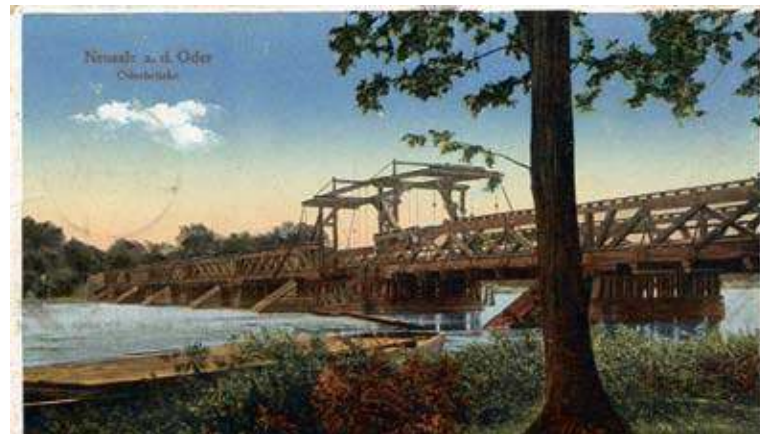
Drewniana duma

W 1870 roku powstaje spółka, która ma na celu zgromadzenie funduszy na budowę mostu. Udziałowcami zostają mieszkańcy. Firma Lehmann & Ringsleben z Kro-

sna Odrzańskiego buduje piękny most, którego otwarciu w styczniu 1871 roku towarzyszy wielka festa, festyn i zabawa. Piękny, nowy, drewniany most miał długość 190 metrów, szerokość 9 metrów, miał ręcznie unoszone środkowe przęsło, by swobodnie mogły pod nim przepływać statki z żaglami. Na filarach zamontowano specjalne „łamacze lodu”, które miały sobie radzić z kruszeniem pozimowej kry. Żeby inwestycja było dochodowa, przejazd przez most był płatny. Na pewno pojawienie się mostu otworzyło miastu drogę na drugą stronę rzeki, z pewnością przyczyniło się do rozwoju, gwarantowało większy tranzyt, szersze pole do popisu dla handlu, a z Neusalz most uczynił istotny punkt do przeprawiania się przez Odrę.

Tamten most stał około 150 metrów dalej w stronę Starej Wsi niż ten dzisiejszy. Do dziś przy niskim stanie wody widać jego drewniane

tem spadło w dół. Nowa Sól cofnęła się znów o setki lat, do czasów bez mostu. Znowy wróciły łodzie, które woziły ludność. Obsługiwali je zmuszeni do tego Niemcy, próbowali się przymilać, prosili przewożonych o papierosa. Lokalna ludność była najtańszą siłą roboczą do budowania prowizorycznej przeprawy. Nie obyło się też bez tragicznych wydarzeń, kiedy to pewnego razu grupa niemieckich kobiet skierowanych do prac została po pracy „oddelegowana” do Przyborowa, gdzie w tamtejszej sali wiejskiej miały umilać czas radzieckim żołnierzom. Próby odbudowania mostu spełzały na niczym, początkowo to, co w dzień zostało odbudowane, nocą zabierała kra. O zbudowanie przeprawy zadbał potem nowi mieszkańcy, postawili drewniany most, ale i on w 1947 roku runął zniszczony zatorem lodowym. Miasto znów zostało bez mostu za Odrę. Wróciły łodzie i promy, jak u początków.



W 1871 roku przez Odrę przerzucono nowy, drewniany most, który służył niemal pół wieku

pale wbite w dno rzeki.

Odbudowa

I tak straszyl dziurawy most przez kilka lat. Nikt za bardzo nie miał chęci, aby go odbudować, ludzkość okoliczna wciąż nie była pewna, czy za chwilę znów nie powieje wiatr historii, czy znów ktoś nie powie im, że jednak nie mogą tutaj mieszkać. Że okaże się, że mają tu jednak wrócić Niemcy. Więc po co odbudowywać im most? Pamiętajmy też, że w tamtych czasach był problem ze wszystkim, brakowało podstawowych rzeczy, więc nie w głowach były ludziom mosty.

Dopiero w 1953 roku coś się w sprawie mostu w Nowej Soli ruszyło, pojawił się plan na jego odbudowę. Zadanie zlecono Przedsiębiorstwu Robót Kolejowych z Warszawy, które do odbudowy użyło istniejącej konstrukcji mostu. Latem 1955 roku, dokładnie zatem 65 lat temu, most oddano do użytku.

Redakcja

Pryskają, ale komary i tak nie odpuszczają!

Hordy latających krwio pijców uprzykrzają życie mieszkańcom. Miasto Nowa Sól ruszyło z odsieczą, ale pryskanie będzie skuteczne, wtedy, gdy pryskać będą także inne samorządy. Do antykrwio pijczego frontu już przyłączyły się gminy Otyń i Bytom Odrzański

Opryski przeciw komarom w Nowej Soli ruszyły w poniedziałek przed tygodniem. - Zostało opryskanych 55 hektarów, w tym tereny nadodrzańskie, parki i skwery w całej Nowej Soli, także tereny nad Czarną Strugą – informuje Joanna Kaproń z nowosolskiego magistratu.

Niestety, opryski nie załatwiły tematu. - Córka jest tak pokąsana, że boję się w ogóle z nią wychodzić, żeby nie było jeszcze gorzej – mówi pani Katarzyna, nasza Czytelniczka z ul. Zjednoczenia.

Starcie z kwiopijcami to nierówna walka dla tych, którzy w weekend korzystali z wypoczynku na ogródkach działkowych. - Na działce nie szło wysiedzieć mimo spożycia kilku napojów znieczulających – przyznaje z rozbrajającą szczerością mieszkanka Pleszówka, który mierzył się z komarami na swojej działce przy ul. Wodnej.

Nowosolanin z ul. Piłsudskiego: - Z psiem wyjść nie można, bo cię osaczają, na noc drzwi balkonowych nie otworzysz – naprawdę te ostatnie dni są nie do wytrzymania...

Komary to problem wszystkich. - W Przyborowie nie można wysiedzieć nawet w pełnym słońcu w południe – tak informację o opryskach na naszej stronie internetowej skomentowała Czytelniczka z Przyborowa.

- W Stanach jest multum, to jakiś dramat - komentowała internautka z tej miejscowości.

- To samo w Modrzycy – zaznaczyła mieszkanka gminy Otyń, która w środku ubiegłego tygodnia ogłosiła, że włącza się do walki z krwio pijcami. - Jesteśmy umowie-

ni z firmą, ale wszystko będzie zależało od pogody. Opryski obejmą takie miejsca jak place zabaw, tereny wokół przedszkola, żłobka i domu opieki czy też okolice Miejsca Obsługi Rowerzystów przy ścieżce – ogłosiła Barbara Wróblewska, burmistrz Otynia.

Z komarami walczą także w Bytomiu Odrzańskim. - Opryski są w trakcie. Zostały wykonane na 24 hektarach terenów miejskich – informuje Anna Radosz z bytomskiego magistratu.

Mariusz Pojnar



Rada seniorów z nowymi członkami

Barbara Kruszewska i Tadeusz Wiśniewski otrzymali powołania do rady seniorów powiatu nowosolskiego



Sylwia Wojtasik wręczyła powołania do rady seniorów

W poniedziałek 13 lipca powołania do rady seniorów wręczyła Sylwia Wojtasik, członek zarządu powiatu nowosolskiego. - W imieniu całego zarządu życzę państwu udanej pracy na rzecz seniorów – mówiła Wojtasik.

Barbara Kruszewska reprezentuje seniorów z Bytomia Odrzańskiego. Od wielu lat działa jako szefowa SERiI w Bytomiu. - To bardzo prężna organizacja, która integruje nie tylko osoby z naszej gminy. Współpracujemy z lokalnymi stowarzyszeniami oraz seniorami z Kolska, Koźuchowa oraz Uniwersytetem Trzeciego Wieku. Razem zwiedzamy świat i spędzamy czas. Czujemy się w swoim gronie jak jedna wielka rodzina – mówił podczas pierwszej sesji Barbara Kruszewska.

Hasło związku, któremu prze-

wodzi, brzmi: „Nie bądź samotny, wstąp do nas”.

I z takim podejściem Kruszewska wchodzi do rady seniorów. - Jestem osobą otwartą na współpracę – zapewnia.

Gotowość do działania deklaruje również Tadeusz Wiśniewski z Czciadza. W gminie Koźuchów

pan Tadeusz dał się poznać ze swojej aktywności jako wiceprezes SERiI w Koźuchowie oraz członek koźuchowskiej rady seniorów. - Od ośmiu lat jestem na emeryturze. Lubię robić coś dla innych ludzi, praca społeczna to dla mnie przyjemność – podkreśla Wiśniewski.

Mariusz Pojnar

FABRYKA OKUĆ MEBLOWYCH "KORDEL" SP. Z O.O.

67-100 Nowa Sól, ul. Grobla 18, tel. 691 090 818, tel. 694 449 209

zatrudni:

- pracowników niewykwalifikowanych do prostych czynności produkcyjnych,
- pracowników na stanowisko ślusarza, obsługa maszyn i urządzeń mechanicznych
- spawaczy w osłonie gazowej

Wyciąg z ogłoszenia o przetargu ustnym nieograniczonym organizowanym przez Wójta Gminy Siedlisko na sprzedaż nieruchomości gruntowych stanowiących własność Gminy Siedlisko							
Lp	Miejscowość-adres	Nr działki	Pow. w m2	Numer KW	Cena wywoławcza w zł brutto	Wysokość wadium	Postąpienie
1.	Siedlisko ul. Kasztanowa, użytek Bp	1070/18	1530	ZG1N/00037717/2	57 200,00	5720	580
2.	Siedlisko ul. Szkolna, użytek Bp	993	796	ZG1N/00020610/0	20.500,00	2050	210
3.	Siedlisko ul. Szkolna, użytek Bp	994	801	ZG1N/00020610/0	20.600,00	2060	210
4.	Borowiec, użytek R	46/2	1536	ZG1N/00052712/8	24.200,00	2420	250
5.	Bielawy, użytek Ps, Lz-Ps	1149/34	1167	ZG1N/00037718/9	18.100,00	1810	190

Przetarg odbędzie się w dniu 27 sierpnia 2020 r. o godz. 10.00 w Urzędzie Gminy w Siedliszku, Plac Zamkowy 6, pok. nr 1. Wadium w wysokości podanej w tabeli, należy wpłacić na konto Urzędu Gminy Siedlisko BS Nowa Sól nr 74967400060000002044080005 do dnia 24 sierpnia 2020 r. do godz. 14.00.

Ogłoszenie o przetargu zamieszczone jest na tablicy ogłoszeń Urzędu oraz na stronie www.bip.siedlisko.pl. Szczegółowe informacje udzielane są pod numerem telefonu 68 388 32 11 lub w siedzibie Urzędu Gminy.

ZATRUDNIĘ na montaż obuwia

- praca jednozmianowa
- umowa o pracę (akord)

DAWID

Ul. Ciepelińska 9
67-100 Nowa Sól
Tel. 887 960 928

Prezydent Miasta Nowa Sól

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997r. o gospodarce nieruchomościami (tj. Dz. U. 2020.65 ze zm.) informuje, że w siedzibie tut. Urzędu na okres 21 dni, począwszy od dnia 8 lipca 2020 roku wywieszono wykaz nieruchomości przeznaczonych do zbycia.

Sprzedaż drzewa 601 962 796

**CYKLINOWANIE
LAKIEROWANIE
RENOWACJA SCHODÓW**

►Zapewniamy materiały,
►maszyny bezpyłowe
Tel. 664 760 247, 68/ 356-40-28

**TRANSTOL
DREWNO OPAŁOWE
/ KOMINKOWE**

Transport 4mp do 30 km GRATIS
Facebook: fb.me/transtolpphu
Tel.: 600 056 867, 665 996 815

• **PODNOŚNIK KOSZOWY
WYNAJEM**

• **WYCINKA DRZEW**

Tel. 693 844 743
www.wer-lift.pl

**Instalacje
LPG montaż,
naprawa. Wrociszów 30.**

Tel. 602 271 644

**CYKLINOWANIE
BEZPYŁOWE**

✓ układanie parkietów,
podłóg, paneli
✓ renowacja schodów
Tel. 790 584 982

Nauczyciel dialogu

Historyk Paweł Kopeć i „Elektryk” zostali nagrodzeni za działanie na rzecz edukacji o historii i kulturze Żydów oraz wkład w dialog polsko-żydowski. A dyrektor szkoły Grzegorz Königsberg dostał też list od wicemarszałka Senatu Bogdana Borusewicz



Paweł Kopeć

„Elektryk” i jego nauczyciel dostali specjalne dyplomy od Forum Dialogu, największej i najstarszej polskiej organizacji pozarządowej zajmującej się dialogiem polsko-żydowskim.

To pokłosie programu Szkoła Dialogu – ma na celu „poszerzenie wiedzy młodzieży na temat wielowiekowej obecności Żydów w Polsce oraz ich wkładu w rozwój społeczny, kulturalny i gospodarczy naszego kraju poprzez czynne poznawanie dziedzictwa żydowskiego w najbliższym otoczeniu”. Paweł Kopeć i jego uczniowie z „Elektryka” w tym programie uczestniczyli, o czym

niejednokrotnie pisaliśmy na łamach „Tygodnika Krak”.

Dyrektor szkoły Grzegorz Königsberg dostał również list gratulacyjny od wicemarszałka Senatu Bogdana Borusewicz, legendy solidarnościowej opozycji. „Chciałbym złożyć wyrazy uznania dla grona pedagogicznego oraz uczniów i uczennic Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego »Elektryk« w Nowej Soli za zaangażowanie w budowanie dialogu polsko-żydowskiego w 2019 roku – pisze Borusewicz. – Państwa nieprzerwane działania zmieniają lokalną rzeczywistość, przyczyniając się do budowy trwałej pamięci o dawnych żydowskich sąsiadach. Niezwykle cenna praca zaangażowanego nauczyciela – Pawła Kopcia – wpływa na kolejne pokolenia uczniów, którzy świadomości bogatej i wielokulturowej historii swojej miejscowości, w odpowiedzialny sposób będą budować przyszłość w zrozumieniu dla innych kultur i religii”.

Bogdan Borusewicz dodaje, że „ważny głos uczniów i uczennic (...) pomaga tworzyć społeczność odporną na uprzedzenia, ksenofobię i antysemityzm”.

- Na pewno była radość, kiedy dostaliśmy te dyplomy, bo to jest

dowód na to, że nasza praca jest dalej zauważana i doceniana – mówi nam Paweł Kopeć. - Jako że startowaliśmy jako szkoła w konkursie w ub. roku, w nowej edycji już nie mogliśmy. Ale dalej kontynuujemy nasze działania już z kolejną grupą uczniów. List od pana wicemarszałka i dyplomy to dla nas duże wyróżnienie.

W ramach tej kontynuacji projektu nauczyciel „Elektryka” m.in. zorganizował w Nowosolskim Domu Kultury projekcję filmu „Kto napisze naszą historię?”. Uczniowie ze swoim historykiem szukali też informacji o przedwojennej mniejszości żydowskiej z Nowego Miasteczka. I to nie koniec działania na tym polu, bo są nowe pomysły.

Ostatnio Paweł Kopeć miał spotkanie w Siedlisku, gdzie opowiadał o pierwszym transporcie Polaków do obozu Auschwitz. Najpewniej już po wakacjach odbędzie się kolejna rzecz z nowosolskim historykiem w roli głównej – w bibliotece w Nowej Soli. A w Żarach Kopeć spotka się ze słuchaczami w ramach wydania organizowanego przez tamtejszy oddział Towarzystwa Społeczno-Kulturalnego Żydów w Polsce.

Mateusz Pojnar

Cech z Okrężnej u Chrystusa Króla

Izba Rzemieślnicza i Przedsiębiorczości świętowała swoje 69-lecie w sanktuarium Miłosierdzia Bożego w Świebodzinie. W uroczystości brali też udział członkowie nowosolskiego Cechu Rzemiosł Różnych, Handlu i Przedsiębiorczości, którzy mają swoją siedzibę przy ul. Okrężnej

Obchody 69. rocznicy powstania Izby Rzemieślniczej i Przedsiębiorczości w Zielonej Górze odbyły się w dniach 9-10 lipca. Zaczęły się w sanktuarium Miłosierdzia Bożego w Świebodzinie.

Mszy św. w intencji rzemieślników przewodniczył bp Adam Dyczkowski. - Organizatorem obchodów była Izba z Zielonej Góry pod przewodnictwem prezesa Krzysztofa Hnata, który tego dnia obchodził również 69. rocznicę urodzin, więc to była podwójna uroczystość – uśmiecha się Andrzej Kasprzak, dyrektor Cechu Rzemiosł Różnych, Handlu i Przedsiębiorczości w Nowej Soli.

I dodaje, że po mszy na plebanii przy sanktuarium wszyscy uczestnicy spotkali się na rozmowie. - W trakcie narady rozmawialiśmy na tematy oświatowe i egzaminacyjne w okresie COVID-19 – tłumaczy Andrzej Kasprzak. - Po mszy w sanktuarium wręczono odzna-



Od lewej st. cechu Józef Krajewski, dyrektor Andrzej Kasprzak, księgowy cechu Marian Rajewski i prezes Izby Krzysztof Hnat

czenia. M.in. st. cechu Józef Krajewski otrzymał uchwałą prezydium zarządu Związku Rzemieślników Polskich Honorową Odznakę Rzemiosła.

To nie był jednak koniec obchodów. - Po noclegu w Przystani Pielgrzyma pod pomnikiem Chrystusa Króla w Świebodzinie pojechaliliśmy do Lubrzy na strzelnicę

„Snajper”, gdzie odbyły się zawody sportowe o Puchar Prezesa Izby Rzemieślniczej – wspomina dyrektor nowosolskiego CRRHiP.

W dwudniowych obchodach wzięli udział członkowie naszego cechu: Józef Krajewski, Andrzej Kasprzak, Marian Rajewski i Krzysztof Hnat.

Mateusz Pojnar



Turu. W pogoni za sławą

22.07 godz. 14.30 i 16.30

23.07 godz. 12.00 i 16.30

24 - 26.07 godz. 14.30

Roztańczona i rozśpiewana animacja o muzycznym talencie rodem z kurnika. Tętniąca latynoskimi rytmami, pełna zwierzaków opowieść o psotnej kwoce, która ze zwykłej kurki przemienia się w wielką gwiazdę estrady. Sympatyczna „Turu” to ekranizacja jednej z ulubionych książek dziecięcych Ameryki Południowej, którą na kinowe ekrany przenieśli producenci niezapomnianej i nagrodzonej Oscarem „Evity”. Być może nie znosi ona jajek, ale uwierzcie – ta koko jest naprawdę spoko i będziecie jej z dzióbka spijać!



Jak być dobrą żoną

24 - 26.07 godz. 16.30 i 19.00

Pełna wdzięku i humoru opowieść o kobiecości, równości płci oraz o tym, że małżeństwo to prawdziwa.... szkoła przetrwania. Inspiracją do filmu były autentyczne poradniki dla kobiet oraz własne rodzinne wspomnienia reżysera.

Paulette wraz z mężem prowadzą prywatną szkołę dla dziewcząt, w której nastolatki uczą się, jak być perfekcyjną żoną i panią domu. Niestety, po nagłej śmierci męża Paulette odkrywa, że szkoła jest na skraju bankructwa i ona sama musi wziąć sprawy w swoje ręce. Sytuacji nie ułatwiają feminizm i rewolucja seksualna, które z dnia na dzień zmieniają społeczeństwo i świat dookoła.

W mieście przybędzie nowy plac zabaw

Koszt to 200 tys. zł. Dzieci będą mogły się z niego cieszyć jeszcze jesienią



Plac zabaw przy szkole podstawowej nr 2 będzie gotowy już jesienią

- W najbliższych dniach startujemy z kolejną, oświatową inwestycją w naszym mieście - budową placu zabaw przy szkole podstawowej nr 2 - informuje Jacek Milewski, prezydent Nowej Soli. W ubiegłym tygodniu został rozstrzygnięty przetarg

na wyłonienie wykonawcy.

Zadanie wykona firma APIS POLSKA sp. z o.o. z Jarosławia za niecałe 200 tys. zł. Zadanie obejmuje 60 miesięcy gwarancji na wykonane prace. Termin ich zakończenia został wyznaczony na sto dni od podpisania

umowy. A więc plac zabaw powstanie już jesienią.

- Ogromnie się cieszę, że nasza, integracyjna szkoła podstawowa zostanie doposażona - podkreśla prezydent Milewski.

(red)

Może to twój pies?



Szukamy właściciela psa (samca) znalezione w Nowej Soli na os. Kopernika. Pies został przewieziony do przytuliska. Miał na sobie obrozę w czerwone wzory.

- Jeżeli w ciągu dwóch tygodni od ukazania się ogłoszenia nie zgłosi się właściciel,

będzie ogłaszany do adopcji - mówi Magdalena Samborska z Nowosolskich Adopcji Zwierząt.

Kontakt z NAZ poprzez Facebooka lub urząd miasta pod numerem telefonu 68 459 03 57.

(red)

kamyczek do ogródka

kamyczek@tygodnikkrak.pl

Nowe wysypisko w mieście?

- Mamy nowe wysypisko śmieci w Nowej Soli - rozpoczyna pan Janusz i wskazuje na porzucane worki ze śmieciami w okolicach garaży przy ul. Fredry. - Niedługo ten teren utonie w brudzie - dodaje zezłoszczony Czytelnik. A my oczywiście przyznajemy mu rację. Ta okolica już od niepamiętnych czasów straszy.



Komu auto?

Mieszkańcy jednego z bloków przy ul. Witosza narzekają na bezpański samochód pozostawiony na parkingu. - Tym autem od lat nikt nie jeździ, widać, że dotknął go już czas. Wokół niego rośnie wysoka trawa i tylko zajmuje miejsce - skarży się mieszkaniowiec bloku. Czy ktoś się przyzna do tego samochodu?

Targowisko piękne, ale...

No właśnie. Nasz Czytelnik podesłał nam fotkę zepsutego stopnia budynku przy targowisku. - Jak to wygląda? - pyta pan Marian. - Targowisko jest pięknie wyremontowane, to też powinno być naprawione - dodaje. Czy nasz Czytelnik może liczyć na szczęśliwy finał tej sprawy?



Dziura w całym

Parking przy supermarkecie Kaufland jest bardzo często odwiedzany zarówno przez pieszych, jak i kierowców. Niestety, w asfalcie robią się dziury, które przeszkadzają mieszkańcom. - Warto byłoby je załatać - proponuje pan Andrzej.

(ag)

Zostań rodzicem zastępczym!

**I Ty możesz stworzyć rodzinny dom dla potrzebujących dzieci!
Zapraszamy wszystkich chętnych!**

Gwarantujemy:

- bezpłatne szkolenie,
- specjalistyczną pomoc pedagogiczno-psychologiczną,
- świadczenie na dziecko,
- wynagrodzenie dla zawodowych rodzin zastępczych.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
ul. Staszica 1A, 67-100 Nowa Sól
tel. 68 457 43 30
e-mail: pcpr@powiat-nowosolski.pl
www.pcprnowasol.pl

Nowosolskie Stowarzyszenie Amazonek „Tęcza”

spotyka się w każdy 2. i 4. czwartek miesiąca o godz. 16.00 przy ul. Parafialnej 4/8, tel. 608 670 648.

Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

przy Urzędzie Miasta,
ul. Piłsudskiego 12 w Nowej Soli.
Tel. 68/ 459 03 05, pok. 118
przyjmuje w dniach i godzinach pracy Urzędu.

Dyżury członków Komisji RPA
w czwartki w godz. 16.00-18.00 w Punkcie Konsultacyjnym przy ul. Jaracza 1 w Nowej Soli.

Punkt Konsultacyjno - Informacyjny Przeciwdziałania Narkomanii
ul. Jaracza 1 w Nowej Soli, tel. 0 68/ 459 03 90, w poniedziałki w godz. 16.00-18.00 przyjmuje terapeuta uzależnień, w czwartki w godz. 14.00-16.00 odbywają się konsultacje dla dzieci, młodzieży i rodziców z zakresu nadużywania

mediów i urządzeń cyfrowych, w piątki w godz. 14.00-16.00. przyjmuje konsultant.

Punkt Konsultacyjno - Informacyjny dla Ofiar Przemocy w Rodzinie
ul. Jaracza 1 w Nowej Soli, tel. 0 68/ 459 03 90, w poniedziałki w godz. 16.00-18.00 konsultacje socjalne, we wtorki w godz. 16.00-18.00 konsultacje socjalne i psychologiczne, w środy w godz. 15.00-18.00 porady prawne i mediacje rodzinne, w czwartki w godz. 16.00-18.00 konsultacje psychologiczne dla dzieci i ich opiekunów, w piątki w godz. 16.00-18.00 konsultacje socjalne.

Punkt Konsultacyjno - Informacyjny dla Osób z Problemem Alkoholowym i ich Rodzin
obecnie nieczynny ze względu na sytuację epidemiczną.

Dyżury Radnych Rady Miejskiej w Nowej Soli – kadencji VIII

w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nowej Soli ul. Piłsudskiego 12, pok. 222
Andrzej Petreczko - Przewodniczący Rady Miejskiej: poniedziałek, godz. 13.00 – 15.00.
Rafał Stachowiak - Wiceprzewodniczący Rady Miejskiej: czwartek, godz. 10.00 – 11.00.
Zbigniew Szczeciński - Przewodniczą-

cy Komisji Rewizyjnej: III środa miesiąca, godz. 9.00 – 11.00.

Anna Ast - Przewodnicząca Komisji Skarg, Wniosków i Petycji: I środa miesiąca, godz. 14.00 – 16.00

Waldemar Jacheć - Przewodniczący Komisji Finansów, Budżetu i Gospodarki: I czwartek miesiąca, godz. 9.00 – 11.00.

Jan Hanusz - Przewodniczący Komisji Spraw Socjalnych i Obywatelskich: I wtorek miesiąca, godz. 9.00 – 10.00.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowej Soli informuje,

że w siedzibie Ośrodka będą udzielane bezpłatne porady psychologa dla mieszkańców miasta Nowa Sól. Rejestracja na porady prowadzona jest pod numerem telefonu (68) 506 51 61 w środy i czwartki w godz. 7:30 – 9:00 oraz piątek 14:00 – 14:30.

Dyżur psychologa:

Środa godz. 9:00 – 14:00
Czwartek godz. 9:00 – 14:00
Piątek godz. 11:00 – 14:30

Nowosolskie Stowarzyszenie Klubu Abstynentów „Odrodzenie”, Nowa Sól, ul. Drzymały 4 informuje o zmianie dnia spotkań:

- poniedziałki, środy, piątki w godz. 17.00,
- środy o 19.00 - grupa terapeutyczna,
- wtorki w godz. 10.00-12.00 - spotkania z konsultantem
- wtorki 17.00 grupa Elementarz (DDA/DDD)

Radni Rady Miejskiej i Rady Powiatu Prawa i Sprawiedliwości

pełnią dyżury w siedzibie partii przy ul. Jaracza 1 w czwartki w godz. 16.00-17.00, tel. kontaktowy: 665 883 651

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Nowej Soli

informuje, że w siedzibie Centrum świadczone jest bezpłatne, specjalistyczne poradnictwo:

1) rodzinne, 2) socjalne, 3) z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie.

Zapraszamy:

pn. 7.00 - 16.00,
wt.-czw. 7.00 - 15.00,
pt. 7.00-14.00

tel. 68 457 43 30

Powiatowa Komisja Koordynacyjna NSZZ „Solidarność” Ziemi Nowosolskiej

ul. Parafialna 4,
tel. 68/ 356-12-11, 663 281 734.

Dyżury związkowców:

we wtorki i środy od 9.00 - 11.00 oraz czwartki 16.00-18.00 (dyżur prawnika).

Stowarzyszenie Relacja

Profilaktyka i terapia uzależnień Terapia par i terapia rodzinna Grupa wsparcia dla osób uzależnionych w poniedziałki o godz. 19.30 ul. Kościuszki 24E; tel. 506 804 548

TAXI

68/ 387-28-19
lub 68/ 387-27-19
511 774 597 (nr 11)
601 576 603 (nr 108)
888 833 322 (nr 100)
727 515 414 (nr 77)
601 565 510 (nr 14)
728 191 021 (nr 40)
603 368 190 (nr 15)

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie

67-100 Nowa Sól, ul. Staszica 1A,
pn. 7.00 - 16.00; wt.-czw. 7.00 - 15.00; pt. 7.00-14.00
tel. 68/ 457-43-30,
fax: 68/ 457-43-31,
pcpr@powiat-nowosolski.pl

Telefony alarmowe:

999 - Pogotowie Ratunkowe
998 - Straż Pożarna
997 - Policja
68 475 77 80 - Straż Miejska
112 - telefon alarmowy z telefonów komórkowych
991- pogotowie energetyczne
992 - pogotowie gazowe
504 187 736 - Pogotowie Wodociągowe
118 913 - biuro numerów TP SA

komunikaty

Oddział Rejonowy Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Nowej Soli



Zapraszamy na wczasy:

- do Rewala, Ośrodek "Bumerang", w dniach 16.09 - 26.09.

- do Mrzeżyna, ośrodek "Nadmorski", w dniach 21.09 - 5.10.

- do Rewala, Ośrodek "Bumerang" w dniach 27.09 - 7.10.2020 r.

(ZMIANA TERMINU WYJAZDU!).

Biuro związku czynne we wtorki i piątki od godz. 9.00 do 13.00.

Tel.: 68 356 40 21.

Związek Sybiraków

Informujemy, że Związek wznowił działalność.

Stowarzyszenie Pokoleń Gminy Otyń

Dyżury Koła odbywają się w drugi czwartek miesiąca w godz. 12.30-13.30 oraz w czwartą środę

miesiąca w godz. 13.00-14.30 w Gminnym Centrum Kultury w Otyniu, parter.

Blższe informacje pod tel. 608 717 861.

Stowarzyszenie Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Niedoradzu

Zarząd Stowarzyszenia podjął decyzję o odwołaniu wszystkich wycieczek planowanych na ten rok ze względu na panującą sytuację. Zaliczki, które zostały wpłacone, zostaną oddane.

Wszystkim członkom życzymy dużo zdrowia i mamy nadzieję do szybkiego zobaczenia.

Stowarzyszenie pełni dyżury w 1. i 3. poniedziałek miesiąca w godz. 10.00-12.00 w Centrum Kultury w Otyniu, na parterze.

Tel.: 606 826 721, 692 175 101.

Oddziałowa Sekcja Emerytów i Rencistów ZNP w Nowej Soli

Dyżury

do odwołania

ZAWIESZONE.

Rada seniorów powiatu nowosolskiego

Kontakt z radą:

- Halina Napieralska-Pruska - 600 215 882;
- Jerzy Rybacki - 663 774 857;
- Wanda Świdzińska - 666 397 974.

Korespondencja na adres: Ul. Moniuszki 3, 67-100 Nowa Sól.

Koło PZW nr 8 Zootek w Nowej Soli

Prowadzimy egzaminy na kartę wędkarską. Zapraszamy wszystkich chętnych.

Czynne od poniedziałku do piątku w godz. 9.00 do 18.00.

Koło wędkarskie w Przyborowie

Dnia 02.08.2020 (niedziela) odbędą się zawody 8 godz. Wolna Amerykanka. Zbiórka: godz. 7.00, Stara Odra. Zapisy do 31.07.2020 (piątek) w sklepie Groszek w Przyborowie oraz Sportowo-Turystycznym w Nowej Soli. Wszelkie informacje: 693 472 382.

Tomek ze Studzieńca ma chłoniaka Możesz mu pomóc

KOŻUCHÓW - Tomek jest jeszcze w trakcie diagnozowania, ale wiemy już, że będzie wymagał podania leku, który nie jest refundowany. Jego koszt to 25 tys. zł. Dlatego prosimy was o wsparcie. Pomóżcie ocalić życie naszego synka – apeluje Gabriela Dolata, mama chłopca

Na rodzinę Dolatów informacja o ciężkiej chorobie syna spadała już dwukrotnie. Pierwszy raz cztery lata temu.

- Kiedy w 2016 roku nasz syn Tomek zachorował na chłoniaka Burkitta IV stopnia, nasz świat zawalił się. Nasze jedyne dziecko, o które staraliśmy się latami, musiało stoczyć walkę o życie. Spędziliśmy osiem długich miesięcy na onkologii dziecięcej. Tomek przeszedł w tym czasie sześć cykli chemioterapii. Wygraliśmy. Nasz synek wyzdrowiał, wróciliśmy do domu i powoli nasze życie wracało do normy – wspomina tamten trudny okres Gabriela Dolata.

Wydawało się, że Tomek zdrowotne kłopoty ma za sobą. Niestety, uśpiony wróg powrócił.

Wszystko było dobrze aż do czerwca tego roku.

- Na copółrocznej wizycie kontrolnej w poradni onkologicznej naszą panią doktor zaniepokoił wynik rezonansu magnetycznego. Udaliśmy się więc na konsultację do laryngologa. Jechaliśmy tam pełni optymizmu, bo przecież Tomek jest w dobrej formie i nic nie wskazuje na to, że coś może być nie tak. Niestety, wynik konsulta-

cji zważył nas z nóg. Okazało się, że jest konieczna biopsja – mówi Dolata.

Wynik i wstępna diagnoza wskazały wznowę chłoniaka Burkitta.

Zaczęła się ponowna walka o zdrowie chłopca.

Jego mama na portalu Pomagam.pl założyła zbiórkę, która znacząco może pomóc chłopcu kolejny raz skutecznie postawić się chłoniakowi.

- Tomek jest jeszcze w trakcie diagnozowania, ale wiemy już, że będzie wymagał podania leku, który nie jest refundowany. Jego koszt to 25 tys. zł. Dlatego prosimy was o wsparcie. Pomóżcie ocalić życie naszego synka – apeluje Gabriela Dolata.

Zbiórka na Pomagam.pl zakłada nie tylko zakup leku, ale także zaprogramowanie dalszego leczenia, które będzie wymagało wielu wyjazdów do kliniki. W śróde będzie znany wynik histopatologii, na podstawie którego zostanie dobrane ostateczne leczenie chłopca.

Zachęcamy do wsparcia potrzebującego chłopaka.

Mariusz Pojnar



Drodzy Czytelnicy, pomóżcie małemu Tomkowi!

Kontrola w gminie i na cyplu jeszcze w sierpniu

GMINA WIEJSKA Wracamy do sprawy, którą opisywaliśmy w maju w tekście „Bojko party na cyplu”. Urząd marszałkowski zapowiada, że najpóźniej do końca wakacji skontroluje cały dofinansowany projekt

O sprawie napisaliśmy w drugiej połowie maja. Dwie firmy, które obsługiwały gastronomię na cyplu w Jodłowie, związały się z gminą trzyletnią umową użyczenia tego terenu, która jest porozumieniem bezkosztowym. Ale w tym roku wójt Izabela Bojko zaproponowała im zmianę umowy na odpłatną formę w postaci dzierżawy.

- Czuję się oszukana przez panią wójt, bo umowa była zawarta na trzy lata. Dlatego nie dam się odstawić na boczny tor i nie zwrócę przedmio-

tu użyczenia – zapowiadała na naszych łamach Katarzyna Zambroziewicz z Bajko Party. Sprawy nie odpuściła. Po nas tematem zajmowały się inne media, w tym m.in. regionalna TVP.

Taką samą umową użyczenia co Zambroziewicz z gminą związała się także druga firma. Katarzyna Bojba wspólnie z mężem na cyplu prowadzili smażalnię ryb. Letnikom i turystom wypoczywającym na cyplu sprzedawali zestawy obiadowe. Oprócz tego

gmina wydała jej koncesję na sprzedaż alkoholu do 4,5 proc. i piwa.

Przypomnijmy, cyfel otwarto uroczystie w maju ub. roku z udziałem marszałek województwa Elżbiety Polak. Środki finansowe na rewitalizację tego miejsca, ale też innych parków na terenie gminy, pochodziły właśnie z urzędu marszałkowskiego – łącznie ok. 5 mln zł.

Beneficjent projektu, czyli gmina wiejska Nowa Sól, nie przewidywał prowadzenia

działalności komercyjnej na terenie, gdzie realizuje projekt. Opis cypla i sposób jego zagospodarowania nie wykazywał na realizację punktów gastronomicznych.

Nie było zgody marszałka na prowadzenie działalności zarobkowej. Tymczasem gmina nie dość, że wydała koncesję na sprzedaż alkoholu podmiotowi, który wziął teren w użyczenie, to dodatkowo od tego roku wykorzystując cyfel chciała zarobić na dzierżawie.

Po naszym tekście instytucja

zarządzająca RPO – Lubuskie 2020 zapowiadała przeprowadzenie kontroli na miejscu realizacji projektu dotyczącą jego trwałości. Tę zatrzymała pandemia.

- Pełna kontrola projektu odbędzie się w momencie weryfikacji końcowego wniosku o płatność. Nastąpi to prawdopodobnie do końca sierpnia 2020 – zapowiada Marek Kamiński, dyrektor departamentu programów regionalnych w urzędzie marszałkowskim.

Mariusz Pojnar

Ekipa Szymona sprząta śmieci, czyli początek trash challenge'ów w powiecie

KOZUCHÓW - Zamiast narzekać, wybierz się z nami i posprzątaj choć kawałek świata wokół. My nie skończyliśmy sprzątać tego terenu – apelują wolontariusze Ekipy Szymona Hołowni, którzy posprząтали spory fragment centrum Kozuchowa. W ramach tzw. trash challenge'u, czyli „śmieciowego wyzwania”, chcą sprzątać powiat z udziałem szkół i sołectw



Część ekipy biorącej udział w sprzątaniu Kozuchowa

W piątek 10 lipca 12 wolontariuszy z grupy Ekipa Szymona Lubuskie posprzątało teren przy ścieżce prowadzącej z ul. Nowosolnej w kierunku zamku przy dawnym GS. Ekipa Szymona to wolontariusze i sympatycy Szymona Hołowni, który brał udział w wyścigu prezydenckim.

Jeszcze w kampanii prezydenckiej Hołownia zapowiadał: - Moja prezydentura będzie zieloną prezydenturą. Środowisko naturalne to jeden z priorytetów.

Mimo że Hołownia prezydentem nie został, to - jak widać - jego wolontariusze kroczą zieloną drogą.

Zebrali ponad 40 worków śmieci

Kozuchowskie sprzątanie odbywa się w ramach trash challenge'u, czyli „śmieciowego wyzwania”, które staje się coraz popularniejsze w kontekście sprzątania świata.

Miejsce, którym na początek zajęli się wolontariusze, jest w Kozuchowie trochę ziemią niczyją.

- Teren leży blisko centrum miasta, lecz ze względu na zagmatwaną sytuację prawną nikt o niego nie dba. Właściciele terenu nie ogrodzili go i ktoś kiedyś rzucił tam pierwszy paperek lub puszkę. Potem amatorzy tanich trunków pozostawiali inne bu-

telki, puszki i papierki. A potem już poszło, wielu przechodniów dorzucało kolejne śmieci, bo i tak był bałagan – mówi Maja Nowak z Ekipy Szymona.

W końcu teren zaczął przypominać wysypisko śmieci. - A że leży w pobliżu pięknego parku Poniatowskiego i przez ten teren biegnie skrót z jednego końca miasta na drugi, postanowiliśmy go posprzątać. I częściowo nam się udało - dodaje Marcin Jelinek z grupy wolontariuszy Hołowni, radny Kozuchowa. Na starcie porządków śmiał się, że trzeba będzie tira, żeby sprzątnąć to wszystko.

Okazało się, że wolontariusze w ciągu półtorej godziny uzbiera-

li aż 41 worków śmieci - Jednak przy ścieżce można już cieszyć oko zielenią zamiast stertami butelek, plastików, opon, zużytych pieluch i wielu innych dziwnych rzeczy, które tam posprzątaaliśmy – podsumowuje M. Nowak.

Śmieci od sprzątających odebrała spółka USKOM.

Będą kolejne trash challenge

Wolontariusze namawiają innych do tego typu ekodziałania.

- Zamiast narzekać, wybierz się z nami i posprzątaj choć kawałek świata wokół. My nie skończyliśmy sprzątać tego terenu – apelują wolontariusze Ekipy Szymona.

Trash challenge przybierze na częstotliwości na przełomie

sierpnia i września. - W naszej gminie będziemy je kontynuować w ramach „30 TrashChallenger”, podczas których chcemy również zbierać karmę dla przytuliska psiaków w Stypulowie. Oczywiście podstawa to Ekipa Szymona, ale chcemy to robić dla wszystkich wspólnie, dlatego mamy nadzieję na zaangażowanie szkół czy sołectw – zapowiada Jelinek.

Stowarzyszenie Czarna Struga, w którym działa m.in. Jelinek, pod koniec ubiegłego tygodnia podpisało z urzędem marszałkowskim umowę na dofinansowanie nie tylko wspomnianych na trash challengerów, ale także np. na postawienie na cmentarzach w Książu Śląskim i Studzieńcu dwóch zniczodzielni.

Mariusz Pojnar



Wolontariusze zebrali 41 worków śmieci

Czyż taki dom kultury nie byłby piękny?

OTYŃ Remont i rozbudowa otyńskiego dworca kolejowego i stworzenie w nim nowoczesnej i funkcjonalnej siedziby Gminnego Centrum Kultury – o tym marzą burmistrz Barbara Wróblewska i jej współpracownicy.

- Dokumentacyjnie jesteśmy gotowi. Mamy m.in. pozwolenie na budowę i projekt. I już nie możemy się doczekać, aż pojawi

się nowy program w urzędzie marszałkowskim, do którego będziemy składać wniosek o dofinansowanie inwestycji – zapowiada.

W środku mają znaleźć się m.in. przestronna sala koncertowa, pracownie warsztatowe, pomieszczenia biurowe i kawiarenka.

(red)



Wizualizacja Gminnego Centrum Kultury w Otyńiu

Marzenia? Mam jedno



Nad kubkiem herbaty...

- Jeżeli nie mogłabym mu pomóc, chciałabym, żeby Oskar umarł minutę przede mną. I uwierz, to jest marzenie wielu rodziców niskofunkcjonujących autystów – o dzieciach, chorobach, życiu i śmierci opowiada Beata Barczyszyn

Wysłałam za męża, gdy miałam 21 lat, byłam w ciąży. Myślisz, że miałam czas na marzenia? Urodziłam syna. Gdy miał miesiąc, zachorował na zapalenie płuc. Trafiliśmy do szpitala. Kazali mi przy nim zostać i karmić piersią, chociaż też byłam chora i miałam gorączkę. Prosiłam, żeby przejść na butelkę. Nie wyrazili zgody. Miałam karmić, a moja choroba miała dziecku nie zaszkodzić. Kiedy już było z synem bardzo źle, to lekarz stwierdził, że mam jednak iść do domu, bo tym moim mlekiem go infekuję.

Później synek trafił na intensywną terapię.

Był wtorek. Gotowałam właśnie obiad. Dom był cichy i tylko tykanie zegara było słychać. I w tej cizy garnek spadł i huknął o ziemię. Podnosząc go, spojrzałam na zegarek. Była godz. 16.15. Nie umiem ci tego wytłumaczyć, ale w tamtej chwili poczułam, że stało się coś złego. Chwilę później odebrałam telefon ze szpitala, że moje dziecko zmarło. O 16.15.

Smak macierzyństwa

Bardzo ciężko przeszłam śmierć synka. Nie zdążyłam się z nim nawet pożegnać. Postanowiliśmy z mężem, że nie będziemy mieć już więcej dzieci.

Przeprowadziliśmy się.

Po jakimś czasie jedna z naszych sąsiadek zaszła w ciążę. Później druga. Coś we mnie pękło. Tak bardzo chciałam być mamą.

Po 14 latach od śmierci pierwszego synka zaszłam w ciążę. Okazało się, że mam cytomegalie. Uprzedzono mnie, że dziecko może być roślina albo urodzić się niewidome. USG wykazywało też, że moja córeczka ma dużą głowę. Usłyszałam wtedy od lekarza, że może mieć zespół Downa. Przeplakałam resztę ciąży. Postanowiłam zrobić badania genetyczne. Wykazały, że moje dziecko ma po prostu dużą głowę. Żaden lekarz w Nowej Soli, u których byłam, nie potrafił wytłumaczyć, dlaczego taki wynik wyszedł. W związku z wykrytą cytomegalia rodziłam w Zielonej Górze, bo tam był oddział zakaźny. Pani neonatolog postarała się o leki dla dziecka, gdyby po porodzie trzeba je było podać. Zdobyła połowę dawki, bo lekarstwo było drogie i szpital nie zgodził się na zakup całości. Na szczęście po urodzeniu Ani okazało się, że nie trzeba jej leczyć. Lekarka wiedziała, że dostanie jej się za ten lek. Ale dla niej życie mojego dziecka było ważniejsze od nieprzyjemności w pracy. Po urodzeniu Ani nie karmiłam już piersią żadnego z moich dzieci. Bałam się, że mogę zrobić krzywdę, zarazić czymś, tak

jak mojego pierwszego synka.

Po czterech latach odważyliśmy się na następne dziecko. W szóstym miesiącu ciąży chlusnęła ze mnie krew. Pojechaliśmy do szpitala. Lekarz nie chciał mnie przyjąć, bo jeszcze 18.00 nie było. Kazano mi jechać do ginekologa. Pytałam, jak to możliwe: krwawie, nie wiem nawet, czy jeszcze mam w sobie dziecko i mam jeździć krwawiąca po mieście i dopytywać, kto mnie przyjmie, bo jeszcze nie wybiła 18.00? W końcu jedna z pań się zlitowała i przyjęła mnie na oddział. Lekarz zaordynował kroplówki na wzmocnienie i na wszelki wypadek zastrzyki „na płuca” dla dziecka. Miałam skurcze. Podano mi kroplówki na podtrzymanie ciąży. Po nich poczułam się lepiej. Odlączyli mnie.

Na drugi dzień jakieś zamieszanie zaczęło się nagle koło mnie robić. Stali nade mną, debatowali, zaczęli mnie wozić góra – dół na różne badania. Powiem ci, że dziwne było to wzmożone zainteresowanie w chwili, gdy akurat zaczęłam czuć się dobrze. Przez chwilę przeszło mi nawet przez myśl, czy nie dostałam przypadkiem jakiejś niewłaściwej kroplówki. Jeszcze tego dnia dostałam skurczy porodowych.

Zrobiono mi cesarkę i zabrano dziecko. Nikt nie chciał mi powiedzieć, czy żyje, czy nie. Gdy tak usilnie dopytywałam, jedna z pań z obsługi odburknęła w końcu, że gdyby umarło, to powiedzieliby mi. Do mojej sali przywieźli drugą panią po cesarce. Uprosiłam ją o telefon i zadzwoniłam do męża, żeby przyjechał i dowiedział się czegoś o naszym dziecku. Okazało się, że syn leży pod respiratorem i mamy czekać: dobie, drugą, kolejną – czy przeżyje. W środku nocy zbudziła mnie jakaś pani z obsługi medycznej. Serce mi waliło młotem. Myślałam, że przyszła powiedzieć, że synek umarł. Ale ona tylko chciała spytać, czy oddam dla niego krew.

Na szczęście wszystko dobrze się skończyło. Syn był silny.

Później urodziłam moje ostatnie dziecko.

Oskarek nie był planowany. Miałam 41 lat, byłam w wieku przejściowym i zaszłam w ciążę. Okazało się, że mam cukrzycę.

Oskar urodził się w siódmym miesiącu. Przez parę godzin miał maseczkę z tlenem, ale obeszło się bez respiratora. Nie leżeliśmy zbyt długo w szpitalu. W domu czekał niespełna 2-letni Adrian i 6-letnia Ania. Potrzebowali mnie.

Oskarek rozwijał się prawidłowo. Trochę długo czekaliśmy, aż usiadzie, czy zacznie chodzić, ale lekarze tłumaczyli to wcześniactwem i kazali się nie przejmować.

Skierowano nas na ćwiczenia Voty. Dzięki nim Oskar bardzo szybko usiadł. A od siadania do chodzenia minęły raptem trzy miesiące.

Wszystko było w porządku. Bawił się z rodzeństwem.

Mowa może nie była idealna, ale mówił „mama”, „tata”, „daj”. Wszystko było dobrze do momentu, aż zaczął notorycznie chorować. Średnio trzy razy w miesiącu byliśmy u lekarza. Nawet z tego powodu miał szczepienia odróżnione, zwłaszcza że jedno zniósł źle. W każdym razie od któregoś momentu notorycznie był chory. Dostawał antybiotyki. Najpierw jeden, później kolejny i następny. Gdy już nic nie działało, trafiliśmy do szpitala. Ledwo z niego wypuszczony, za chwilę znowu wracał. Mówię ci, to się wydawało nie kończyć. Jak wyleczyliśmy jedno zapalenie oskrzeli, to zapadał na kolejne. I antybiotyk szedł za antybiotykem.

Przez te jego problemy z infekcjami nie potrafię ci wskazać konkretnej daty, kiedy zauważyłam, że coś nie tak się z nim dzieje. Po prostu któregoś dnia zdałam sobie sprawę, że przestał się bawić zabawkami, nie cieszył się już na widok rodzeństwa, nie uśmiechał, na nic nie reagował. Żył w swoim świecie. Najchętniej kręcił się w kółko i w kółko obracał każdą rzecz, którą dostał do ręki.

Poszłam z nim do lekarza. Miałam przecież głębszego wcześniaka w domu. Widziałam różnicę między nim a Oskarem, który zachowywał się jak zdrowe, normalne dziecko i nagle zupełnie się wycofał. Powiedziano mi, że to wcześniak i tak się może zdarzać. Zaczęłam sama szukać informacji. W końcu postanowiłam, że jeszcze spróbuję pójść do doktora Błockiego. Wysłuchał mnie, dał skierowania na badania i do poradni. Powiedział, że podejrzewa autyzm.

W Zielonej Górze zgłosiłam się do Dalej Razem. Terminy czekania były długie, ale byłam nieugięta. Bez przerwy dzwoniłam pytając, czy nie zwolniło się jakieś miejsce i w przeciagu niecałego miesiąca udało mi się dostać. Potwierdzono autyzm.

To było jak wyrok.

Do dzisiaj nie pogodziłam się z tym do końca. Gdy dzieci są w szkole, mogę się wyrzucić i wykrzyknąć. Czasem płacę pod prysznicem. To na chwilę przynosi ulgę. Może gdyby on był od początku taki, to po prostu przyjąłabym, że taki jest. Ale ja słyszałam, jak mówi „mama”, i widziałam, jak się rozwija. A potem jak traci to wszystko.



Beata Barczyszyn

Jestem posiniaczona

Terapia tlenowa trochę pomaga. Ostatnio Oskar w gabinecie tlenowej wstał, tańczył i śpiewał „ija ija o”. A później przy kąpeli podczas czyszczenia paznokci odezwał się „ała”. Dla mnie to był szok. Bo Oskar od kilku lat nic nie mówił. I też wczoraj była taka sytuacja, że moja córka podeszła do mnie i usiadła mi na kolana, pocałowała. I Oskar, jak to zobaczył, odepchnął ją, wspiął się na palce i tak mnie przytulił...

A przecież zawsze jest obojętny, nie zwraca na nic uwagi. A to był jakiś przebłysk dziecięcej potrzeby przytulenia się.

Tak wyglądają moje radości z bycia mamą Oskara. I to są wielkie radości. Nie wiąże nadmiernych nadziei z tlenoterapią, ale jego stan poprawia się po sesjach.

Wiesz, co jest trudne? Jak idziemy gdzieś razem, to Oskar idzie w swoją stronę, a nie tam, gdzie go prowadzę, albo odzywa się swoim: „iii”. Ludzie się przyglądają. I słyszę te wszystkie szepty: „Ale matka”, „Bezstresowe wychowanie wychodzi”. To odbiera resztki sił. Zamiast tego wystarczyłby czyjś uśmiech, bo to tak, jakby ktoś powiedział: „Rozumiem, nie przejmujcie się, jesteście okej”.

Oskar jest, jaki jest. Ja go kocham nad życie. I zrobię wszystko, by mu na tyle pomóc, że jak mnie zabraknie – będzie mógł funkcjonować.

Chodzimy do tej komory i na terapię. Cały czas mam nadzieję, że Oskarek ruszy z miejsca. Skoro zareagował, uczestniczył w zabawie, próbował wypowiedzieć słowa, to jest szansa.

Oskar uwielbia łaskotanie, zabawę. Ale u autystyków to wygląda inaczej niż u innych dzieci. Przez parę sekund sprawia mu to przyjemność, ale w jednej chwili widzisz, że już musisz przestać, bo będzie źle, zacznie się denerwować. Wiesz, to jest tak, że on bawi się, jest zadowolony i nagle, jak za pstryknięciem, zaczyna płakać. I nie ma sposobu, żeby go uspokoić.

Pamiętam taki koszmar, kiedy Oskar się obudził i zaczął przeraźliwie płakać. Wstawał i rzucał się na łóżko. W pobliżu parapet. Bałam się, że zrobi sobie krzywdę. Po 30 minutach prób bezskutecznego uspokajania go i przyjmowania na siebie jego uderzeń i kopnięć, zablokowałam go sobą i siłą położyłam. On płakał, a ja ryczałam nad nim. Wydawało mi się, że go krzywdzę, choć nie miałam innego wyjścia, bo jeszcze większą krzywdę by sobie zrobił. Do tej pory zdarzają się takie sytuacje. Jestem cała posiniaczona. Bywa, że w złości mnie bije. I ja jestem w tym bezradna, i on. Tu nie pomogą upomnienia. Kiedy autystyk jest w swoim świecie, to nie wie, co się dzieje.

Pytałaś mnie o marzenia.

Jeżeli nie mogłabym mu pomóc, chciałabym, żeby Oskar umarł minutę przede mną. I uwierz, to jest marzenie wielu rodziców niskofunkcjonujących autystów.

Bo co takie dzieci czeka, gdy zabraknie rodziców? Zakład psychiatryczny? Autystyk nie będzie tam grzecznie siedzieć w jednym miejscu, nie będzie słuchać. Jedyne, co go może spotkać, to wiązanie pasami i szprycowane lekami na uspokojenie. Czy to jest życie?

wysłuchała
Marta Brych-Jackiewicz

Ciemno i pełno strachów 25 lat od ludobójstwa w Srebrenicy

- Dziś każdy polityk, każdy człowiek, który wykorzystuje retorykę wojenną, jest dla mnie spalony – mówi Robert Pałka. W latach 90. był na Bałkanach jako żołnierz pokojowych sił ONZ. Właśnie minęło 25 lat od masakry w Srebrenicy, największego ludobójstwa w Europie od czasu II wojny światowej

Zabijanie w Bośni było zabijaniem sąsiedzkim. Mordercy i mordowani znali się. Byli sobie bliscy. W naturze gwałtu jest bliskość. I w uderzeniu maczety, kiedy spada na czyjś kark.

Wojciech Tochman, reporter



Robert Pałka z bliska widział bałkańską wojnę

- Ludzie w pewnych warunkach stają się zwierzętami – mówi mi Robert Pałka, 46-latek. - Puszcza ją wszelkie hamulce, jeżeli nie ma żadnych zasad, żadnego nadzoru, kogoś, kto pilnuje porządku. Wtedy można wszystko. Dostaliśmy raz wezwanie, że w jednej z wiosek jest wbity granat z ręcznej wyrzutni przeciwpancernej. Wbił się w drzewo, ale nie wybuchł. Było niebezpieczeństwo, że kiedyś może. Skąd to się wzięło? Siedzieli kumple – 20-, 30-letni facci – i pili sobie wieczorem rakiję. Byli bardzo głośno. Przyszła matka jednego z nich, żeby ich upomnieć.

Klasyczna sytuacja. Ale zakończyć nie było klasyczne. Ten synek wstał, wziął wyrzutnię i strzelił do matki. Granatnik przebił ją na wyrost i wbił się w drzewo.

Przez chwilę milczymy.

Po jakimś czasie Robert dodaje: - Bo mu matka uwagę zwróciła...

Bałkański kocioł

Robert Pałka w 1991 r. poszedł do Szkoły Chorążych Wojsk Inżynieryjnych. Miał 18 lat. Było sześć osób na jedno miejsce, a egzaminy trwały tydzień. - Dostałem się jako jedyny, który nie miał wujka puł-

kownika albo generała – uśmiecha się.

Szef jego szkolnej kompanii był na misji w Kambodży. - Po rozmowie z nim pomyślałem, że też chciałbym wyjechać na misję, żeby zdobyć bojowe doświadczenie – wspomina. - Złożyłem raport o skierowanie na misję, który został pozytywnie rozpatrzony. Miałem pojechać do jednostki 1125 Warszawa, a potem do Centrum Szkolenia dla Potrzeb Sił Pokojowych ONZ w Kielcach. Tam uczyliśmy się 2,5 miesiąca.

Akurat był tworzony Polski Kontyngent Wojskowy Sił Ochronnych ONZ w byłej Jugosławii, tzw. UNPROFOR. Brakowało kadr. To był pierwszy polski kontyngent, który miał przeprowadzać działania operacyjne w ramach ONZ. Polska nie miała żadnego doświadczenia. - Dołączyłem do tej ekipy – mówi Pałka.

Na Bałkany razem z resztą żołnierzy wyleciał rządowym tupolewem z katowickich Pyrzowic. Był początek marca 1993.

Samolot wylądował na lotnisku w Zagrzebiu. Zapakowali ich na ciężarówki, żeby zawieźć do Slunja (dziś Chorwacja), gdzie stacjonowali. Łącznie około 150 osób. Wiele z nich potem szybko zrezy-



Nowosolanin pracował jako saper. Na cały batalion było ich ośmiu

gnowało. - Nie wytrzymali tego, co widzieli, strachu, ciśnienia. Tam była regularna wojna – zaznacza Robert. - Weszliśmy w samo centrum tych działań wojennych. Ostrzał codziennie, praktycznie nie było momentu, w którym nie słyszało się strzału. Do tego eksplozje. Wiesz, jak jesteś na środku i za sobą masz Chorwatów, a przed sobą Serbów, i oni zaczynają do siebie strzelać, to sytuacja jest mało komfortowa. Przesiedź 48 godzin pod ostrzałem. To był, jak to się mówi, bałkański kocioł, bo tam walczyły przeciw trzy strony: Serbowie, Bośniacy i Chorwaci.

Już w Karlovacu zobaczyli pierwsze ostrzelane budynki. - Zaczynało się już ściemniać, a my przejeżdżaliśmy przez linię rozdzielającą wojska chorwackie i serbskie. Tej miejscowości praktycznie nie było: kompletne ruiny, wszędzie miny, dużo czołgów, broni, żołnierzy. To był straszny widok na dzień dobry – podkreśla Robert Pałka.

W Slunju razem z kolegami przeszedł krótkie przeszkolenie i podział na poszczególne kompanie. Robert był saperem, zajmował się rozminowaniem terenu. Na cały batalion saperów było ośmiu, zostali podzieleni na dwa patrole. Ich



Patrol żołnierzy UNPROFOR-u, 1993 r.



Polscy żołnierze pojechali na wojnę w ramach sił pokojowych ONZ

najważniejszym zadaniem było szykowanie terenów pod przyszłe posterunki pokojowych sił ONZ. Reagowali też na sygnały od lokalnej ludności. Mieszkańcy prosili, by rozminować jakieś miejsce, bo bali się wychodzić z domu. - Mówili: przyszła w nocy bojówka, zgwałciła, zabiła, pokradła jedzenie i zwierzęta, a na koniec zaminowała teren. Wtedy my musieliśmy tam pojechać i go wyczyścić – tłumaczy mi Robert.

Na zdjęciach z czasów wojny w Bośni, które mi pokazuje, widzę młodziutkiego, przystojnego mężczyznę w mundurze. Mimo okoliczności najczęściej uśmiecha się do obiektywu. Jeszcze nie wie, jak bardzo ta wojna na niego wpłynie.

Radość zabijania

- Były często takie małe minki, nazywaliśmy je podkolanówkami. Ich było mnóstwo – opowiada. - Miały jeden cel: urwać komuś stopę. Nawet nie zabić kogoś. Dlatego że jeśli żyjesz, a jesteś ranny, to ktoś drugi będzie chciał ci pomóc. Czyli z dalszej bitwy są wykluczone co najmniej dwie osoby. Tak lepiej zagrać z przeciwnikiem.

Nierzadko było też tak, że o godz. 16.00 Serbowie i Chorwaci przychodzili ze sobą handlować. Ale o 17.00, gdy handel się kończył, wyciągali kałachy i strzelali do siebie. - Zabawa w to, kto kogo ustrzeli. Mieli przy tym radochę – mówi były żołnierz. - Widzieliśmy straszne sytuacje, jak ginęły dzieci, uciekali ludzie.

Później jego kompania dostała zadanie ochrony miejscowych. Pałka: - Zdarzało się, że przyjeżdżaliśmy do jakiejś wioski postawić posterunek ochronny i podchodzili do nas starsi ludzie, płakali i całowali po rękach. Dziękowali Bogu, bo ktoś wreszcie będzie ich pilnował i być może koszmar minie. A nie mają jak uciekać, bo co noc łazi tutaj jakaś banda i zaminowuje teren. Ci z miejscowych, którzy chcieli wojny totalnej, nie cierpieli nas. Ale ci, którzy chcieli pokoju, chcieli żyć jak ludzie – na nas czekali.

Jeszcze dzisiaj zginiesz

W Karlovacu nowosolanin poznał pewną rodzinę. Żona była Serbką, mąż – Chorwatem. Ona miała swoją cukiernię, on jeździł

jako kierowca karetki. - Gdy wybuchła wojna, przyszedł do nich sąsiad i powiedział do niej: „Ty serbska kur..., spie... stąd! I to szybko, bo jeszcze dzisiaj zginiesz”. Jak mąż przyjechał z pracy, musieli uciekać – wspomina Robert. - To, co mieli pod ręką, spakowali do tej karetki i wyjechali do Republiki Serbskiej Krajiny. On później tą karetką jeździł dalej jako sanitariusz wojskowy.

Robert Pałka mówi, że ludzie Bałkanów są porywczy. Że noszą w sobie duże pokłady radości życia, ale i nienawiści. - Do tego w momencie, kiedy wybuchła wojna, z więzień powychodzili mordercy, najgorsi zwyrodnialce – podkreśla. - I ci ludzie dostali do ręki broń z gwarancją bezkarności.

Dziś mówi wprost: z wojska zrezygnował przez to, co widział na Bałkanach: - Zobaczyłem, co wojna za sobą niesie. I że to nie jest nic dobrego. Dziś każdy polityk, każdy człowiek, który wykorzystuje retorykę wojenną, jest dla mnie spalony. Pokazuje tym, że nie ma pojęcia, czym tak naprawdę jest wojna. Myśleliśmy, że w Europie po II wojnie światowej nic takiego już się nie stanie. Ale stało się na Bałkanach, a dziś źle się dzieje np. na Ukrainie. A wychodząc dalej – w Syrii też rozgrywa się tragedia.

- Wojna mocno cię zmieniła? – pytam

- Tak. Miałem wyidealizowane pojęcie o wojsku – odpowiada Robert Pałka. - Ale stykając się z prawdziwą wojną, dochodzisz do wniosku, że... Boże, chroń nas przed czymś podobnym. To jest coś strasznego. W środku Europy w XX wieku sąsiad mordował sąsiada tylko dlatego, że wyznawał inną religię albo był trochę inny.

- Bywało, że bałeś się o swoje życie?

- Czasami tak. Jedziemy coś rozminować i nagle pojawia się jakiś oddział i pytają, co tu robimy. A jest ich z 30. „To nie wasz kraj, wyp... stąd!”. Trzeba było delikatnie się wycofywać. Mieliśmy zakaz jakiegokolwiek działalności zbrojnej, bo byliśmy przecież siłami pokojowymi. Ale zdarzało się, że też strzelaliśmy.

Według Roberta Pałki konflikt w tamtym rejonie tak naprawdę jeszcze się nie skończył. - Może wrócić ze względu na Kosowo. Serbowie tego nie odpuszczają – uważa.

Wojnę na Bałkanach obserwo-

wał do grudnia 1993. Wtedy wrócił do Polski.

Zagłada bośniackich muzułmanów

Ponad półtora roku później, w gorącym lipcu 1995 r., na pierwsze strony światowych gazet trafiła informacja o masakrze w Srebrenicy. Bośniaccy Serbowie masowo wymordowali muzułmanów z Bośni.

Generał Ratko Mladić kazał im wyselekcjonować chłopców i mężczyzn w wieku od 15 do 77 lat. Zginęło najprawdopodobniej grubo ponad 8300 ludzi. To największe ludobójstwo od czasów II wojny światowej.

Zostało przeprowadzone praktycznie na oczach holenderskich sił ONZ.

„Wtedy Holendrzy nie pomogli mieszkańcom Srebrenicy – pisze reporter Wojciech Tochman w swojej książce »Jakbyś kamień jadła«. - Do Potoczara zaraz przyszedli za nimi Serbowie, obstawili teren, weszli pomiędzy przerażonych, zabierali mężczyzn, odpychali kobiety. Kobiety płakały, dzieci kryły się w ich ramionach”.

Pałka: - Tych masakr było tam więcej już wcześniej, tylko że nie na taką skalę. Na początku bardzo często robiliśmy patrole, żeby ludzie czuli się bezpiecznie. Ale w nocy dzieją się różne rzeczy. „Noc jest ciemna i pełna strachów”, jak pisał George Martin. Nam się jednak wydawało, że to idzie w dobrą stronę. Jednak w pewnym momencie Serbowie, Bośniacy i Chorwaci przestali w jakikolwiek sposób się nas bać. Zauważyli, że w momentach konfliktowych my musimy się cofnąć, bo takie mamy rozkazy. Jeśli widzieliśmy dziecko, które zaraz miało zostać rozstrzelane, nie mieliśmy prawa zareagować.

Zawiodło wszystko

Gdy Robert Pałka dowiedział się o Srebrenicy, już w Polsce, nie był zszokowany. Pomyślał: dziwne, że



Żołnierz Robert Pałka. 27 lat wstecz

to stało się tak późno. - Bo masakry były codziennie, ale nie aż tak wielkie, jeśli chodzi o liczbę ofiar. Srebrenica stała się symbolem nagłośnionym przez media, który pokazywał porażkę sił pokojowych ONZ – podkreśla. - Tam zawiodło wszystko, od początku do końca. Głównie komunikacja i polityka. W tym czasie dowodzili tam Francuzi i prowadzili swoją politykę wobec Serbów. Można było do tego nie dopuścić. Wiem, że Holendrzy prosili o wysłanie wsparcia. To nie trwało pół godziny. Dostali odpowiedź, że muszą wysłać prośbę na piśmie. Zrobili to i dostali kolejną:

wysłaliście wniosek na złym formularzu. Parodia. Nie zadziałało nic, żadne procedury. Dlatego wydarzyło się to masowe mordowanie ludzi, ta zbrodnia przeciwko ludzkości.

Czy jako ludzie wyciągnęliśmy jakąkolwiek naukę z masakry w Srebrenicy? - Nie. Niczego się nie nauczyliśmy – uważa Robert Pałka. - To się może powtórzyć w Europie. Najprędzej znowu na Bałkanach, ale z niepokojem patrzę też na Wschód. Co chwilę na świecie wybucha przecież jakiś nowy konflikt, ludzie mordują się nadal.

Mateusz Pojnar



Wielu mieszkańców wskutek działań zbrojnych straciło swoje domy



Cmentarz-pomnik ofiar masakry w Srebrenicy (fot. NaszeBalkany.pl)

Czarny bez z Bożej Apteki

Korzystajmy z hojności Natury, która obdarzyła nas wszystkim, czego potrzebujemy, żeby żyć w zdrowiu i szczęściu. Czarny bez, obok szalwii, to jeden z moich faworytów. Dziś znajdziesz przepisy i możliwości, jakie niesie za sobą Boża Apteka – pisze w swoim cyklu „Cudowna medycyna” Barbara Habura

„Kto będąc chory każdego dnia będzie ucinął sobie drzemkę w cieniu bzu, ten powróci do zdrowia”. Tak wielkie zaufanie pokładali w moc czarnego bzu nasi przodkowie. Od czasów antycznych aż do dziś korzystamy z bezcennych właściwości rośliny.

Żeby nie zapomnieć, co się z czym je, dziś przypominam o leku prosto z Bożej Apteki. Teraz kilka ciekawostek do opowiadania przy herbacie, bo o mało których roślinach istnieje równie wiele opowieści i legend, jak o czarnym bzie. Zaczniemy od faktów.

Antyczna apteczka

Ponad 10 lat temu archeolodzy odnaleźli zatopiony u wybrzeży Toskanii rzymski statek. Jego katastrofa miała miejsce ok. 130 r. p.n.e. Statek prawdopodobnie transportował wino, ceramikę i szkło. Mimo że nie udało się ustalić jego trasy, naukowcy doszli do tego, że bezsprzecznie na jego pokładzie znajdował się uzdrowiciel.

Świadczyło o tym drewniane pudełko wypełnione lekarstwami, czyli po prostu apteczka. Głęboko na dnie morza zakonserwowała się doskonale, a po jej otwarciu znaleziono wewnątrz garści różnej maści tabletek. Korzystając z badań DNA, naukowcy określili ich skład.

Pigułki zawierały: naturalne zioła, pokarmy i rośliny, w tym kruszony seler, cebulę, marchew, kapustę, kasztany, lucernę, rzodkiewkę, krwawnik pospolity, pietruszkę, nasturcję, hibiskus, glinkę i czarny bez właśnie. Obok znaleziono mózdzierz, prawdopodobnie używany do rozdrabniania roślin i ziół.

Ci przebiegli Rzymianie...

- To spektakularne odkrycie – powiedział na ten temat dr Alain Touwaide z Instytutu Smithsonian Conservation Biology w Waszyngtonie. Dowód na to, że rośliny i warzywa były kruszone w mózdzierzu, stanowiły pozostałości włoskiej glinki, która do dziś jest stosowana w leczeniu zaburzeń żołądkowo-jelitowych. To odkrycie oznacza odnalezienie najstarszych znanych pozostałości dawnych leków.

Pewne jest to, że leki znalezione w antycznej apteczce były stosowane w leczeniu ogólnego złego samopoczucia, infekcji



Czarny bez znany jest również jako bzuwina, hyćka, chłopska apteczka, apteczka Pana Boga i bajstruk

I dolegliwości trawiennych żeglarzy na pełnym morzu. Właściwie wszystkie te składniki stosujemy nadal, bo powszechnie wiadomo, że seler stosuje się na reumatyzm, a cebulę – na infekcje.

Znamiennym dla współczesnych czasów jest fakt, że ludzie myśląc o medycynie alternatywnej wyobrażają sobie szamańskie przepisy na zupełne skruszonego pazura tasmańskiego diabła, obgryzionego paznokcia świerka, muchy spod stołu więdzmy z dodatkiem odrobiny lubczyku zebranego w najkrótszą noc Strupa I Zajadu. To jest dopiero średniowieczne podejście! Zioła, rośliny i warzywa mają w składzie dokładnie te same związki chemiczne, co tak pożądane tabletki. Ogromną przewagą roślin jest to, że forma pochodząca prosto z Bożej Apteki jest znacznie łatwiej rozpoznawana i przyswajana przez nasze organizmy. Oczywiście nie zawsze wszystko załatwimy naturalnie, ale znaczną większość – owszem.

Legenda o bzie

Czarny bez ma wiele nazw. Znany jest jako bzuwina, hyćka, chłopska apteczka, apteczka Pana Boga i bajstruk.

Antyczni mieszkańcy Rzymu przypisywali mu cudowne właściwości, stosowali jako lek wykrztuśny i odprowadzający żółć. Gotowane w winie korzenie pomagały na ukąszenie węża, a miejskie piękności farbowały nim włosy. Służył też do ozdabiania trumien i ciał zmarłych – in-

tensywna i specyficzna woń jego kwiatów miała pochłonać nieprzyjemny zapach zmarłych.

Rzymianie wierzyli również, że krzew zamieszkiwany jest przez głodne duchy polujące na żywych i pragnące zabrać ich do krainy śmierci. Z tego powodu wodę, którą obmyto ciało zmarłego – zwaną trupią wodą – wylewano pod czarny bez, by nakarmić głodne duchy i odwrócić ich uwagę od żywych.

Słowianie przypisali bzu kontakty ze światem zmarłych. Germanie z kolei wierzyli, że w krzewie gnieźdzą się demony i duchy zmarłych powracające na ziemię, by zemścić się na tych, którzy ich źle traktowali za życia. Jednocześnie traktowali bez jako drzewo życia. Był jednym z ważniejszych w „świętym gaju”. Celtowie z kolei unikali spaceru obok bzu nocą, jako że byli pewni, że może to być ostatni spacer w ich życiu. Średniowieczna medycyna klasztorna ceniła go wysoko traktując jako uniwersalny środek na wszystkie choroby, a wiejskie zielarki zalecały zerwać kwiaty w dzień św. Jana, w samo południe, usmażyć i zjeść, aby wyleczyć gorączkę, febrę czy katar.

Wykorzystanie

Czarny bez jest jednym z najskuteczniejszych środków do leczenia chorób dróg oddechowych. Bogaty w flawonoidy antyoksydacyjne, wyjątkowo nadaje się zarówno do zapobiegania, jak i leczenia choroby ze względu na swoją unikalną zdolność do zmniejszania obrzę-

ku błon śluzowych.

Kwiaty bzu działają napotnie, przeciwgorączkowo, wykrztuśnie i delikatnie moczopędnie. Zalecane są przy grypie, przeziębieniach z gorączką, na suchy kaszel, a także wspomagająco w chorobach reumatycznych i stanach zapalnych dróg moczowych. Skutecznie zwalczają migreny, bóle głowy i bezsenność. Zewnętrznie naparu można użyć do przemywania chorobowo zmienionej skóry i do płukania jamy ustnej i gardła. Napar jest także doskonałym tonikiem do poszarzałej, ziemistej skóry. Kwiatów bzu nie wolno stosować w przypadku odwonienia organizmu.

Owoce czarnego bzu mają również potężne właściwości przeciwzapalne i przeciwwirusowe. Pomagają w migrenach, silnych nerwobólach: rwie kulszowej, zapaleniu nerwu trójdzielnego, zapaleniu korzonków nerwowych. Kto przeżył, ten wie, że jeśli trzeba szukać lekarstwa na krzaka, to pójdzie się i tam. Owoce pomogą również na przewlekłe zaparcia, złą przemianę materii, oczyszczą nasz organizm z toksyn. Wsparcie w chorobach reumatycznych i neurologicznych. Wyleczą przeziębienie. Cenną informacją będzie to, że uszczelniają i uelastyczniają naczynia włosowate oraz obniżają poziom złego cholesterolu. Pomocne są w stanach zapalnych żołądka i jelit.

Zbiór

Kiedy już podziękujemy bzowi za możliwość korzystania z kwia-

tów i owoców, a dzień jest suchy i pogodny, ścinamy baldachy kwiatów w początkowej fazie kwitnienia. Układamy je delikatnie w koszyku, uważając, żeby ich nie pognieść, bo łatwo czernieją. Jeśli ze zbioru wracamy samochodem, warto przykryć kosz bawełnianą chustą. Pamiętajmy o ich ciężkim zapachu, który może wywołać zawroty głowy. Kwiaty suszymy rozłożone cienką warstwą w przewiewnym i zacienionym miejscu. Po ususzeniu strząsamy kwiatki, a szypułki wyrzucamy. Przechowujemy w ciemnych pojemnikach.

Podobnie zbieramy owoce. Ważne, żeby zwrócić uwagę na niedojrzałe, przejrzałe lub zepsute owoce. Takie odrywamy od szypulek. Dobrze mieć na dłoniach rękawice, bo sok bardzo brudzi i niełatwo go zmyć. Ze świeżych owoców można zrobić powidlą, nalewkę lub sok. Owoce przeznaczone do suszenia rozkładamy cienką warstwą na słońcu i dosuszamy w piekarniku rozgrzanym do 30-50 st. Celjusza. Trzeba uważać, by ich nie przypalić. Należy zapamiętać, że spożycie surowych owoców czarnego bzu może skutkować poważnym zatruciem, a dowolne części rośliny spożywać można w przeróżnych postaciach dopiero po suszeniu.

Przepisy

Sok. Świeże i dojrzałe owoce odrywamy od baldachów, płuczemy pod bieżącą wodą i umieszczamy w garnku. Na dno wlewamy odrobinę wody. Ogrzewamy na małym ogniu, często mieszając, do czasu aż puszczą sok. Rozcieramy na miazgę, przeciskamy przez płótno lub sitko, studzimy. Doprawiamy miodem lub cukrem (polecam miód), podgrzewamy. Gorący sok wlewamy do butelek. Pijemy po 2 łyżki soku (dzieci 1 łyżka), rozpuszczone w szklance wody 2-3 razy dziennie. Stosujemy w chorobach opisanych powyżej lub dla wzmocnienia odporności.

Napar z kwiatów. Jedną łyżkę suszonych kwiatów zalewamy wrzącą wodą i odstawiamy na 15 minut do naciągnięcia. Pijemy ciepły napar małymi łykami. Pierwszego dnia 3 szklanki w równych odstępach czasu, w następnych po 2 szklanki. To doskonały środek na uporczywy suchy kaszel, gorączkę, chrypkę. Można nim płukać gardło lub przemyć twarz.

Barbara Habura

Tygodnik **SPORT**

Puchar Polski: Błękitni bez plamy na honorze

Mimo że zespół z Lubięcina przegrał u siebie z trzecioligowcem z Gorzowa 1:5, o wstydu nie może być mowy. Podopieczni trenera Przemysława Kowalczyka zostawili na boisku serce, kibice stanęli na wysokości zadania, a honorową bramkę dla nas zdobył Radek Woźniak, 15-latek



Błękitni Lubięcina w sobotę pokazali charakter...

Zacznijmy od pryncypiów. Błękitni Lubięcina w sobotę grali mecz w ramach 1/8 lubuskiego szczebla pucharu Polski. Przegrali we własnych progach 1:5. Dla Warty strzelał trzykrotnie Dominik Zakrzewski, po голу dołożyli Radosław Mikołajczak i Paweł Krauz. A dla Błękitnych trafił zaledwie 15-letni Radek Woźniak, bravo! - Z naszej perspektywy mecz wyglądał dobrze. Graliśmy tak, jak założyliśmy to sobie przed spotkaniem - mówi nam Radek. - Na pewno ta bramka spowodowała u mnie wspaniałe uczucie, jestem bardzo szczęśliwy. Bardzo optymistycznie podchodzimy do nadchodzącego sezonu, postaramy się zająć jak najwyższą lokatę w klasie A.

Trzeba odnotować, że Radek nie był jedynym 15-latkem, który w sobotę zagrał. Błękitni wpuścili też Michała Karacza. Fajnie, że stawiają na bardzo młodych piłkarzy.

Wygrana Warty, beniaminka III ligi, z A-klasowcem była do przewidzenia, ale i tak Błękitni mają powody do dumy. Na boisku walczyli i pokazali charakter. Świetnie na trybunach pokazali się kibice. Był dobry, pozytywny doping i transparenty: „Lubięcina Pany Błękitni” czy „Zawsze wierni LKS”.

Przemysława Kowalczyka, trenera Błękitnych na meczu nie było [pojechał na obóz z młodzieżą

Arki Nowa Sól, przeczytasz o tym na str. 21], ale oglądał transmisję wideo i łączył się z zawodnikami przed meczem, w przerwie i po spotkaniu.

- Przeciwnik narzucił nam swoje granie. My zagraliśmy niskim pressingiem, bo gdybyśmy poszli na otwartą wymianę, byłoby z nami ciężko - mówi trener Kowalczyk. - Czasami mogliśmy bardziej szanować piłkę, bo skoro Warta Gorzów daje ci grać, to warto z tego skorzystać. Ale jednego naprawdę nie jestem w stanie odmówić chłopakom: zaangażowania, bo dali z siebie wszystko.

To jak najbardziej na plus. Straciliśmy pięć bramek, tylko pamiętajmy, że Warta jest zespołem z innej półki. Rozmawiałem z trenerem gorzowian Pawłem Wójcikiem, którego byłem kiedyś kursantem, i powiedział, że jak na to, co mamy, to naprawdę super to wygląda. Życzył nam awansu. Podkreślił też, że świetną otoczkę robią nasi kibice. Nigdy nie widziałem tylu fanów na naszym boisku, jestem im za to bardzo wdzięczny. To był klasowy doping. Dobrze też, że uczciliśmy minutą ciszy śmierć Dawida Dłoniaka, byłego bramkarza Stilonu.

Trenera cieszy szczególnie gol na



... i nie odpuszczali Warcie na krok

4:1 młodzieńczego Woźniaka, który wszedł na boisko chwilę wcześniej. Przemysław Kowalczyk dodaje, że jego zespół będzie chciał w każdym meczu klasy A grać o zwycięstwo: - Nie powiem, że walczyliśmy o awans. Walczymy o górną połowę tabeli, a gdyby udało nam się awansować - super. Będziemy starali się po prostu zająć jak najwyższe miejsce.

Kadra drużyny się nie zmieniła z jednym wyjątkiem: Marcin Kasprzyk trafił do Arki na półroczne wypożyczenie. Na starcie klasy A może być problem, bo Kowalczyk i Tomasz Woźny będą pauzo-

wali.

Patryk Kaniuk w sobotę był kapitanem Błękitnych. - Myślę, że na punkcie trzecioligowca nie wyglądaliśmy źle - ocenia. - Było dużo walki z naszej strony i ogromne zaangażowanie na boisku. Jestem bardzo dumny z mojej drużyny i oczywiście z naszych niesamowitych kibiców, bo stanęli na wysokości zadania. Brawa dla nich. Sądzę, że będziemy liczącym się zespołem w tym sezonie. Kadra jest dobra, więc dlaczego nie powalczyć o najwyższy cel, czyli awans?

Mateusz Pojnar



Wielki szacunek dla fanów Błękitnych! Pokazali w meczu z Gorzowem dużą klasę

Szlak Czterech Podków czeka na Was!

Już w najbliższą niedzielę zapraszamy do Solnik w gminie Kozuchów na coroczny bieg Szlakiem Czterech Podków. - Trasa biegu została wytyczona w okolicy Solnik po drogach leśnych i polnych. Widoki są wspaniałe – zachęca do wzięcia udziału w imprezie Ireneusz Pietruczynik, jeden z organizatorów. A kto brał udział w biegu w przeszłości, ten wie, że to nie jest ciche gadanie!



Bieg w Solnikach wystartuje o godz. 11.00. Polecamy tę imprezę (fot. arch.)

- Chcemy poprzez bieg promować Solniki – mówił na łamach „Tygodnika Krag” podczas ubiegłorocznej edycji imprezy Piotr Skwierczyński, sołtys Solnik. - U nas zaczynają się Wzgórza Dalkowskie, mamy potężne wąwozy, najstarszy kościół w diecezji zielonogórsko-gorzowskiej z 1200 r., a w nim piękny ołtarz. Jest u nas pięknie, wszystkich turystów zapraszamy. Lasy Państwowe zrobiły też piękną ścieżkę z tablicami informacyjnymi. Województwo lubuskie od jakiegoś czasu promuje lokalnych wytwórców, a u nas są sady, mamy lokalne soki czy oleje.

W 2019 r. sportowcy przemie-

rzyli 6 km w pięknych okolicznościach przyrody. Startowało wtedy 24 biegaczy. Wygrał Radek Michalczak z czasem 24:15, drugi był Dawid Poklepa – 24:42, a trzeci Grzegorz Szymalak, który wykręcił czas 25:49.

- Pierwszy raz wystartowałem w Solnikach, chciałem zobaczyć, jak wygląda ta impreza – mówił wtedy nowosolanin Dawid Poklepa.

A już w najbliższą niedzielę 26 lipca odbędzie się piąta edycja imprezy w Solnikach. - Wystartujemy o godz. 11.00 spod świetlicy wiejskiej, dystans to znowu ok. 6 km – zapowiada Ireneusz Pietruczynik, jeden z organizato-

rów Szlakiem Czterech Podków. - Trasa biegu została wytyczona w okolicy Solnik po drogach leśnych i polnych. Widoki są wspaniałe, ścieżki w lesie zacienione. Kilka podbiegów i zbiegów – teren pagórkowaty. Trudność trasy? Umiarkowana. Po biegu wszystkich uczestników zapraszamy na posiłek, a dodatkowo proponujemy zwiedzanie pałacu w Solnikach otwartego w ramach Lubuskiego Paszportu Turystycznego.

Więcej informacji znajdziecie na stronie www.super-sport.com.pl albo telefonicznie: 609 693 619; 570 084 200; 517 200 271.

Mateusz Pojnar

Biegacze Astry w dobrej formie



Założa trenera Biesiady na mytingu we Włocławku

W sobotę 18 lipca we Włocławku odbył się Mityng Lekkoatletyczny o Puchar Kujaw. W zawodach wystartowało ośmioro zawodników nowosolskiej Astry. Ryszard Biesiada, trener, przyznaje, że to był bardzo udany występ jego podopiecznych. W biegu na 600 metrów szósta na metę dotarła Martyna Korwel z czasem 1:48:99, poprawiając swój rekord życiowy. W biegu na 1000 metrów z przeszkodami doskonale wypadła Jagoda Wawrzykowska osiągając czas 4:00:61, także poprawiając swoją życiówkę. W biegu na 3000 metrów dziewczyn ścigała się

Liliana Młynarczyk, która nabiegała 10:46:51, oraz Zofia Chorostkowska osiągając czas 11:37:23. Zosia tym wynikiem poprawiła swoją życiówkę o 30 sekund. Kornelia Chróściel również osiągnęła na tym dystansie dobry czas 12:19:75. Jeśli chodzi o męską część Astry, to w biegu na 10 kilometrów Adam Marysiak dotarł na metę czwarty z wynikiem 32:52:48, Jakub Wawrzykowski ósmy z wynikiem 33:54:79 - poprawił swój rekord życiowy.

Kacper Dudziak z wynikiem 36:03:88 również wykręcił życiówkę.

Monika Owczarek

Większa sportowa rodzina

Nadrabiamy zaległości w cyklu „Sportowiec rodzicem”. Kolejne dzieci przyszły na świat i powiększyły sportową rodzinę powiatu nowosolskiego

Tydzień temu napisaliśmy, że ojcem został Dawid Marciniak, zawodnik Pogoni Przyborów.

Spieszymy z kolejnymi dobrymi wieściami! Na świat przyszedł też synek piłkarza Czarnych Rudno Rafała Sobczaka. Na imię mu Aleksander. Waży 3580 g, mierzy 55 cm.

Czarni żartują, że to ich pierwszy transfer przed sezonem 2020/2021. „Witamy serdecznie i życzymy dużo

zdrówka i uśmiechu” – piszą nasi piłkarze. Rafał, gratulujemy!

Wielkie gratulacje również dla Grzegorza Kuczyńskiego, byłego piłkarza m.in. Modrzewia Modrzyca, a teraz zapalonego zawodnika darta z KS Rampa. Alicja, jego córeczka, przyszła na świat 30 czerwca, waży 3420 g, mierzy 57 cm. - Tata jest bardzo szczęśliwy – uśmiecha się Grzegorz.

(matp)



Rafał Sobczak z Czarnych Rudno razem z synkiem



Grzegorz Kuczyński (KS Rampa) z córeczką Alą

Znów pójdziemy na mecz!

Już w najbliższą sobotę 25 lipca wracają rozgrywki piłkarskie. Jeśli chodzi o mecze u siebie, szczególnie ciekawie zapowiadają się spotkanie Arki Nowa Sól – pierwsze po powrocie do IV ligi – czy starcie beniaminka z Siedliska z Promieniem Żary. A jak prezentuje się Odra Bytom Odrzański, która zagra z Górzynem?

Korona Kozuchów przegrała ostatnio w sparingu 0:2 ze Strzegomem z dolnośląskiej IV ligi. Ta ekipa otarła się awans do III. - Myślę, że po tym, co pokazaliśmy na tle tak dobrego zespołu, możemy być optymistami. Wyglądało to nieźle, były naprawdę dobre momenty. Ale podchodzimy do tego tak, że za ładną grę punktów w lidze nam nikt nie da – mówi Paweł Zwolski, prezes Korony. - Mieliśmy w przeszłości wieczne zawirowania w kadrze i mówiliśmy najpierw, że gramy o utrzymanie, później o spokojne utrzymanie, ale teraz mam poważniejszy cel – chciałbym, żebyśmy w tej lidze zaistnieli i grali o górną część tabeli. Nie chcę być złe odebrany, bo to jest sport, ale patrząc na zawodników, jakimi dysponujemy, warto poprzeczkę postawić wysoko.

Pierwszy ligowy mecz kożuchowianie zagrają ze Spójnią na wyjeździe. Dla Korony to był zawsze trudny teren. - To będzie ciężki mecz – nie ma wątpliwości Paweł Zwolski. - Ten rywal nigdy nam nie leżał. Spójnia jest praktycznie od zawsze w IV lidze i może wywieźliśmy stam-

tać jakiś remis, ale to było dawno temu. Drużyna z Ośna jest silna fizycznie, a my chyba niekoniecznie lubimy grać z takimi zespołami.

- Jako zawodnik czy trener nigdy nie zdobyłem nawet punktu na Spójni – przyznaje Marcin Janik, trener Korony. Ale może to jest ten moment, by to zmienić? - Każda zła passa kiedyś się przecieć kończy – uśmiecha się Janik. - Byłem na pucharowym meczu Spójni w Przybyszowie, przegrała 4:1, ale to naprawdę groźny zespół i ten mecz mógł potoczyć się zupełnie inaczej.

Trener Korony jest zadowolony z okresu przygotowawczego. - Były jakieś drobne urazy, ale większe kontuzje nas ominęły – cieszy się. - Frekwencja na treningach dopisywała, a nasi sparingpartnerzy byli wymagający. Sądzę, że wszystko idzie w dobrą stronę, ale to już zweryfikuje liga.

Jeśli chodzi o kadrę, nie wiadomo jeszcze na sto procent, czy w Koronie zagrają w tym sezonie Piotr Nitka i Dawid Matysik. Z powodów zawodowych odszedł Mateusz Reus. Do zespołu

wrócili za to Kacper Żak i Paweł Rojek. Z Koroną trenuje też ukraiński zawodnik, ale potwierdzenie tego transferu może trochę potrwać. Mimo wszystko kadra na papierze prezentuje się okazale.

Marcin Janik: - Nie chcę mówić o jakichś górnoletnich celach na ten sezon, ale chciałbym zająć po pierwszej rundzie miejsce wyższe niż w ub. sezonie. Jak będziemy w pierwszej ósemce, w rundzie rewanżowej można mówić bardziej konkretnie o celu.

Arka wraca na stare śmieci

Arka Nowa Sól w sobotę wygrała mecz kontrolny z Przylepem 4:1. - Rozplanowanie treningów i sparingów w czasie koronawirusa to była rzecz, z którą musieliśmy się jakoś uporać – mówi trener Arki Mieczysław Sobczak. - Ale mając to na uwadze, drużyna została w miarę przygotowana. Jak to wyjdzie, jeśli chodzi o wynik sportowy, trudno przewidzieć. Wiele czynników na to wpłynie.

W sobotę nowosolanie zagrają

u siebie z Tęczą, to będzie nasz pierwszy mecz po powrocie do IV ligi. - Bardzo bym chciał, żeby drużyna wywiązała się z zadań taktycznych. Ustalimy sobie zasady, jak mamy funkcjonować na boisku – podkreśla Sobczak. - W sparingach widziałem momenty bardzo dobrej gry taktycznej, ale i momenty bardzo słabej.

Trener dodaje, że kadra nie wygląda źle, ale są w niej zawodnicy, którzy łatwo łapią kontuzje: - Dlatego nie wiem, co może się wydarzyć w trakcie sezonu. Dołączyliśmy do nas kilku chłopaków z rocznika 2003 i w tej chwili mamy 23-osobową kadrę. Na pewno dużym wzmocnieniem jest Marcin Tomczak, chociaż praca nie pozwala mu na to, by zaliczać odpowiednią liczbę treningów. Wzmocnienie to też Kuba Dębiczak. Obaj mają do-

świadczenie na poziomie czwartoligowym.

Trener Sobczak podkreśla też, że atutem Arki mogą być napastnicy.

Jednocześnie zastanawia się, jak jego zespół będzie reagował w kryzysowych sytuacjach. - W okręgówce praktycznie wszystko wygrywali. Zobaczymy, jak będzie, gdy zaczniemy przegrywać i wynik trzeba będzie gonić – zaznacza Mieczysław Sobczak.

Odra i GKS u siebie

W sobotę wystartuje też klasa okręgowa. Odra zagra u siebie z Górzynem, a Siedlisko z Promieniem. Pogoń Przyborów pojedzie do Zielonej Góry na mecz z Chynowianką, Mieszko Konotop powalczy w Łęknicy.

Mateusz Pojnar

Sobota
· **IV liga**
Arka Nowa Sól – Tęcza Krosno Odrzańskie 17.00
· **Okręgówka**
GKS Siedlisko – Promień Żary 17.00
Odra Bytom Odrzański – LZS Kań Górzyn 17.00

Po obozie Arki: Tydzień pełen wrażeń

Młodzi piłkarze wrócili już ze zgrupowania w Darłowie. - Dla nas najważniejsza rzecz to przekaz, jaki płynie od dzieciaków, które były radosne, szczęśliwe i uśmiechnięte, bo czerpały wiele zadowolenia z pobytu na obozie – opowiada Mirosław Baranowski z Arki Nowa Sól

Młoda Arka pojechała do Darłowa na obóz w niedzielę 12 lipca. - Baza sportowa i noclegowa była na najwyższym poziomie – ocenia Mirosław Baranowski, dyrektor ds. sportowych i jeden z trenerów Arki. - Mieliśmy do dyspozycji dwa pełnowymiarowe boiska z naturalną nawierzchnią, jedno z nawierzchnią sztuczną i orlika. A w naszym ośrodku dodatkowo basen i boisko do małych gier, siatkówki i badmintona.

Dzień zawodników rozpoczął się o godz. 7.30 pobudką. Przed śniadaniem był trening wprowadzający, ogólnorozwojowy – z koordynacją i ćwiczeniami stabilizującymi. Po posiłku kolejny trening, potem obiad, a po nim regeneracja i kolejne zajęcia.

- Po treningu chwila odpoczynku i kolacja, później następny trening lub małe gry – turnieje siatkówki czy badmintona – wspomina Baranowski.

Dzieciaki miały też do dyspozycji świetlicę multimedialną, gdzie można było wieczorem skorzy-



Nowosolanie mieli też treningi na plaży, gdzie szlifowali technikę użytkową

stać z bilarda, pograć na PlayStation i obejrzeć mecz. Arkowicze wyruszyli również w rejs po Bałtyku galeonem, odwiedzili park wodny Jan w Darłowie.

Ale to jest hit: odbyli trening pokazowy beach soccera, który poprowadził Wojciech Polakowski, trener reprezentacji Polski U-21 w plażówce. Nie mniej radochy dała chłopakom przejażdż-

ka ciuchcią turystyczną na trasie Darłowo – Darłówek.

- Rozegraliśmy dwa sparingi z drużynami, które w tym czasie przebywały w Darłowie na obozach – dodaje Mirosław Baranowski. - Nasi młodszy zawodnicy zagraли z Akademią Piłkarską Kania Cup z Gorzowa, a starsi z UKS Olimpijczyk Kwakowo. Dla nas najważniejsza rzecz to prze-

kaz, jaki płynie od dzieciaków, które były radosne, szczęśliwe i uśmiechnięte, bo czerpały wiele zadowolenia z pobytu na obozie. Mam nadzieję, że wyniosły z tego zgrupowania dużo dobrego, a nauka elementów piłki nożnej pozwoli im podwyższać swoje umiejętności.

Baranowski przyznaje, że dla trenerów i działaczy miłe jest to,

że zaufali im rodzice, którzy powierzyli im opiekę nad dziećmi przez tydzień. - Chciałbym im serdecznie podziękować za to, że tworzymy jedną wielką piłkarską rodzinę, która wzajemnie się wspiera – mówi.

I dziękuję wszystkim, którzy przyczynili się do organizacji i przebiegu tego obozu, m.in. Obozom Sportowym POLAK w Darłowie. - Pan Polakowski zadbał o najdrobniejsze szczegóły podczas naszego pobytu. Jego pomoc w organizacji okazała się nieoceniona – mówi Mirosław Baranowski.

Dyrektor ds. sportowych Arki dodaje na koniec: - Dziękujemy kadrze trenerskiej za wkład i pracę, jaką wykonali podczas obozu. Ale przede wszystkim należą się wielkie podziękowania dla pana Jacka Kaźmierczaka, niestety byłego już prezesa Arki, bo to on był wielkim zwolennikiem zorganizowania obozu i konsekwentnie dążył do realizacji tego projektu.

Mateusz Pojnar

Z obozu na obóz, czyli Kamila w trasie

Nowosolska biegaczka Kamila Pogoda wróciła ze zgrupowania kadry narodowej w Wałczu. Ale długo w domu nie usiadła i pojechała na kolejne, tym razem do Jakuszyca. - Staram się cierpliwie czekać na formę startową – mówi nam Kamila

Zawodniczka Adam Draczyński Running Team z obozu w Wałczu, gdzie trenowała z kadrą Polski, wróciła w niedzielę 12 lipca. To było dwutygodniowe zgrupowanie.

- Obóz był w porządku. To nie jest jeszcze to, czego bym od siebie wymagała, ale staram się cierpliwie czekać na formę startową – mówi „Tygodnikowi Krąg”

Kamila Pogoda.

Nasza zawodniczka długo w domu nie zabawiła, bo już w poniedziałek 20 lipca pojechała na kolejne zgrupowanie kadrowe – tym razem do Jakuszyca. Ten obóz również potrwa dwa tygodnie. - Mam nadzieję, że tam już nastąpi jakieś przebudzenie i będzie mi się biegało coraz lepiej – uśmiecha się Kamila.

Ok. 10 dni po powrocie z Jakuszyca ma zaplanowany pierwszy start w Gdańsku w biegu na 3000 m. - Na nim muszę już potwierdzić swoją dyspozycję startową. Później aż do końca września praktycznie co tydzień będę miała jakieś zawody – podkreśla Kamila Pogoda.

Trzymajmy kciuki za jej występ!

Mateusz Pojnar



Kamila Pogoda trenuje, by następny sezon należał do niej (fot. Paulina Kaczyńska)

Finały mistrzostw Polski? Drzwi otwarte!

Oliwia Trznadel i Zuzanna Suska z Aresa awansowały do finałów mistrzostw kadetek na plaży. Kolejna nowosolanka – Julia Sobczak – wywalczyła przepustkę do gry w finałach w kategorii juniorek



Zuzanna i Oliwia grają dalej w MP kadetek (fot. FB: UKS Ares)



Julia Sobczak (fot. Marcin Selerski/Marcin.biz)

„Zuzia i Oliwia, brawo” – napisał na Facebooku UKS Ares Nowa Sól. A chodzi o to, że...: „Młodszy

rocznikiem zdobywamy czwarte miejsce i awans do finałów mistrzostw Polski kadetek”.

Półfinały odbyły się w Warszawie na plaży Monta Beach. Stawili się czołowe kluby w Polsce.

„Zdobycie czwartego miejsca (mecz przegrany w tie-breaku z Warszawą) daje dużo radości i dumy z dziewczyn. (...) Cały klub i trenerzy są z was dumni” - piszą na FB Aresa.

Zuzanna i Oliwia za kilka dni wezmą też udział w finałach MP młodzieńców, czyli w macierzystej kategorii.

A nowosolanka Julia Sobczak, która gra teraz na plaży z Anną Korth reprezentując Gdynską Akademię Siatkówki, awansowała z kolei do finałów MP juniorek! Dziewczyny zajęły czwarte miejsce na turnieju w Warszawie,

gdzie zameldowało się 26 duetów. Osiem najlepszych uzyskało awans do finałów.

- Cieszę się, że zyskałam ze swoją sportową partnerką kolejne nowe doświadczenia, które przydadzą się w najważniejszych teraz zawodach, do jakich się przygotowujemy – mówiła na naszych łamach przed dwoma tygodniami Julia Sobczak. I dodała: - Gdynska Akademia Siatkówki umożliwia naprawę wiele. Uważam, że decyzja letniego wyjazdu była jedną z najlepszych w moim całym dotychczasowym siatkarskim życiu.

Mateusz Pojnar

Jak wygląda terminarz Trójki? W 5. kolejce derby ze Świebodzinem!

Poznaliśmy rozkład gier piłkarzy ręcznych. Na parkiet Trójka wróci 19 września. Zagramy wtedy na wyjeździe ze Spartą Oborniki. We własnej hali naszych zobaczymy tydzień później – przyjedzie do nas Oleśnica

Teraz zawodnicy Trójki mają jeszcze wakacyjną przerwę od szczyptorniaka. Do zajęć wrócą w sierpniu.

- Jestem bardzo zadowolony z pracy i zaangażowania chłopaków na ostatnich treningach – mówił nam nam pod koniec czerwca, kiedy ręczni rozpoczęli urlop, Alan Raczkowiak, trener Trójki. - Teraz troszkę zeszliśmy z obciążenia, bo końcówka była rzeczywiście ciężka. Warunki mamy dobre, zarząd i trener Zbyszek Malaczewski bardzo się o to starają. I przede wszystkim jest dobra atmosfera w zespole – zapewniał. Zespół chwalił wtedy

Eligiusz Balcerzak, wiceprezes Trójki. - Nasi zawodnicy to są ludzie, którzy na boisku dają z siebie wszystko – obojętnie czy wygrywają, czy przegrywają. Ale my nie stawiamy żadnych konkretnych celów na nowy sezon – mówił Balcerzak. - Chcielibyśmy jedynie, żeby na koniec rozgrywek Trójka była jedno oczko wyżej niż poprzednio.

Jeśli chodzi o nową kampanię, poznaliśmy już terminarz rozgrywek pierwszej grupy II ligi na sezon 2020/2021.

W ligowych zmaganiach weźmie udział 13 zespołów: prócz Trójki Świdnica, Dzierżonów, Kościan,

Brzeg, Wolsztyn, Oborniki, Świebodzin, Oleśnica, Legnica, Oława, Środa Wlkp. i Buk. II liga wystartuje w weekend 19-20 września.

W 1. kolejce nowosolanie zagrają na wyjeździe z SKF KPR Sparta Oborniki. W Nowej Soli podopiecznych trenera Raczkowiaka zobaczymy tydzień później. Wtedy podejmiemy SPR Oleśnica. W 3. kolejce ponownie wyjazd – zagramy w Świdnicy. W 4. – u siebie Kościanem. A już w 5. czekają nas wielkie derby! Pojedziemy do Świebodzina na potyczkę z TS Zew.

Już nie możemy się doczekać.

Mateusz Pojnar



Jeden z ostatnich treningów Trójki przed przerwą. Trenerzy Alan Raczkowiak i Zbigniew Malaczewski przedstawiają założenia taktyczne

MKST ASTRA NOWA SÓL



Wraca rozgrywający Mateusz Ruciński

Po trzech latach przerwy do Astry wraca Mateusz Ruciński. Siatkarz przyznaje, że wybiera Koliberki ze względu na atmosferę, kibiców i superskład na nadchodzący sezon

Monika Owczarek: Wracasz do Astry po dłuższej przerwie. Przypomnij naszym Czytelnikom, kiedy byłeś Koliberkiem?

Mateusz Ruciński: Trzy lata temu grałem w Astrze i bardzo dobrze wspominam ten czas. To były wyjątkowe rozgrywki. Walczyliśmy w ważnym meczu z Gwardią Wrocław i nie wyszedł nam tzw. złoty set. Byłem wtedy na rozegraniu. Na przyjęciu byli m.in. Michał Przybysz, Jędrzej Jasnos, Konrad Grześkowiak, Adrian Zakrzewski. W ataku pamiętam Dawida Witkiewicza i Gajowczyka, który rok później grał w Żaganiu. Na środku Łukasz Zimoń, który gra teraz w Sulęcinie, Przemek Jeton, Robert Diper i Bartek Odwarzny na libero.

To był dobry skład i świetnie się rozumieliśmy. Po tym słynnym sezonie dostałem propozycję z Żagania i grałem w Sobieskim. Później rok przerwy od siatkarskiego parkietu. Już miałem zrezygnować z gry, ale trener Wiktor Zasowski namówił mnie, żeby nie odpuszczać i wrócić na boisko. Tym sposobem ponownie jestem w Nowej Soli, z czego bardzo się cieszę.

Jak się zaczęła twoja przygoda z siatkówką?

Pochodzę z Dobrego Miasta w woj. warmińsko-mazurskim. W Lubuskim znalazłem się przypadkiem. W Zielonej Górze trwały wówczas poszukiwania rozgrywającego, a ja szukałem



Mateusz Ruciński będzie dla Astry dużym wzmocnieniem na rozegraniu

zespołu akademickiego. Zależało mi, żeby jednocześnie studiować i grać. W ten sposób padł wybór na te strony. Jestem już tutaj osiem lat. Czuję się jak u siebie. Przyjemnie mi się mieszka i żyje. Zaczynam powoli pracować w zawodzie, co sprawia mi satysfakcję.

Do powrotu do Astry zachęciła mnie atmosfera, jaka panuje wokół klubu. Trudno mi się ostatnio grało przeciwko Astrze. Klub ma bardzo dobrych i pozytywnie zaangażowanych kibiców. Nie wiem, czy wszyscy zdają sobie z tego sprawę, ale to zawodni-

kom bardzo pomaga, a przeciwnikom utrudnia grę. Astra jest zdecydowanie niesiona przez kibiców. To był pierwszy argument. Drugi jest taki, że znam chłopaków i trzymamy się razem od lat, nawet jak gramy w innych drużynach.

Według ciebie klub się zmienił przez ostatnie lata?

Widzę, że Astra przez ostatnie trzy lata bardzo się zmieniła. Najbardziej to widać, jeśli chodzi o kibiców. Wiem, że jest dobra organizacja w klubie. Więcej jeszcze nie mogę powiedzieć.

Najpierw rozegramy wspólnie

kilka meczów i wszystko będzie jasne. Z całą pewnością nowosolska drużyna gra zespołowo. Nie da się osiągnąć sukcesu, gdy na boisku są same indywidualności. Trzeba się martwić o cały zespół, a nie tylko o siebie. Dzisiaj Astra to z pewnością jest taki właśnie monolit, który razem z kibicami tworzy spójną całość. W siatkówce to jest kluczowe.

Znany jest już skład Koliberków na nadchodzący sezon. Jak oceniasz możliwości zespołu?

Drużyna na najbliższy sezon jest bardzo dobra. Praktycznie wszystkich znam oprócz mło-

dzieży, która do nas dołącza. Grałem z Przemkiem Kępskim i Bartkiem Odwarznym, Pawłem Skibickim, Alanem Goltzem i chłopakami z AZS. Przed nami dobry sezon. W województwie na pewno będziemy chcieli wygrać.

Zobaczmy cię w roli rozgrywającego.

Oczywiście, jak zawsze będę na rozegraniu. To kluczowa pozycja dla zespołu, bo każda akcja przechodzi przez rozgrywającego. Z boku może to wyglądać trochę trudno, ale od lat gram na tej pozycji. Rozgrywającego czasami kibice nie widzą, ale jak gra się nie klei, to spoglądają na niego wszystkie oczy. Tak to już jest. Kibice, którzy się trochę lepiej znają, doceniają tę pozycję i wiedzą, że jest ważna.

Gdzie teraz jesteś i jak spędzasz czas do rozpoczęcia sezonu?

Teraz odpoczywam w Gdańsku u rodziny. Codziennie staram się trenować. Biegam, chodzę na siłownię. Cały czas ćwiczę, tak było też w okresie kwarantanny. Brakuje mi jednak kontaktu z piłką. Wystarczy już tego biegania i ćwiczenia w samotności. Bardzo chcę sprawdzić się w zespole.

Z siatkarzami Astry widziałem się podczas wykonywania Gaszyn Challenge. Pierwsze wrażenie świetne. Wiedziałem, że tak będzie i też z tego powodu wybrałem ten zespół.

LOKALNA GRUPA SPONSORÓW



PARTNERZY



Sponsorzy strategiczni



KARTON PAK



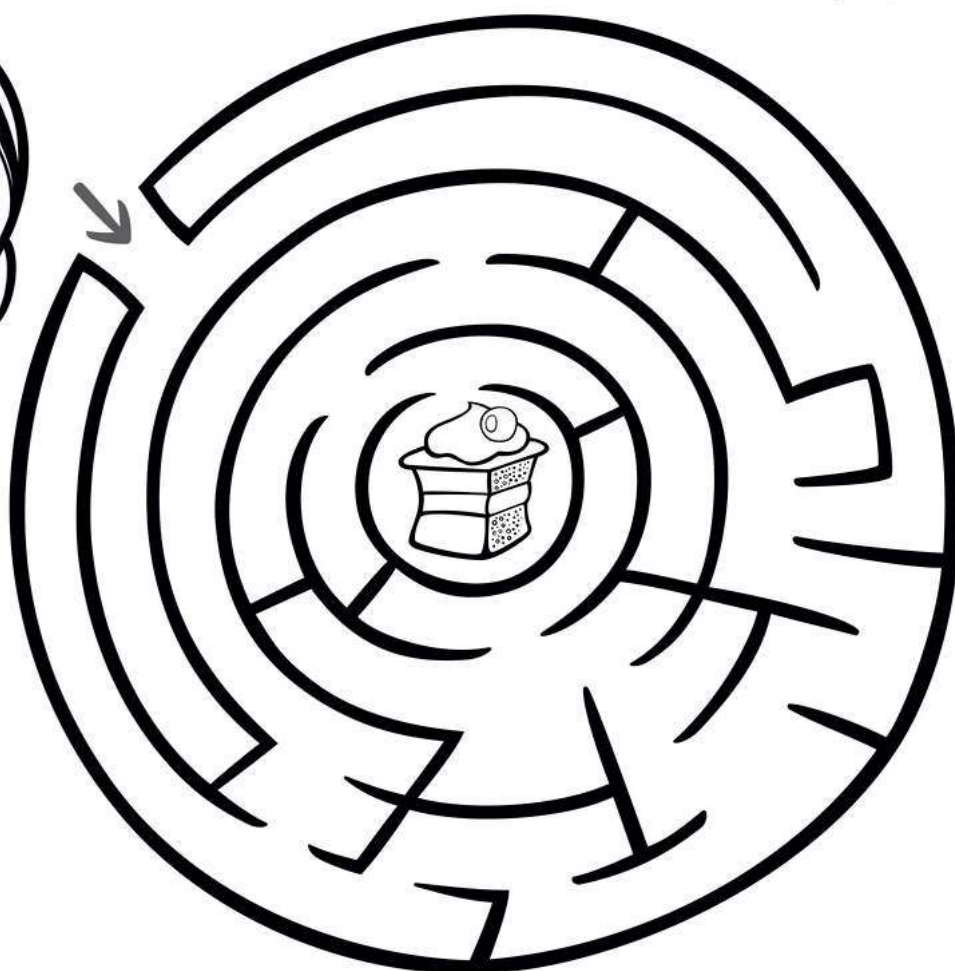
PARTNERZY



Sponsorzy wiodący



LABIRYNT



~~S~~



~~NNA~~



+S U=Ó

REBUS

NR 30

HASŁO:

HOBBY4YOU

Artykuły papiernicze i plastyczne

ul. Wrocławska 2 (pasaż)

www.hobby4you.pl

ROZWIĄŻ REBUS, WPISZ HASŁO
I WYPEŁNIONY KUPON PRZYMIEŚ
DO REDAKCJI TYGODNIKA KRAK
PRZY UL. PARAFIALNEJ 2 B W NOWEJ SOLI
W CIĄGU 4 DNI OD UKAZANIA SIĘ NUMERU
(DO PIĄTKU WŁĄCZNIE).
DECYDUJE KOLEJNOŚĆ ZGŁOSZEŃ -
PIĄTĄ POPRAWNĄ ODPOWIEDZ NAGRODZIMY.
IMIĘ I NAZWISKO ZGŁASZAJĄCEGO:



ZWYCIĘZCA Z NUMERU 29:

BOŻENA SIERACKA

GRATULUJEMY!

CZAS NA ODEBRANIE NAGRODY:

5 DNI ROBOCZYCH.

PO ODBIÓR MOGĄ ZGŁASZAĆ SIĘ TYLKO OSOBY PEŁNOLETNIE.

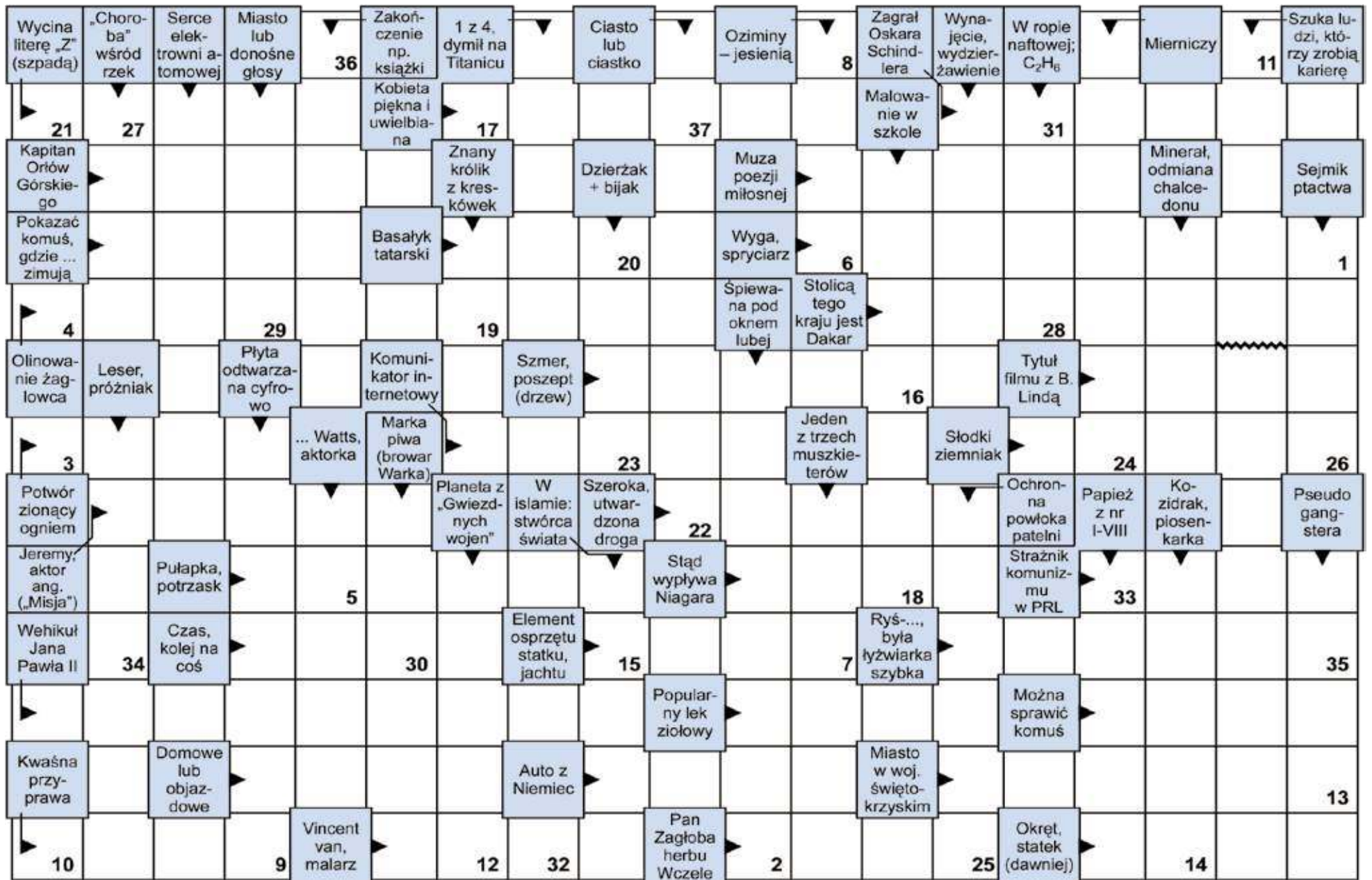
Wszelkie informacje dotyczące administrowania Pani/Pana danych osobowych znajdują się na str. 30.

Dane zawarte na wyżej wymienionym zgłoszeniu będą przetwarzane przez 30 dni po wyłonieniu zwycięzcy.

Dane zwycięzców opublikowanych w papierowej formie gazety oraz w formie pdf będą przechowywane bezterminowo.

☐ Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych na zgłoszeniu zawierającym rozwiązanie rebusu ze strony 24.

Czytelny podpis pełnoletniej:



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 37 utworzą rozwiązanie - aforyzm oraz imię i nazwisko autora.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

HUMOR

Na PERON WBIEGA FACET Z WALIZKĄ I PYTA:

- PANIE, PANIE, JAKI TO POCIĄG?!
- ŻÓŁTY!
- NO, ALE DOKĄD?
- PRZECIEŻ DO POŁOWY!

„Retro Catering & Event” ul. Piłsudskiego 7

e-mail: biuro@restauracja-retro.pl
tel. 68/ 387 04 30, 603 762 681, fax. 68/ 387 31 68



- ⇒ Dania kuchni staropolskiej i europejskiej.
- ⇒ Organizujemy kameralne przyjęcia okazjonalne jak np.: komunie, chrzciny, bankiety, jubileusze, wesela.
- ⇒ Imprezy firmowe i eventy, catering, imprezy plenerowe
- ⇒ Bankiety i konferencje

Wszelkie informacje dotyczące administrowania Pani/Pana danych osobowych znajdują się na str. 30. Dane zawarte na wyżej wymienionym zgłoszeniu będą przetwarzane przez 30 dni po wyłonieniu zwycięzcy. Dane zwycięzców opublikowane w papierowej formie gazety oraz w formie pdf będą przechowywane bezterminowo.

☐ Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych na zgłoszeniu zawierającym rozwiązanie krzyżówki ze strony 25.

Czytelny podpis osoby pełnoletniej

Prawidłowe odpowiedzi z naklejonym kuponem należy przynieść w ciągu 4 dni od daty ukazania się numeru (do piątku włącznie) do redakcji: „Tygodnik Krak”, 67-100 Nowa Sól, ul. Parafialna 2 B. Piątą poprawną odpowiedź nagrodzimy - decyduje kolejność zgłoszeń. Nagrodę (kupon o wartości 50 zł) ufundowaną przez Restaurację RETRO z nr 29 („Ocie to wino, które przywdziało habit zakonny”) otrzymuje: **Monika Wołyniak**. Gratulujemy, po odbiorze nagrody prosimy zgłosić się w ciągu siedmiu dni do redakcji „TK”.

Kupon krzyżówki nr 30

BARAN – PRACY NIE BĘDZIE DUŻO. PRZYGOTUJ SPONTANICZNY WYJAZD ZE SWOJĄ RODZINĄ. ŁADNA POGODA BĘDZIE WAM DOPISYWAĆ. MIŁO I AKTYWNE SPĘDZICIE TEN CZAS. I WRÓCICIE Z NOWĄ ENERGIA!

BYK – MOŻESZ CHCIEĆ NAPRAWIĆ BŁĘDY Z PRZESZŁOŚCI. WYJAŚNISZ SPORY I NIEPOROZUMIENIA. BĄDŹ CIERPLIWY. TO BĘDZIE WAŻNY TYDZIEŃ DLA TWOICH UCZUĆ.

BLIŹNIĘTA – POZWÓL SOBIE NA CHWILĘ ODPOCZYNKU. W TYM TYGODNIU MOŻESZ MIEĆ WYDATKI ZWIĄZANE Z UPIĘKSZANIEM DOMU. SPOKOJNE, WSZYSTKO, CO KUPISZ, BĘDZIE DOBRYM WYBOREM. NIE PRZEJMUJ SIĘ TAK TYM.

RAK – BĘDZIESZ W TOWARZYSTWIE BARDZO CIEKAWYCH OSÓB, KTÓRE POZNASZ ALBO NIEDAWNO POZNAŁEŚ. MIEJ OCZY SZEROKO OTWARTE. ATMOSFERA W PEWNYM MOMENCIE MOŻE STAĆ SIĘ GĘSTĄ. UWAŻAJ NA SIEBIE.

LEW – TEN TYDZIEŃ OPLYWAĆ BĘDZIE W NUDĘ, PŁOTECZKI I CIĄGLE SPOGLĄDANIE NA ZEGAR. MUSISZ BYĆ BARDZIEJ CZUJNY, ABY NIE POPEŁNIĆ ŻADNEGO BŁĘDU W PRACY.

PANNA – SIELANKA, RADOŚĆ I SPOKÓJ. KTOŚ, KTO JEST DLA CIEBIE WAŻNY, CZEKA NA TWÓJ GEST. MOŻE TO BYĆ DOBRE SŁOWO, PODARUNEK LUB MAŁA NIESPODZIANKA. WSZYSTKO ZALEŻY OD CIEBIE.

WAGA – UWAŻAJ NA BÓLE GŁOWY, KTÓRE MOGĄ TRWAĆ NAWET KILKA DNI. PRZEZ TO MOŻESZ NIE MIEĆ NASTROJU W PRACY. NA SZCZĘŚCIE DOSTANIESZ ZALEGŁE PIENIĄDZE, NA KTÓRE JUŻ DŁUGO CZEKAŁEŚ.

SKORPION – KILKA NAJBLIŻSZYCH DNI PRZEZNACZYSZ NA RÓŻNEGO RODZAJU WYBORY W SWOIM ŻYCIU. CZEKA CIĘ DUŻO WAŻNYCH DECYZJI.

STRZELEC – POGODZISZ SIĘ Z UKOCHANĄ OSOBĄ. CZEKAJĄ WAS DUŻE ZMIANY. W WIRZE PRACY NIE ZAPOMNIJ O DANYCH OBIETNICACH SWOIM BLISKIM.

KOZIOROŻEC – SPEŁNIJ CHOĆ JEDNO SWOJE MARZENIE! KOZIOROŻEC, KTÓRE LUBIĄ GOTOWAĆ, MAJĄ SZANSĘ ODNIEŚĆ WIELKI SUKCES. BYĆ MOŻE LOS SIĘ DO CIEBIE UŚMIECHNIE.

WODNIK – SPĘDŹ CZAS Z UKOCHANĄ OSOBĄ, A POD KONIEC TYGODNIA ODWIEDŹ BLISKĄ RODZINĘ. TEN TYDZIEŃ UPŁYNIE CI BARDZO DYNAMICZNIE. MOŻESZ DOWIEDZIEĆ SIĘ BARDZO CIEKAWYCH RZECZY...

RYBY – OKRES URLOPOWY SPOWODUJE WIELKIE ROZLENIWIENIE W PRACY. NIKOMU NIE BĘDZIE CHCIAŁO SIĘ PRACOWAĆ. NIESTETY, PRACA SAMA SIĘ NIE ZROBI. SPRÓBUJ CHOCIAŻ W WEEKEND SPĘDZIĆ TROCHĘ CZASU NA POWIETRZU.

TELEWIDZ

PROGRAM TELEWIZYJNY
22.07.-28.07.2020

ŚRODA



DRAMAT

Medium

20.00 Film opowiada równolegle się toczące historie trojga ludzi. Amerykanin George potrafi komunikować się ze zmarłymi. Francuzka Marie znajdowała się w stanie śmierci klinicznej. Anglik Marcus stracił brata bliźniaka.

USA 2010, REŻ. CLINT EASTWOOD, WYK. CÉCILE DE FRANCE, MATT DAMON, THIERRY NEUVIC, CYNDI MAYO DAVIS, LISA GRIFFITHS

SOBOTA



FAMILIJNY

Piękna i Bestia

20.00 Bella mieszka z ojcem w małej francuskiej wiosce. Pewnego dnia mężczyzna staje się więźniem księcia zaklętego w bestię. By ocalić ojca, Bella zgadza się zamieszkać w zamku potwora.

USA/WIELKA Brytania 2017, REŻ. BILL CONDON, WYK. EMMA WATSON, DAN STEVENS, LUKE EVANS, JOSH GAD, KEVIN KLINE

CZWARTEK



KOMEDIA

Szefowie wrogowie

22.00 Nick musi znosić upokorzenia ze strony szefa. Kurt spełnia absurdalne zachcianki swego przełożonego. Dale jest napastowany przez lekarzkę. Trzej panowie opracowują plan zbrodni doskonałej.

USA 2011, REŻ. SETH GORDON, WYK. JASON BATEMAN, CHARLIE DAY, JASON SUDEIKIS, KEVIN SPACEY, JENNIFER ANISTON

NIEDZIELA



MELODRAMAT

Pokuta

22.40 Anglia, lato 1935 roku. 13-letnia Briony, śledząc Robbiego, syna służącej, odkrywa, że flirtuje on z jej starszą siostrą. Gdy zgwałcona zostaje jej kuzynka, Briony zapewnia, że sprawcą jest Robbie.

WIELKA Brytania/Francja/USA 2007, REŻ. JOE WRIGHT, WYK. SAIORSE RONAN, KEIRA KNIGHTLEY, JAMES McAVOY

PIĄTEK



THRILLER

Dzień Patriotów

20.05 W Bostonie w 2013 roku podczas maratonu z okazji Dnia Patriotów dochodzi do zdetonowania dwóch bomb w tłumie. W mieście rozpoczyna się polowanie na sprawców, którzy wydają się nieuchwytni.

HONGKONG/USA 2016, REŻ. PETER BERG, WYK. MICHELLE MONAGHAN, MARK WAHLBERG, DICKY EKLUND JR., MICHAEL MARCHANT

PONIEDZIAŁEK



KOMEDIA

Przychodzi facet do lekarza

20.10 Romain Faubert jest hipochondrykiem. Mężczyzna zamęcza doktora Dimitriego Zvenkę coraz nowszymi chorobami. Pewnego dnia wpada mu w oko siostra lekarza. Wówczas Zvenka zaczyna go leczyć na swój sposób.

FRANCJA/BELGIA 2014, REŻ. DANY BOON, WYK. DANY BOON, KAD MERAD, ALICE POL, JEAN-YVES BERTELOOT, JUDITH EL ZEIN

22 LIPCA
ŚRODA

TVP 1

07.00 Transmisja mszy świętej
07.30 Rodzinny ekspres - magazyn, Pol
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.
08.15 Kwadrans polityczny - public.
08.40 To jedyna (26) - serial obycz., Pol.
09.15 Ranczo 5 (61) - serial obycz., Polska
10.15 Komisarz Alex 9 (116) - serial, Pol.
11.05 Ojciec Mateusz 8 (97) - serial
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda
12.40 Rok w ogrodzie extra - magazyn
12.55 Cudowny świat przyrody II (12, 13-ost.)
14.00 Elif (776) - serial obycz., Turcja
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!
15.35 Gra słów, Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (219) - telenowela, Tur
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.
17.25 Jaka to melodia?
17.55 Uśmiech losu (12/30) - serial
18.50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.20 Tour de Pologne - kronika
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!
20.35 La Bandida (20/62) - serial
21.30 Sanatorium miłości 2
22.35 Śmiertelne życie - dok., Polska 2014
23.40 Uleć świat - film obyczajowy

TVP 2

04.50 Cafe piosenka - magazyn
05.20 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (64) - serial
06.15 Pozyteczni.pl - magazyn
06.50 Bądźmy razem - edukac.
07.30 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.30 Rodzinka.pl (200) - serial, Polska
11.55 Barwy szczęścia (2256) - serial
12.25 Kolo fortuny - teleturniej, Polska
13.05 Va banque - teleturniej, Polska
13.35 Na sygnale (242) - serial, Polska
14.05 Chłopi (4/13) - serial obycz., Polska
15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (80) - serial
16.00 Kolo fortuny - teleturniej, Polska
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Więzień miłości (349) - telen., Tur
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Va banque - teleturniej, Polska
19.00 Rodzinka.pl (201) - serial, Polska
19.30 Barwy szczęścia (2256) - serial
20.10 Uśmiech Mory Liży - komediodramat, USA 2003, reż. Mike Newell
22.15 Zemsta o jasnych oczach (4-ost.)
00.15 Ja wam pokażę! - film obyczajowy

POLSAT

04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2019
05.25 Telezakupy - magazyn reklamowy
06.00 Nowy dzień - program inf.
08.45 Małanowski i partnerzy (599, 600)
09.45 Sekrety rodziny (100) - serial, Pol.
10.45 Dlaczego ja? (927) - serial, Polska
11.45 Gliniarze (246) - serial, Polska
12.50 Wydarzenia - program inf.
13.30 Interwencja - mag. reporterów
13.45 Trudne sprawy (747) - serial, Pol.
14.45 Dlaczego ja? (697) - serial, Polska
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.30 Interwencja - mag. reporterów
16.45 Gliniarze (178) - serial, Polska
17.45 Sekrety rodziny (148) - serial, Pol.
18.50 Wydarzenia - program inf.
19.30 Gość „Wydarzeń” - public.
19.45 Sport, Pogoda
20.05 Pan i pani Smith - komedia sensacyjna, USA 2005, reż. Doug Liman, wyk. Brad Pitt, Angelina Jolie
22.45 Pięć facetów - komedia romantyczna, USA/Niemcy 2001
01.05 Nasz nowy dom - reality show
03.05 Tajemnice losu - program rozr.

TVN

04.35 Uwaga! - magazyn reporterów
04.55 Kuchenne rewolucje - program rozr.
05.45 Mango - telezakupy
07.00 Wstajesz i wiesz - program inf.
09.00 Doradca smaku - mag. kulinarny
09.05 Szpital (583) - serial paradok., Pol.
10.05 Kuchenne rewolucje - program rozr.
11.05 Detektywi (601, 602) - serial, Polska
12.15 Ukryta prawda (848) - serial, Pol.
13.15 Szpital (583) - serial paradok., Pol.
14.15 Detektywi (603, 604) - serial, Polska
15.25 Millionery - teleturniej, Pol. 2019
16.00 Fakty po południu - program inf.
17.00 Kuchenne rewolucje - rozr.
18.00 Ukryta prawda (849) - serial, Pol.
19.00 Fakty - program informacyjny
19.25 Uwaga! Koronawirus - inf.
19.35 Sport, Pogoda
19.55 Uwaga! - magazyn reporterów
20.15 Doradca smaku - magazyn
20.20 Millionery - teleturniej, Polska 2019
21.00 Na krawędzi - film sensacyjny, USA/Francja/Włochy 1993
23.35 Żywy zapalnik - dramat, USA 1992
01.15 My Way - program rozr., Polska 2019

TV 4

06.00 Strażnik Teksasu (19, 20) - serial
08.00 Nasz nowy dom - reality show
09.00 Policjantki i Policjanci (565-567)
12.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska
13.00 Hardkorowy lombard (158, 159)
14.00 Pamiętniki z wakacji (21) - serial
15.00 Septagon (84) - serial krym., Pol.
16.00 Słoneczny patrol (10) - serial
17.00 Pamiętniki z wakacji (22) - serial
18.00 Policjantki i Policjanci (570, 571)
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (336) - serial krym., Polska
21.00 Więcej niż wszystko - dramat sensacyjny, USA 1987, reż. Menahem Golan, wyk. Sylvester Stallone, Robert Loggia, Susan Blakely, David Mendelhall, Rick Zumwalt
23.00 Krwawe igrzyska - film kryminalny, Hongkong 2016, reż. Chris Nahon, wyk. Amy Johnston
01.05 STOP Drogówka - magazyn, Polska
02.05 Interwencja - mag. reporterów
02.25 Disco Polo Life - muz., Polska
03.25 Top 10 - lista przebojów - muz.
05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TVN SIEDEM

05.10 Szkoła (290) - serial paradok., Pol.
06.05 Mango - telezakupy
07.30 Mała piękność 5 (2/30) - serial
08.25 Po pierwsze kino 3 - program rozr.
08.30 Ukryta prawda (480-482) - serial
11.30 Mango - telezakupy
11.50 Szpital (509) - serial paradok., Pol.
12.50 Sąd rodzinny (157) - serial, Polska
13.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska (467) - serial fab-dok., Polska
14.50 Po pierwsze kino 3 - program rozr.
14.55 Ukryta prawda (638) - serial, Pol.
15.55 Szkoła (440) - serial paradok., Pol.
16.55 19+ (280, 281) - serial paradok.
18.00 Usta Usta 2 (2/12) - serial, Polska
19.00 Ukryta prawda (639) - serial, Pol.
20.00 Medium - dramat obyczajowy, USA 2010, reż. Clint Eastwood, wyk. Cécile De France, Matt Damon
22.45 Ted - komedia, USA 2012, reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg
00.55 Kości 2 (17/21) - serial krym., USA
01.55 Druga strona medalu 4
02.50 NOC Magli
05.05 Zakochanie programu

TV PULS

09.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (93)
10.00 Zaklinaczka duchów 2 (23, 24) 14.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (94, 95) 16.00 Rodzinny interes 2 (64, 65) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (266, 267) 20.00 Czas ostateczny. Pozostawieni - film sensac., USA/Kanada 2014 22.05 Brygada ponad prawem - dramat, Francja/Wlk. Brytania 2015 23.55 Sztoś 2 - komedia, Polska 2011

PULS 2

13.15 Alvin!!! I wiewiórki 3 (31-34) 14.10 Timon i Pumba 2 (28, 29) 15.00 Dobre Przygody Oha i Tip 2 (9, 10) 16.00 Jeźdźcy smoków (1, 2) 16.50 Dzieciak rządzi! Znowu w grze (17, 18) 17.45 Pingwiny z Madagaskaru (26) 18.15 Psi Patrol 4 (2, 3) 19.00 Śmierć (96, 97) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (256) 21.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (257) 22.00 Zabójcze umysły 4 (84, 85) 23.50 Wstydliwe choroby: XXL (1)

STOPKŁATKA

09.35 Tajemnicze wyspy - film przygodowy, Finlandia/Grecja 2014 11.10 Nowa Scena Śmiechu 12.05 Aljo, Aljo (54, 55) 13.10 Katastrofy w przestworzach (109, 161) 15.05 Koszmarowy lot - film sensacyjny, USA 2012 16.55 Pogodowe Top 10 (3) 17.50 Komisarz Rex 6 (80) 18.50 Aljo, Aljo (63, 64) 20.00 Bitwa o Ziemię - film SF, USA 2000 22.00 Dziewczyny z przemytu - dramat, Kanada/USA 2005 00.05 Narcosis (10)

TTV HD

15.45 Express, Pogoda 16.00 Pierwszy raz za granicą... 2 (5) 16.40 Królowe życia 4 (4) 17.30 Defacto 7 - fiesz 17.45 Express, Pogoda 18.00 Patent na kasę 18.30 Nauka jazdy 2 19.00 Googlebox. Przed telewizorem 7 19.45 Express, Pogoda 20.00 Dzieniemi i wiesniacy 3 (5) 20.55 Królowe życia 6 (12-ost.) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Googlebox. Przed telewizorem 11 23.00 Patent na... 23.30 Patent na...

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (116, 117) 09.00 Galileo 10.00 Detektywi w akcji (19, 20) 12.00 Miodowe lata (10, 11, 12) 13.40 Sekrety sąsiadów (16) 14.15 Buffy postrach wampirów (22, 1) 16.15 Medicopter 117 (81, 82) 18.15 Miodowe lata (13, 14, 15) 20.00 Galileo 21.00 CS: Kryminalne zagadki Miami (129, 130) 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (230) 00.00 Kres drogi - dramat, Wlk. Brytania 2017

POLSAT SPORT

04.50 Największe mecze polskiej siatkówki 07.00 Poranek z Polsatem Sport 08.00 Boks 11.00 Piłka nożna: Fortuna 1. liga 13.30 Piłka nożna: Fortuna 1. liga 16.00 Piłka nożna: Fortuna 1. liga 19.30 Siatkówka mężczyzn - studio 20.30 Siatkówka mężczyzn - mecz towarzyski: Polska - Niemcy 22.30 Siatkówka mężczyzn - studio 23.00 GROM - tworzymy historię. 30. rocznica powstania JW GROM 00.00 Piłka nożna

program TV 27

Tygodnik KRAK

23 LIPCA
CZWARTEK

TVP 1

05.10 Przysięga (219) - telenowela, Tur.
06.00 Elif (776) - serial obycz., Turcja
07.00 Transmisja mszy świętej
07.30 Coś dla ciebie - magazyn
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.
08.15 Kwadrans polityczny - public.
08.40 Ta jedyna (27) - serial obycz., Port.
09.15 Ranczo 5 (62) - serial obycz., Polska
10.15 Komisarz Alex 9 (117) - serial, Polska
11.05 Ojciec Mateusz 8 (98) - serial
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda
12.35 To się opłaca - magazyn
12.50 Tajemnice Żaby z Borneo - dok.
14.00 Elif (777) - serial obycz., Turcja
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!
15.35 Gra słów: Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (220) - telenowela, Tur.
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.
17.25 Jaka to melodia?
17.55 Uśmiech losu (13/30) - serial
18.50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.20 Tour de Pologne - kronika
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!
20.35 La Bandida (21/62) - serial
21.30 Sprawa dla reportera - magazyn
22.25 Sekundy, które zmieniły życie 4
22.50 Magazyn śledczy Anity Gargas
23.30 Magazyn kryminalny 997

TVP 2

04.50 Cafe piosenka - magazyn
05.20 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (65) - serial
06.10 Operacja zdrowie! - magazyn
06.50 Bądźmy razem - program edukac.
07.30 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.25 Rodzinka.pl (201) - serial, Polska
11.55 Barwy szczęścia (2257) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska
13.05 Va banque - teleturniej, Polska
13.35 Na sygnale (243) - serial, Polska
14.05 Chłopi (5/13) - serial obycz., Polska
15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (81) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Węzień miłości (350) - telen., Tur.
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Va banque - teleturniej, Polska
19.00 Rodzinka.pl (202) - serial, Polska
19.30 Barwy szczęścia (2257) - serial
20.05 Filmowe czwartej. Wiesław Kot
20.10 Jackie i Ryan - dramat, USA 2014
21.50 Horror na szosie - thriller Kanada 2015, reż. Michael Bafaro
23.25 Piątek, trzynastego - horror USA 1980
01.05 Kryminalne zagadki Las Vegas 16 (2/2) - serial kryminalny, USA

POLSAT

04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2019
05.25 Telezakupy - magazyn reklamowy
06.00 Nowy dzień - program inf.
08.45 Malanowski i partnerzy (601, 602)
09.45 Sekrety rodziny (101) - serial, Polska
10.45 Dlaczego ja? (928) - serial, Polska
11.45 Gliniarze (247) - serial, Polska
12.50 Wydarzenia - program inf.
13.30 Interwencja - mag. reporterów
13.45 Trudne sprawy (748) - serial, Polska
14.45 Dlaczego ja? (698) - serial, Polska
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.30 Interwencja - mag. reporterów
16.45 Gliniarze (179) - serial, Polska
17.45 Sekrety rodziny (149) - serial, Pol.
18.50 Wydarzenia - program inf.
19.30 Gość „Wydarzeń” - public.
19.45 Sport, Pogoda
20.05 Hitch: Najlepszy doradca przeciwnego faceta - komedia romantyczna, USA 2005, reż. Andy Tennant, wyk. Will Smith, Kevin James
22.45 Jak stracić chłopaka w 10 dni - komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003, reż. Donald Petrie, wyk. Kate Hudson, Matthew McConaughey
01.10 Chirurdzy (313, 314) - serial, USA
03.05 Tajemnice losu - program rozr.

TVN

04.35 Uwaga! - magazyn reporterów
04.55 Kuchenne rewolucje - rozr.
05.45 Mango - telezakupy
07.00 Wstajesz i wiesz - program inf.
09.00 Doradca smaku - magazyn, Polska
09.05 Szpital (583) - serial paradok, Pol.
12.15 Ukryta prawda (849) - serial, Pol.
13.15 Szpital (584) - serial paradok, Pol.
14.15 Detektywi (603, 604) - serial, Polska
15.25 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2019
16.00 Fakty po południu - program inf.
17.00 Kuchenne rewolucje - program rozr.
18.00 Ukryta prawda (850) - serial, Pol.
19.00 Fakty - program informacyjny
19.25 Uwaga! Koronawirus - inf.
19.35 Sport, Pogoda
19.55 Uwaga! - magazyn reporterów
20.15 Doradca smaku - magazyn
20.20 Milionerzy - teleturniej, Polska 2019
21.00 Kuchenne rewolucje - program rozr.
22.00 Szeffowie wrogowie - komedia, USA 2011, reż. Seth Gordon
00.05 Ja cię Kocham, a ty z nim - komedia, USA 2007, reż. Peter Hedges
02.15 Uwaga! - magazyn reporterów
02.40 NOC Magii

TV 4

06.00 Strażnik Teksasu (21) - serial, USA
07.00 Strażnik Teksasu (22) - serial
08.00 Nasz nowy dom - reality show
09.00 Policjantki i Policjanci (568-570)
12.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska
13.00 Hardkorowy lombard (159)
13.30 Hardkorowy lombard (160)
14.00 Pamiętniki z wakacji (22) - serial
15.00 Septagon (85) - serial krym., Pol.
16.00 Słoneczny patrol (11) - serial, USA
17.00 Pamiętniki z wakacji (23) - serial
18.00 Policjantki i Policjanci (572)
19.00 Policjantki i Policjanci (573)
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (337) - serial krym., Polska
21.00 Ocalić Leningrad - thriller, Rosja 2019, reż. Aleksiej Kozłow, wyk. Maria Mielnikowa, Andriej Udalow, Giełła Miesch, Anastazja Mielnikowa, Walerij Diegier
23.05 Tuż przed tragedią (10): Katastrofa budowlana w Singapurze
00.10 Tuż przed tragedią (11): Wzburzenie w Portoryko - serial
01.10 Galileo z domu
01.25 STOP Drogówka - magazyn, Polska
02.25 Disco Polo Life - muz., Polska
03.25 Top 10 - lista przebojów - muz.
05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TVN SIEDEM

05.10 Szkoła (291) - serial paradok, Polska
06.05 Mango - telezakupy
07.30 Mała piękność 5 (4/30) - serial
08.25 Po pierwsze kino 3 - program rozr.
08.30 Ukryta prawda (483-485) - serial
11.30 Mango - telezakupy
11.50 Szpital (510) - serial paradok, Polska
12.50 Ślad rodzinny (158) - serial, Polska
13.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska (468) - serial fab-dok, Polska
14.50 Po pierwsze kino 3 - program rozr.
14.55 Ukryta prawda (640) - serial, Pol.
15.55 Szkoła (441) - serial paradok, Polska
16.55 19+ (282, 283) - serial paradok
18.00 Usta Usta 2 (3/12) - serial, Polska
19.00 Ukryta prawda (641) - serial, Polska
20.00 Kino nocy letniej: Ptaszek na uwięzi - komedia sensacyjna, USA 1990, reż. John Badham, wyk. Goldie Hawn, Mel Gibson, David Carradine, Bill Duke
22.20 Mroczne cienie - komediodramat, USA 2012, reż. Tim Burton, wyk. Johnny Depp, Eva Green
00.40 Kości 2 (18/21) - serial krym., USA
01.45 Druga strona medalu 4
02.20 Druga strona medalu
02.45 NOC Magii
05.05 Zakończenie programu

TV PULS

06.00 Nash Bridges (58, 59) 08.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (267) 09.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (94) 10.00 Zaklinaczka duchów 2 (23, 24, 25, 26) 14.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (95, 96) 16.00 Rodzinny interes 2 (65, 66) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (267, 268) 20.00 Last Vegas - komedia, USA 2013 22.05 Kochanie, poznaj moich kumpli - komedia, Australia/Wlk. Brytania 2011 00.00 American Pie: Naga miła - komedia, USA 2006 02.05 Na wariackich papierach (28)

PULS 2

11.30 Kuba i Śruba (6) 11.45 Nowe przygody Kubusia Puchatka (49, 50) 12.45 Blaze i megamaszyn 2 (9) 13.15 Alvin!!! I wiewiórki 3 (33, 34, 35, 36) 14.10 Timon i Pumba 2 (29, 30) 15.00 Dom: Przygody Oha i Tip 2 (11, 12) 16.00 Jeżdżący smoków (2, 3) 16.50 Dzieciak rządzi: Znowu w grze (18, 19) 17.45 Pingwiny z Madagaskaru 2 (1) 18.15 Psi Patrol 4 (3, 4) 19.00 Smerfy (97, 98) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (258, 259) 22.00 Zabójcze umysły 4 (86, 87) 23.50 Wstydlive choroby: XXL (2)

STOPKLATKA

07.20 Plebania (59, 60) 08.25 Klara i wszystkie jasne 2 (13) 09.25 Kopanie króla Salomona (1) - film przyg., USA/Niem. 2004 11.10 Nowa Scena Śmiechu 12.05 Allo, Allo (57, 58) 13.10 Podniebny horror (110) 14.05 Katastrofy w przestworzach (162) 15.05 Tornado w Nowym Jorku - film katastrof., USA/Kanada 2008 16.55 Pogodowe Top 10 (4) 17.50 Komisarz Rex 6 (81) 18.50 Allo, Allo (65, 66) 20.00 Ślady zbrodni - thriller, USA 2007 21.50 Planeta mała - film SF, USA 2001 00.05 Narcos 2 (1)

TTV HD

14.20 Luksusowe minidomy (14) 14.50 Usterka 7 (14) 15.20 Uwaga! 15.45 Express, Pogoda 16.00 Pierwszy raz za granicą. 2 (6-ost) 16.40 Królowe życia 4 (5) 17.30 Defacto 7 - fiesz 17.45 Express, Pogoda 18.00 Patent na kasę 18.30 Nauka jazdy 2 19.00 Gogglebox. Przed telewizorem 6 19.45 Express, Pogoda 20.00 Dżentelmeni i wieśniacy (5) 20.55 Królowe życia 7 (1) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Vlogbox. W nocy 22.45 Ciężarówka przez Stany 2 23.25 Made in Maroko

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (118, 119) 09.00 Galileo 10.00 Detektywi w akcji (21, 22) 12.00 Miodowe lata (16, 17, 18) 13.40 Sekrety sąsiadów (17) 14.15 Buffy, postrach wampirów (2, 3) 16.15 Medicopter 117 (23, 24) 18.15 Miodowe lata (16, 17, 18) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (131, 132) 23.00 American Ultra - film sensac., USA/Szwajc. 2015 01.00 STOP Drogówka 02.00 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje

POLSAT SPORT

04.50 Największe mecze polskiej siatkówki 07.00 Poranek z Polsatem Sport 08.00 Największe mecze polskiej siatkówki 10.30 Piłka nożna: Fortuna 1. liga 13.00 Piłka nożna: Fortuna 1. liga 14.30 Siatkówka mężczyzn 17.00 Siatkówka mężczyzn - studio 18.00 Siatkówka mężczyzn - mecz towarzyski: Polska - Niemcy 20.30 Siatkówka mężczyzn - studio 21.00 Największe mecze polskiej siatkówki 23.00 Piłka nożna: Liga włoska - mecz: Juventus FC - SS Lazio 01.00 Sporty walki: KSW

24 LIPCA
PIĄTEK

TVP 1

05.10 Przysięga (220) - telenowela, Tur.
06.00 Elif (777) - serial obycz., Turcja
07.00 Transmisja mszy świętej
07.35 Misja w Afryce: Wiadęko wody
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.
08.15 Kwadrans polityczny - public.
08.40 Okrasa łamie przepisy - magazyn
09.20 Ranczo 5 (63) - serial obycz., Polska
10.20 Komisarz Alex 10 (118) - serial
11.05 Ojciec Mateusz 8 (99) - serial
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda
12.40 Magazyn rolniczy - mag. rolniczy
12.55 Nasze Galapagosy (1/3) - film dok.
14.00 Elif (778) - serial obyczajowy, Turcja
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!
15.35 Gra słów: Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (221) - telenowela, Tur.
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.
17.25 Jaka to melodia?
17.55 Uśmiech losu (14/30) - serial
18.50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.20 Tour de Pologne - kronika
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!
20.35 La Bandida (22/62) - serial
21.30 Zabić Reagana - dramat obyczajowy, USA 2016, reż. Rod Lurie
23.25 Zrodzony w ogniu - dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2013

TVP 2

04.50 Cafe piosenka - magazyn
05.20 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (66) - serial
06.10 Anna Dymna - spotkajmy się
06.50 Bądźmy razem - program edukac.
07.30 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.30 Rodzinka.pl (202) - serial, Polska
11.55 Barwy szczęścia (2258) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska
13.05 Va banque - teleturniej, Polska
13.35 Na sygnale (244) - serial, Polska
14.05 Chłopi (6/13) - serial obycz., Polska
15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (82) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Węzień miłości (351) - telen., Tur.
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Va banque - teleturniej, Polska
19.00 Rodzinka.pl (203) - serial, Polska
19.30 Barwy szczęścia (2258) - serial
20.10 Dron - thriller, Kanada 2017
21.40 Latę, muzyka, zabawa. Wakacyjna trasa Dwójki - 2020
23.15 Uśmiech Mory Lizy - komediodramat, USA 2003, reż. Mike Newell
01.20 Sezon na zabijanie - thriller, Belgia/USA/Bulgaria 2013

POLSAT

04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2019
05.42 Telezakupy - magazyn reklamowy
06.00 Nowy dzień - program inf.
08.45 Malanowski i partnerzy (603, 604)
09.45 Sekrety rodziny (102) - serial, Pol.
10.45 Dlaczego ja? (929) - serial, Polska
11.45 Gliniarze (248) - serial, Polska
12.50 Wydarzenia - program inf.
13.30 Interwencja - mag. reporterów
13.45 Trudne sprawy (749) - serial, Polska
14.45 Dlaczego ja? (699) - serial, Polska
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.30 Interwencja - mag. reporterów
16.45 Gliniarze (180) - serial, Polska
17.45 Sekrety rodziny (150) - serial, Pol.
18.50 Wydarzenia - program inf.
19.30 Gość „Wydarzeń” - public.
19.45 Sport, Pogoda
20.00 Piłka nożna: Totolotek Puchar Polski - mecz finałowy: Cracovia - Lechia Gdańsk
22.50 Resident Evil: Ostatni rozdział - horror, Wielka Brytania/Francja/USA/Niemcy/Kanada/Japonia/Australia 2016, reż. Paul W.S. Anderson
01.05 Piramida - horror, USA 2014, reż. Gregory Levasseur, wyk. James Buckley
03.05 Tajemnice losu - program rozr.

TVN

04.35 Uwaga! - magazyn reporterów
04.55 Kuchenne rewolucje - program rozr.
05.45 Mango - telezakupy
07.00 Wstajesz i wiesz - program inf.
09.00 Doradca smaku - magazyn
09.05 Szpital (584) - serial paradok, Pol.
10.05 Kuchenne rewolucje - program rozr.
11.05 Detektywi (605, 606) - serial
12.15 Ukryta prawda (850) - serial, Pol.
13.15 Szpital (585) - serial paradok, Pol.
14.15 Detektywi (607, 608) - serial
15.25 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2019
16.00 Fakty po południu - program inf.
17.00 Kuchenne rewolucje: Rąbień, El Fuego - program rozr., Polska 2015
18.00 Ukryta prawda (851) - serial, Pol.
19.00 Fakty - program informacyjny
19.25 Uwaga! Koronawirus - inf.
19.35 Sport, Pogoda
19.55 Uwaga! - magazyn reporterów
20.05 Dzień patryotów - thriller, Hongkong/USA 2016, reż. Peter Berg
22.55 Rzeka tajemnic - dramat sensacyjny, USA 2003, reż. Clint Eastwood
01.40 Kuba Wojewódzki: Paweł Doma-gała, Rafał Zawierucha
02.45 Uwaga! - magazyn reporterów
03.00 NOC Magii

TV 4

06.00 Strażnik Teksasu (23) - serial
07.00 Strażnik Teksasu (24) - serial
08.00 Nasz nowy dom - reality show
09.00 Policjantki i Policjanci (571-573)
12.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska
13.00 Gordon Ramsay: 24 godziny w piekle - reality show, USA 2018
14.00 Pamiętniki z wakacji (23) - serial
15.00 Septagon (86) - serial krym., Polska
16.00 Słoneczny patrol (12) - serial
17.00 Pamiętniki z wakacji (24) - serial
18.00 Policjantki i Policjanci (574)
19.00 Policjantki i Policjanci (575)
20.00 Gwiazdy Kabaretu - program rozr.
21.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (338) - serial krym., Polska
22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (339) - serial krym., Polska
23.05 Ruiny - horror, USA/Australia 2008, reż. Carter Smith, wyk. Jonathan Tucker, Jena Malone, Laura Ramsey, Shawn Ashmore, Joe Anderson
01.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska
02.00 Włazy móch (37): Kompu-kompu - serial anim. dla dorosłych, Polska
02.25 Disco Polo Life - muz., Polska
03.25 Top 10 - lista przebojów - muz.
05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TVN SIEDEM

05.10 Szkoła (292) - serial paradok, Polska
06.05 Mango - telezakupy
07.30 Mała piękność 5 (5/30) - serial
08.25 Po pierwsze kino 3 - program rozr.
08.30 Ukryta prawda (486-488) - serial
11.30 Mango - telezakupy
11.50 Szpital (511) - serial paradok, Polska
12.50 Ślad rodzinny (159) - serial, Polska
13.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska (469) - serial fab-dok, Polska
14.50 Po pierwsze kino 3 - program rozr.
14.55 Ukryta prawda (642) - serial, Pol.
15.55 Szkoła (442) - serial paradok, Pol.
16.55 Wiza na miłość 2 - reality show
17.55 Po pierwsze kino 3 - program rozr.
18.00 Ślub od pierwszego wejrzenia 2
20.00 Dom nad jeziorem - melodramat, USA/Australia 2006, reż. Alejandro Agresti, wyk. Keanu Reeves, Sandra Bullock, Dylan Walsh, Christopher Plummer, Ebon Moss-Bachrach
22.10 Niepamięć - film SF, USA 2013, reż. Joseph Kosinski, wyk. Tom Cruise, Morgan Freeman, Olga Kurylenko
00.40 Kości 2 (19/21) - serial krym., USA
01.45 Druga strona medalu
02.40 NOC Magii
05.05 Zakończenie programu

TV PULS

06.00 Nash Bridges (59, 60) 08.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (268) 09.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (95) 10.00 Zaklinaczka duchów 2 (25, 26, 27, 28) 14.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (96, 97) 16.00 Rodzinny interes 2 (66, 67) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (268, 269) 20.00 Wyklądko - dramat, USA 1989 22.15 Krzyżowy ogień - film sensacyjny, USA 2011 00.15 Czesy ostateczne: Pozostawieni - film sensacyjny, USA/Kanada 2014 02.20 Na wariackich papierach (29)

PULS 2

12.45 Blaze i megamaszyn 2 (10) 13.15 Alvin!!! I wiewiórki 3 (35, 36, 37, 38) 14.10 Timon i Pumba 2 (30, 31) 15.00 Dom: Przygody Oha i Tip 2 (13, 14) 16.00 Jeżdżący smoków (3, 4) 16.50 Dzieciak rządzi: Znowu w grze (19, 20) 17.45 Pingwiny z Madagaskaru 2 (2) 18.15 Psi Patrol 4 (4, 5) 19.00 Smerfy (98, 99) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (260, 261) 22.00 Wielka zabawa TV Puls w Magrowie - widowisko, Polska 2019 23.00 Mroki lasu - horror, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2006 00.50 Goko i wesoło

STOPKLATKA

07.10 Stawka większa niż życie (5, 7) 09.35 Wiele hałasu o nic - komedia, Wlk. Brytania/USA 1993 11.35 Przygody Merlina (12) 12.35 Katastrofy w przestworzach (17, 18) 14.45 Apokalipsa: I wojna światowa (1) 15.50 Zagadki kryminalne panny Fisher (2) 16.55 Sherlock 4 (2) 18.50 Allo, Allo (67, 68) 20.00 Premiera: Dziewczyna mojego kumpla - komedia, USA 2008 22.10 Hannibal. Po drugiej stronie maski - thriller, Wlk. Brytania/Czechy/Fr/Wł. 2007 00.40 Premiera: [Rec] 3: Geneza - horror, Hiszp.,

TTV HD

13.15 Zamiana żon: Ukraina 13 14.20 Luksusowe minidomy (15) 14.50 Usterka 8 (6) 15.20 Uwaga! 15.45 Express, Pogoda 16.00 Orzeł czy reszka? 17.00 Królowe życia 4 (6) 17.45 Express, Pogoda 18.00 Patent na kasę 18.30 Nauka jazdy 2 19.00 Gogglebox. Przed telewizorem 6 19.45 Express, Pogoda 20.00 Dżentelmeni i wieśniacy 2 (2) 21.00 Express, Pogoda 22.00 Królowe życia 7 (2, 3) 23.30 Królowe życia 2 (2) 00.10 Damskie wieśniaczki. Za granicą (2)

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (120, 121) 09.00 Galileo 10.00 Detektywi w akcji (23, 24) 12.00 Miodowe lata (16, 17, 18) 13.40 Sekrety sąsiadów (18) 14.15 Buffy, postrach wampirów (4, 5) 16.15 Medicopter 117 (25, 26) 18.15 Miodowe lata (19, 20, 21) 20.00 Galileo 21.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 18) 23.00 Niegrzeczne pensjonarki - film erot., Fr 2015 01.10 STOP Drogówka 02.10 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje

POLSAT SPORT

04.50 Największe mecze polskiej siatkówki 07.00 Poranek z Polsatem Sport 08.00 Największe mecze polskiej siatkówki 09.30 Siatkówka plażowa: PreZero 6P Polskiej Ligi Siatkówki 17.00 Siatkówka plażowa: PreZero 6P Polskiej Ligi Siatkówki 18.00 Piłka nożna - studio 20.00 Piłka nożna: Totolotek Puchar Polski - mecz finałowy: Cracovia - Lechia Gdańsk 22.00 Piłka nożna - studio 23.00 Piłka nożna: Puchar Francji - mecz finałowy: Paris Saint-Germain - AS Saint Etienne 01.00 Boks 02.00 Boks

28 program TV

Tygodnik KRAK

25 LIPCA
SOBOTA

TVP 1

05.25 Sprawa dla reportera - magazyn
06.20 Rok w ogrodzie - magazyn
07.00 Transmisja mszy świętej
07.35 Film dokumentalny - film dok.
08.00 Pełnosprawni - magazyn
08.25 wojsko-polskie.pl - cykl reportaży
08.50 Studio Raban - magazyn, Polska
09.15 Rodzinny ekspres - magazyn, Pol.
09.50 Łowcy skalpów - western, USA 1968
11.45 Fascynujący świat: Powrót na Księżyc - film dok., Francja 2018
12.50 Przyrodnik na tropie (5) - serial
13.30 Okrasa łamie przepisy - magazyn
13.55 Z pamięci - cykl feleronów
14.05 Pensjonat nad rozlewiskiem (7)
15.05 Ojciec Mateusz 15 (196) - serial
16.05 Postaw na milion - teleturniej, Pol.
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.
17.30 Blondynka 7 (87) - serial, Polska
18.30 Jaka to melodia? - wyk. Beata Fido
19.15 Tour de Pologne - kronika
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!
20.35 La Bandita (23/62) - serial
21.30 Niepokonana Jane - western, USA 2015, reż. Gavin O'Connor
23.20 Boks: Gala Knockout Boxing Night 11: REVENGE - skrót
00.20 Elita zabójców - film sensacyjny

TV PULS

06.00 Na wariackich papierach (30)
07.00 Taki jest świat 5
07.55 Plan gry - komedia, USA 2007
10.10 Lombard. Życie pod zastaw 3 (93-97)
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (265, 266)
17.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (267-269)
20.00 Atomic Blonde - thriller, Niemcy/Szwecja/USA 2017
22.10 Domino śmierci - thriller, USA 2019
00.00 Helikopter w ogniu - dramat, USA 2001
02.55 Na wariackich papierach (31)
03.55 Zobacz to! Taki jest świat 5
04.45 Z archiwum policji (4)
05.10 Dyżur 2 (25)

TVP 2

05.05 Cafe piosenka - magazyn
05.35 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (67) - serial
06.25 M jak miłość (1512) - serial, Polska
07.30 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.30 Ostoja - magazyn przyrodniczy
12.05 Wielki koncert nocy letniej. Muzyka filmowa - koncert, Polska 2020
13.25 Va banque - teleturniej, Polska
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Kółko fortuny - teleturniej, Polska
15.15 Szansa na sukces. Opole 2020
16.20 Rodzinka.pl (281) - serial, Polska
16.55 Kabaretowe lato Dwójki - rozr.
17.45 Słowo na niedzielę - preleginy
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.35 Na dobre i na złe (768) - serial
19.25 Spiszmy się, jak na rolników przystało - magazyn, Polska 2020
19.30 Lajki! - magazyn kulturalny
20.00 Sezon na zabijanie - thriller, Belgia/USA/Bulgaria 2013
21.35 To był Festiwal! - muz., Polska 2020
23.00 Dron - thriller, Kanada 2017
00.35 Piątek, trzynastego - horror, USA 1980
02.20 Niebezpieczna opiekunka - thriller, Kanada 2017, wyk. Britt Irvin
03.55 Zakonczenie programu

PULS 2

09.50 Jej Wysokość Zosia (78)
10.25 Tomek i przyjaciele 21 (7)
10.35 Baranek Shaun 4 (18)
10.45 Tomek i przyjaciele 21 (8)
10.55 Psi Patrol 4 (6)
11.50 Zaplątani 12
50 Barbie: Rockowa księżniczka - film anim., USA 2015
14.20 Księga dżungli 2 - film anim., USA/Australia 2003
15.55 Pingwiny z Madagaskaru 2 (3-7)
18.30 Szeregowiec Dolot - film anim., Wlk. Brytania 2005
20.00 Najśmieszniejsi 21.00 Najśmieszniejsi 22.00 Uciekająca panna młoda - komedia, USA 1999
00.10 Noc żywych trupów - horror, USA

POLSAT

04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2019
05.25 Telezakupy - magazyn reklamowy
06.00 Nowy dzień - program inf.
10.10 Ewa gotuje - magazyn, Polska 2019
10.40 Nasz nowy dom - reality show
11.45 Wakacje z Bałtykiem (7, 8) - serial
12.35 Bogaty dom - biedny dom
13.40 Rolnicy. Podlasie (7, 8) - serial, Pol.
15.45 Górale (7, 8) - serial dok., Polska
16.45 Więzienie (7, 8) - serial dok., Polska
17.45 Chłopaki do wzięcia (197) - serial
18.15 Chłopaki do wzięcia (198) - serial
18.50 Wydarzenia - program inf.
19.30 Gość „Wydarzeń” - public.
19.45 Sport, Pogoda
20.00 Piękna i Bestia - film familijny, USA/Wielka Brytania 2017, reż. Bill Condon, wyk. Emma Watson, Dan Stevens, Luke Evans, Josh Gad, Kevin Kline
22.55 X-Men 2 - film SF, USA/Kanada 2003, reż. Bryan Singer, wyk. Halle Berry, Famke Janssen, Patrick Stewart, Rebecca Romijn-Stamos
01.50 Lot. Intrudera - film wojenny, USA 1991, reż. John Milius, wyk. Brad Johnson, Willem Dafoe, Danny Glover, Rosanna Arquette
04.10 Tajemnice losu - program rozr.

STOPKLATKA

06.00 Klara i wszystko jasne 2 (12, 13)
08.00 Komisarz Rex 6 (84-86)
11.00 Stawka większa niż życie (5, 6)
13.25 Nowe imperium - dramat, Wł./Hiszp./USA/Bulg. 2006
15.40 Nigdy nie jest za późno - komedia, USA 2015
17.40 Planeta małp - film SF, USA 2001
20.00 Taśmy Watykanu - horror, USA 2015
21.45 Dziewięć wrot - thriller, Hiszp./Fr./USA 1999
00.25 Formuła - film sensac., USA/Wlk. Brytania/Kanada 2001
02.05 Nie ma zmiłuj - film obycz., Pol. 2000
04.20 Święta krowa - komedia, Pol./Niem./Finl. 2011

TVN

04.35 Uwaga! - magazyn reporterów
04.50 Mango - telezakupy
07.00 Wstajesz i wiesz - program inf.
09.00 Dzień Dobry Wakacje - magazyn
11.30 MasterChef Junior - program rozrywkowy, Polska 2019
12.55 Ameryka Express - reality show, Polska 2020, wyk. Paweł Deląg
14.25 My Way - program rozr., Pol. 2019
15.00 Dorota inspiruje - reality show
16.00 Kuchenne rewolucje - rozr., Polska
17.00 Domowe rewolucje - program rozr.
18.00 Patent na dom - rozr., Polska 2020
19.00 Fakty - program informacyjny
19.20 Uwaga! Koronawirus - inf.
19.30 Sport, Pogoda
19.45 Uwaga! - magazyn reporterów
20.00 Joe Black - melodramat, USA 1998, reż. Martin Brest, wyk. Brad Pitt, Anthony Hopkins, Claire Forlani, Jake Weber, Marcia Gay Harden
23.45 Ustawka - komedia, USA 2017, reż. Richie Keen, wyk. Ice Cube, Charlie Day, Tracy Morgan, Jillian Bell
01.40 Godzina zemsty - film sensacyjny, USA 1999, reż. Brian Helgeland, wyk. Mel Gibson, Gregg Henry
03.45 NOC Magii

TTV HD

10.00 Defacto 10
10.35 Defacto 11
11.00 Kto to kupi? 11.40 Królowe życia 7 (1, 2)
13.05 Luskusowe minidomy (11, 12)
14.05 Usterka 11 (12)
14.50 Kanapowcy 15.45 Express, Pogoda 16.00 Ostre cięcie 10
16.50 Gogglebox. Przed telewizorem 11
17.45 Express, Pogoda 18.05 Ekstremalne kampery 5 (5)
19.00 Cieżarówka przez Słone 2
19.45 Express, Pogoda 20.00 Dzielni i wściekli 2
21.05 Made in Maroko 21.50 Królowe życia 7 (4, 5)
23.10 Gogglebox. Przed telewizorem 11

TV 4

06.00 Pęknieś ze śmiechu - rozr.
07.05 Kacze opowieści (8, 9) - serial, USA
07.55 Kacze opowieści (10) - serial, USA
08.25 Kacze opowieści (11) - serial, USA
08.55 Galileo - prapopularnonaukowy
10.55 Galileo z domu
11.10 Policjantki i Policjanci (576, 577)
13.20 Spartakus (1/2) - film historyczny, USA 2004, reż. Robert Dornhelm, wyk. Goran Visnjic, Alan Bates
15.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska
16.00 Policjantki i Policjanci (578-580)
19.00 Galileo - prapopularnonaukowy
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (340) - serial krym., Polska
21.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (341) - serial krym., Polska
22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (342) - serial krym., Polska
23.00 Zatopieni - film sensacyjny, Bułgaria/Wielka Brytania 2005, reż. Anthony Hickox, wyk. Steven Seagal, Christine Adams, William Hope
01.05 Najgroźniejsi zabójcy (3) - serial
02.05 Interwencja - mag. reporterów
02.25 Disco Polo Life - muz., Polska
03.25 Top 10 - lista przebojów - muz.
05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TV 6

07.00 Nasza klasa 08.30 Miłość na zakrębie (31, 32, 33)
10.00 Anatomia gupoty według Richarda Hammonda (21)
10.30 Galileo z domu 10.50 Księżniczka Łabędzi: Rodzina królewska - film anim., USA/Indie/Korea Południowa 2014
12.40 Trzej bracia - film familijny, Czechy/Dania/Słowacja 2014
14.25 Columbo (1)
16.25 Detektyw Monk (10, 11)
18.25 Śmiertelna zamiana - thriller, USA 2019
20.05 Galileo 21.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 20)
23.00 Madame de Bonplaisir - film erot., Fr. 2010

TVN SIEDEM

05.10 Ukryta prawda (474) - serial, Polska
06.00 Mango - telezakupy
08.05 Ukryta prawda (478-480) - serial
11.00 Przyjaciele (16, 17/24) - serial, USA
11.55 Anna German (5/10) - serial
13.00 Sophia Grace i Rosie: Królewska przygoda - film familijny, USA 2014, reż. Brian Levant, wyk. Sophia Grace, Rosie McClelland, Jacqui Achilleas
14.40 Boyhood - dramat obyczajowy, USA 2014, reż. Richard Linklater, wyk. Ellar Coltrane, Patricia Arquette, Elijah Smith, Lorelei Linklater
18.00 Richie milioner - komedia przygodowa, USA 1994, reż. Donald Petrie, wyk. Macaulay Culkin, Jonathan Hyde, John Larroquette
20.00 Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski - komedia, USA 1987, reż. Jim Drake, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf
21.50 Ted 2 - komedia, USA 2015, reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg, Amanda Seyfried, Jessica Barth
00.15 Mroczne cielenie - komediodramat, USA 2012, reż. Tim Burton
02.25 NOC Magii
05.05 Zakonczenie programu

POLSAT SPORT

06.00 Trans World Sport
07.00 Boks: Gala w Indio 09.30 Siatkówka plażowa: PreZero GP Polskiej Ligi Siatkówki 14.00 Siatkówka plażowa: PreZero GP Polskiej Ligi Siatkówki - mecz: Grupa Azoty ZAKSA Kędzierzyn-Koźle - GKS Katowice 16.30 Piłka nożna: Fortuna 1. liga - studio 17.30 Piłka nożna: Fortuna 1. liga 19.30 Piłka nożna: Fortuna 1. liga - studio 20.00 Boks: Gala w Londynie - waga ciężka: Joe Joyce - Michael Wallisch 23.30 Piłka nożna: Totolotek Puchar Polski - mecz finałowy: Cracovia - Lechia Gdańsk

26 LIPCA
NIEDZIELA

TVP 1

06.05 Słownik polsko@polski
06.35 wojsko-polskie.pl - cykl reportaży
07.00 Transmisja mszy świętej
08.00 Tydzień - magazyn rolniczy, Polska
08.30 Zakochaj się w Polsce - magazyn
09.00 Ziarno - program dla dzieci
09.30 Sekundy, które zmieniły życie 4
09.55 Rodzina Polanieckich (2/7)
11.25 Kłasztorne smaki - magazyn
11.55 Między ziemią a niebem - mag.
12.00 Anioł Pański - program religijny
12.15 Między ziemią a niebem - mag.
12.45 Wadowickie spotkanie ze Świętym Janem Pawłem II - serial, Polska
13.10 Błękitna Planeta 2 (2) - serial
14.15 Z pamięci - cykl feleronów
14.25 Weterynarze z sercem - magazyn
15.05 Komisarz Alex 13 (157) - serial
16.00 Postaw na milion - teleturniej, Pol.
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.
17.30 Blondynka 7 (88) - serial, Polska
18.30 Jaka to melodia? wyk. Beata Fido
19.15 Sport, Wiadomości, Pogoda - inf.
20.15 La Bandita (24/62) - serial
21.15 Ośmiu wspaniałych - reality show
22.15 Lato w Wietnamie (1/2) - film obyczajowy, Niemcy 2018
23.55 Niepokonana Jane - western, USA

TV PULS

06.00 Lombard. Życie pod zastaw (21, 22)
08.10 Siedem lat w Tybecie - dramat, USA/Wlk. Brytania 1997
10.50 Oz: Wielki i potężny - film fantasy, USA 2013
13.30 Najpiękniejsze baśnie: Deszczowa Pani - baśń film., Niem. 2018
14.40 Stańcowane pantofelki - baśń film., Niem. 2011
15.55 Ostatni władca wiatru - film przyg., USA 2010
18.00 Blondynka w koszarach - komedia, USA 2008
20.00 John Wick - film sensac., USA 2014
22.00 Atomic Blonde - thriller, Niem./Szwecja/USA 2017
00.10 Snajper: Duch wojownika - film sens.

TVP 2

05.00 Cafe piosenka - magazyn
05.25 Słowo na niedzielę - preleginy
05.35 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (68) - serial
06.25 M jak miłość (1513) - serial, Polska
07.30 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.35 Powrót Robin Hooda - film przygodowy, USA 1976
13.25 Va banque - teleturniej, Polska
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Kółko fortuny - teleturniej, Polska
15.15 Szansa na sukces. Opole 2020
16.20 Rodzinka.pl (282) - serial, Polska
16.55 Zmieniony (11/15) - serial, Polska
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Na dobre i na złe (769) - serial
19.25 Na sygnale (264) - serial, Polska
20.00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna trasa Dwójki - 2020
20.40 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna trasa Dwójki - 2020
22.40 Pokuta - melodramat, Wielka Brytania/Francja/USA 2007
00.50 Noc generałów - film kryminalny, Francja/Wielka Brytania 1966
03.20 Z dzysku - dramat obyczajowy, Polska 2005, reż. Sławomir Fabicki
05.10 Zakonczenie programu

PULS 2

07.20 Bolek i Lolek wśród górników (4)
07.30 Reksio (31)
08.00 Błaze i megamaszyn 2 (17, 18)
08.45 Klinika dla psuszków (5)
09.20 Barbie i siostry na tropie psuszków - film anim., USA 2016
10.45 Dzielnego koguta Maniek - film anim., Meksyk 2015
12.45 Szeregowiec Dolot - film anim., Wlk. Brytania 2005
14.10 Panowie, dbajcie o żony - komedia, Fr. 1978
16.10 Mafial - komedia, USA 1998
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (261-265)
22.55 Agenci NCIS: Los Angeles 10 (20, 21)
00.45 Lekarze na start (46)

POLSAT

04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020
05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn
06.00 Nowy dzień - program inf.
07.35 Tarzan - film animowany, USA 1999
09.30 Gwiezdne wojny: Część 4 - Nowa nadzieja - film SF, USA 1977, reż. George Lucas, wyk. Mark Hamill, Harrison Ford, Alec Guinness, Peter Mayhew
12.15 Piękna i Bestia - film familijny, USA/Wielka Brytania 2017, reż. Bill Condon, wyk. Emma Watson, Dan Stevens, Luke Evans
14.55 Życie Pi - dramat przygodowy, USA/Tajwan/Wielka Brytania 2012, reż. Ang Lee, wyk. Suraj Sharma, Irrfan Khan, Ayush Tandon, Gautam Belur, Adil Hussain
17.40 Nasz nowy dom - reality show
18.50 Wydarzenia - program inf.
19.30 Gość „Wydarzeń” - public.
19.45 Sport, Pogoda
20.00 Sopocki Hit Kabaretowy - Słaba pleść - program rozr., Polska 2020
23.00 Mocne uderzenie - komedia, USA 2012, reż. Frank Coraci, wyk. Kevin James, Salma Hayek, Henry Winkler
01.30 Kapitan Phillips - dramat biograficzny, USA 2013, reż. Paul Greengrass, wyk. Tom Hanks, Catherine Keener
04.15 Tajemnice losu - program rozr.

STOPKLATKA

06.00 Klara i wszystko jasne 2 (13, 14)
08.00 Komisarz Rex 6 (87-89)
10.55 Przygody Merlina (13)
11.50 Przygody Merlina 2 (14, 15)
13.45 Znachor - dramat, Polska 1981
16.25 Starsza pani musi zniknąć - komedia, USA/Niem. 2003
18.00 Poirot: Morderstwo w Mezopotamii - film kryminalny, Wlk. Brytania 2001
20.00 Mała Miss - komediodramat, USA 2006
22.05 Świadek - dramat, USA 1985
00.30 Pięta pora roku - film obyczajowy, Polska 2012
02.25 Szamanka - thriller erot., Polska/Francja 1996

TVN

04.35 Uwaga! - magazyn reporterów
04.50 Mango - telezakupy
07.00 Wstajesz i wiesz - program inf.
09.00 Dzień Dobry Wakacje - mag.
11.30 Patent na dom - rozr., Polska 2020
12.30 Co za tydzień - mag. informacyjny
13.15 Kochany urwis - komedia, USA 1990
14.55 Kopciuszek: Bucik na miarę - komedia muzyczna, USA 2016, reż. Michelle Johnston, wyk. Sofia Carson
16.55 Step Up 4: Rewolucja - film muzyczny, USA 2012, reż. Scott Speer, wyk. Adam G. Sevani
19.00 Fakty - program informacyjny
19.20 Uwaga! Koronawirus - inf.
19.30 Sport, Pogoda
19.45 Uwaga! - magazyn reporterów
20.00 Ostatni skaut - film sensacyjny, USA 1991, reż. Tony Scott, wyk. Bruce Willis, Damon Wayans, Halle Berry, Chelcie Ross, Noble Willingham
22.10 Człowiek demolka - film sensacyjny, USA 1993, reż. Marco Brambilla, wyk. Sylvester Stallone
00.35 Kuchenne rewolucje: Elbląg, Złota Kura - rozr., Polska 2019
01.35 Ameryka Express - reality show
03.05 NOC Magii

TTV HD

12.55 Ostre cięcie 10
13.45 Vlogbox. W necie 14.25 Kto to kupi? 15.05 Gogglebox. Przed telewizorem 5
15.45 Express, Pogoda 16.00 Gogglebox. Przed telewizorem 11
17.00 Kossakowski. Wtajemniczenie 4
17.45 Express, Pogoda 18.00 Królowe życia 7 (4, 5)
19.25 Patent na kasę - fiesz 19.45 Express, Pogoda 20.00 Dzielni i wściekli 3
21.05 Kanapowcy 22.00 Kossakowski. Wtajemniczenie 4
22.40 Królowe życia 7 (2)
23.25 Damsy i wieśniaczki. Ukraina 6 (18)
00.30 Najlepszy w mieście

TV 4

06.00 Pęknieś ze śmiechu - rozr.
07.05 Kacze opowieści (12) - serial, USA
07.55 Kacze opowieści (13) - serial, USA
08.25 Kacze opowieści (14) - serial, USA
08.55 Pies na wagę diamentów - film familijny, USA 2008, reż. Mark Stouffer, wyk. Luke Benward, French Stewart
11.05 Galileo - prapopularnonaukowy
13.10 Gwiazdy Kabaretu - program rozr.
15.25 Spartakus (2-ost.) - film historyczny, USA 2004, reż. Robert Dornhelm, wyk. Goran Visnjic, Alan Bates
17.05 Smak miłości - komedia romantyczna, USA 2016, reż. David Jackson, wyk. Anna Hutchison, David Ojalvo, Taliana Vargas, Nicolás Rincón
19.00 Galileo - prapopularnonaukowy
20.00 Córka wilka - thriller, Kanada 2019, reż. David Hackl, wyk. Gina Carano, Richard Dreyfuss, Brendan Fehr
21.50 Forteca - dramat wojenny, USA 2012, reż. Mike Phillips, wyk. Bug Hall, Donnie Jeffcoat
00.00 Ameryka pod ostrzałem (7, 8)
02.25 Disco Polo Life - muz., Polska
03.25 Top 10 - lista przebojów - muz.
05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 Detektyw Monk (10, 11)
08.50 Galileo 09.50 Galileo 10.55 Śmiecholandia - zwariowane królestwo - baśń film., Czechy 2016
13.05 Columbo (1)
15.05 Policjantki i Policjanci (530-534)
20.05 Galileo 21.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21)
22.05 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (22)
23.00 Wyspa rozkoszy - film erotyczny, Francja 2010
00.10 Gwiazdy Kabaretu 01.10 Włacyk móch (97-99)
02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life

TVN SIEDEM

05.10 Ukryta prawda (482) - serial, Pol.
06.00 Mango - telezakupy
08.05 Ukryta prawda (483) - serial, Pol.
09.05 Ukryta prawda (485) - serial, Pol.
10.05 Ukryta prawda (487) - serial, Pol.
11.05 Przyjaciele (18, 19/24) - serial, USA
12.10 Przyjaciele (20/24) - serial, USA
12.40 Anna German (6/10) - serial
13.50 Ślub od pierwszego wejrzenia 2
15.50 Chisum - western, USA 1970, reż. Andrew V. McLaglen, wyk. John Wayne, Forrest Tucker, Geoffrey Deuel
18.15 Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski - komedia, USA 1987, reż. Jim Drake, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow
20.00 Infiltracja - dramat sensacyjny, USA/Hongkong 2006, reż. Martin Scorsese, wyk. Leonardo DiCaprio, Matt Damon, Jack Nicholson, Mark Wahlberg
23.15 Martwa cisza - thriller, Australia/USA 1989, reż. Phillip Noyce, wyk. Nicole Kidman, Sam Neill, Billy Zane
01.15 Ex Machina - dramat SF, Wielka Brytania 2014, reż. Alex Garland, wyk. Domhnall Gleeson, Corey Johnson
03.05 NOC Magii
05.05 Zakonczenie programu

POLSAT SPORT

06.00 Piłka nożna: Fortuna 1. liga 08.30 Boks: Gala w Londynie 11.00 Cafe Futbol 12.30 Siatkówka plażowa: PreZero GP Polskiej Ligi Siatkówki 15.30 Siatkówka plażowa: PreZero GP Polskiej Ligi Siatkówki 17.00 Siatkówka plażowa: PreZero GP Polskiej Ligi Siatkówki - mecz: MKS Będzin - Jastrzębski Węgiel 19.00 Siatkówka mężczyzn - studio 20.00 Siatkówka mężczyzn - mecz towarzyski: Polska - Estonia 22.00 Siatkówka mężczyzn - studio 22.30 Piłka nożna: Liga włoska - mecz: Udinese Calcio - Juventus FC 01.00 Boks

program TV 29

Tygodnik KRAK

27 LIPCA
PONIEDZIAŁEK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.10 Przysięga (221) - telenowela, Tur 06.00 Elif (778) - serial obycz., Turcja 07.00 Transmisja mszy świętej 07.30 Okiem wiary - magazyn, Polska 08.00 Wiadomości, Pogoda - inf. 08.15 Kwadrans polityczny - public. 08.40 Ta jedyna (28) - serial obycz., Port. 09.15 Ranczo 5 (64) - serial obycz., Polska 10.15 Komisarz Alex 10 (119) - serial 11.05 Ojciec Mateusz 8 (100) - serial 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.45 Błękitna Planeta 2 (2) - serial 14.00 Elif (779) - serial obycz., Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (222) - telenowela, Tur. 17.00 Teleexpress, Pogoda - inf. 17.25 Jaka to melodia? 17.55 Uśmiech losu (15/30) - serial 18.50 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.20 Tour de Pologne - kronika 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.35 La Bandida (25/62) - serial 21.30 Sanatorium miłości 2 22.35 Woda i władza: Kalifornijski przekręt - film dokumentalny, USA 2017 00.05 Miłosna rozgrywka - komedia obyczajowa, USA 1995	05.25 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (69) - serial 06.15 Coś dla ciebie - magazyn 06.50 Bądźmy razem - program edukac. 07.30 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.25 Rodzinka.pl (203) - serial, Polska 11.55 Barwy szczęścia (2259) - serial 12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska 13.05 Va banque - teleturniej, Polska 13.35 Na sygnale (245) - serial, Polska 14.05 Coś dla ciebie - magazyn 14.35 Operacja zdrowie! - magazyn 15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (83) - serial 16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.10 Więzień miłości (352) - telen., Tur. 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Va banque - teleturniej, Polska 19.00 Rodzinka.pl (204) - serial, Polska 19.35 Barwy szczęścia (2259) - serial 20.10 Przychodzi facet do lekarza - komedia, Francja/Belgia 2014 22.05 Tajemnice Majorki (3/12) - serial 23.05 Chemia - dramat obyczajowy, Polska 2015, reż. Bartosz Prokopowicz 01.00 Warto kochać (17) - serial, Polska 01.55 Zabić Kennedy'ego - dramat	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.45 Malanowski i partnerzy (605, 606) 09.45 Sekrety rodziny (103) - serial, Pol. 10.45 Dlaczego ja? (930) - serial, Polska 11.45 Gliniarze (249) - serial, Polska 12.50 Wydarzenia - program inf. 13.30 Interwencja - mag. reporterów 13.45 Trudne sprawy (750) - serial, Pol. 14.45 Dlaczego ja? (700) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia, Pogoda 16.30 Interwencja - mag. reporterów 16.45 Gliniarze (181) - serial, Polska 17.45 Sekrety rodziny (151) - serial, Polska 18.50 Wydarzenia - program inf. 19.30 Gość „Wydarzeń” - public. 19.45 Sport, Pogoda 20.05 Kapitan Phillips - dramat biograficzny, USA 2013, reż. Paul Greengrass, wyk. Tom Hanks, Catherine Keener, Barkhad Abdi 22.55 Skazany na piekło - dramat sensacyjny, USA 2003, reż. Ringo Lam, wyk. Jean-Claude Van Damme, Lawrence Taylor, Mamie Alton 01.05 Nowy początek - film SF, USA 2016 03.40 Tajemnice losu - program rozr.	04.05 Uwaga! - magazyn reporterów 04.20 Kuchenne rewolucje: Kielce, L'Amore - program rozr., Polska 2016 05.10 Nowa Maja w ogrodzie - magazyn 05.40 Akademia ogrodnika - magazyn 05.45 Mango - telezakupy 07.00 Wstajesz i wiesz - program inf. 09.00 Szpital (585) - serial paradok., Pol. 10.05 Kuchenne rewolucje: Rąbień, El Fuego - program rozr., Polska 2015 11.05 Detektywi (607, 608) - serial 12.15 Ukryta prawda (851) - serial, Pol. 13.15 Szpital (586) - serial paradok., Pol. 14.15 Detektywi (609, 610) - serial 15.25 Efekt Domina (4) - serial dok., Pol. 16.00 Fakty po południu - program inf. 17.00 Kuchenne rewolucje: Knyszyn, Bar u Marka - rozr., Polska 2016 18.00 Ukryta prawda (852) - serial, Pol. 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.55 Uwaga! - magazyn reporterów 20.15 Doradca smaku - magazyn 20.20 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2019 21.00 Godzina zemsty - film sensacyjny, USA 1999, reż. Brian Helgeland 23.05 Szczęki 2 - thriller, USA 1978	06.00 Strażnik Teksasu (25, 26) - serial 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Policjantki i Policjanci (574-576) 12.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska 13.00 Hardkorowy lombard (160) 13.30 Hardkorowy lombard (161) 14.00 Pamiętniki z wakacji (24) - serial 15.00 Septagon (87) - serial krym., Polska 16.00 Słoneczny patrol (13) - serial, USA 17.00 Pamiętniki z wakacji (25) - serial 18.00 Policjantki i Policjanci (581, 582) 20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (343) - serial krym., Polska 21.00 Walka z cieniem. Ostatnia runda - film sensacyjny, Rosja 2011, wyk. Aleksiej Sidorow, Denis Nikiforow, Andriej Panin, Elena Panowa, Stephen Au 23.40 Eksplozja - film sensacyjny, USA 1994, reż. Stephen Hopkins, wyk. Tommy Lee Jones, Jeff Bridges, Suzy Amis, Forest Whitaker, Lloyd Bridges 02.05 Własy móch (40): Pochód 02.35 Graffiti - program publicystyczny 02.50 SuperLudzie (27) - serial dok., Pol. 03.20 SuperLudzie (28) - serial dok., Pol. 03.50 Trans World Sport - magazyn 04.55 SuperLudzie (29) - serial dok., Pol. 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.10 Szkoła (233) - serial paradok., Pol. 06.05 Mango - telezakupy 07.30 Mała piękność 5 (6/30) - serial 08.25 Po pierwsze kino 3 - program rozr. 08.30 Ukryta prawda (489-491) - serial 11.30 Mango - telezakupy 11.50 Szpital (512) - serial paradok., Polska 12.50 Ślad rodzinny (160) - serial, Polska 13.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska (470) - serial fab-dok, Polska 14.50 Po pierwsze kino 3 - rozr. 14.55 Ukryta prawda (643) - serial, Pol. 15.55 Szkoła (443) - serial paradok., Pol. 16.55 19+ (284) - serial paradok., Polska 17.30 19+ (285) - serial paradok., Polska 18.00 Usta Usta 2 (4) - serial kom., Polska 19.00 Ukryta prawda (644) - serial, Polska 20.00 Anna German (7, 8/10) - serial 22.20 Maggie - horror, USA/Szwajcaria 2015, reż. Henry Hobson, wyk. Arnold Schwarzenegger, Abigail Breslin, Joely Richardson, Douglas M. Griffin 00.30 Quija - horror, USA 2014, reż. Stiles White, wyk. Olivia Cooke, Ana Coto, Daren Kagasoff, Bianca A. Santos 02.10 Druga strona medalu 02.35 Noc Magii 05.05 Zakończenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Nash Bridges (60, 61) 08.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (269) 09.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (96) 10.00 Zaklinaczka duchów 2 (27, 28, 29, 30) 14.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (97, 98) 16.00 Rodzinny interes 2 (67, 68): Troska ojców, Rodzina zastępcza 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (269, 270) 20.00 Czarny orzeł - dramat, USA 1988 22.05 John Wick - film sensacyjny, USA 2014 00.05 Zabójcze polowanie - film sensacyjny, Kanada 2010 02.00 Zobacz to!: Taki jest świat 5	11.15 Moonzy (21) 11.30 Kuba i Śruba (8) 11.45 Chip i Dale (1, 2) 12.45 Blaze i megamaszynny 2 (19) 13.15 Alvin!!! i wiewiórki 3 (38, 39, 40, 41) 14.10 Timon i Pumba 2 (31, 32) 15.00 Dom: Przygody Oha i Tip 2 (15, 16) 16.00 Jeźdźcy smoków (4, 5) 16.50 Dzieciak rządzi: Znowu w grze (20, 21) 17.45 Pingwiny z Madagaskaru 2 (8) 18.15 Psi Patrol 4 (5, 7) 19.00 Smerfy (99, 100) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (93, 94) 22.00 Agenci NCIS: Los Angeles 10 (22, 23) 23.50 Wstydliwe choroby: XXL (3)	06.45 Złotopolscy (329) 07.15 Plebania (61, 62) 08.20 Klara i wszystko jasne 2 (13) 09.25 Legenda maski - film przyg., Niem. 2014 11.05 Nowa Scena Śmiechu 2 12.05 Allo, Allo (59, 60) 13.10 Katastrofy w przestworach (11, 16) 15.05 Eruption: LA - film katastrof., USA 2018 16.50 Pogodowe Top 10 (4) 17.45 Komisarz Rex 6 (84) 18.45 Allo, Allo (69, 70) 20.00 Formula - film sensac., USA/Wlk. Brytania/Kanada 2001 21.50 Taśmy Watykanu - horror, USA 2015 23.25 Narcos 2 (2) 00.30 Słodko-gorzki - dramat	12.15 Kilogramy zbędnej skóry (2) 13.15 Zamiana żon. Ukraina 13 14.20 Luksusowe minidomy (16) 14.50 Usterka 8 (7) 15.25 Uwaga! 15.45 Express, Pogoda 16.00 Orzeł czy reszka? 17.00 Królowe życia 4 (7) 17.45 Express, Pogoda 18.00 Patent na kasę 18.30 Nauka jazdy 2 19.00 Gogglebox. Przed telewizorem 3 19.45 Express, Pogoda 20.05 Kto to kupi? 20.55 Usterka 11 (45) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 11 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 6 23.45 Defacto 11	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (122, 123) 09.00 Galileo 10.00 Detektywi w akcji (25, 26) 12.00 Miodowe lata (19, 20, 21) 13.40 Sekrety sąsiadów (19) 14.15 Buffy, postrach wampirów (6, 7) 16.15 Medicopter 117 (27, 28) 18.15 Miodowe lata (22, 24, 25) 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (133, 134) 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (231) 00.00 Krwawe igrzyska - film krym., Hongkong 2016 02.05 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life	04.50 Największe mecze polskiej siatkówki 07.00 Poranek z Polsatem Sport 08.00 Siatkówka mężczyzn 10.00 Piłka nożna: Fortuna 1. liga 12.00 Piłka nożna: Fortuna 1. liga 14.30 Siatkówka mężczyzn 17.00 Siatkówka mężczyzn - studio 18.00 Siatkówka mężczyzn - mecz towarzyski: Polska - Estonia 20.30 Siatkówka mężczyzn - studio 21.00 Piłka nożna: Totolotek Puchar Polski - mecz finałowy: Cracovia - Lechia Gdańsk 23.00 Największe mecze polskiej siatkówki - magazyn siatkarski 01.00 Boks

28 LIPCA
WTOREK

TVP 1	TVP 2	POLSAT	TVN	TV 4	TVN SIEDEM
05.10 Przysięga (222) - telenowela, Tur. 06.00 Elif (779) - serial obycz., Turcja 07.00 Transmisja mszy świętej 07.30 Agape - magazyn, Pol. 2018-2020 08.00 Wiadomości, Pogoda - inf. 08.15 Kwadrans polityczny - public. 08.40 Ta jedyna (29) - serial obycz., Port. 09.15 Ranczo 5 (65) - serial obycz., Pol. 10.15 Komisarz Alex 10 (120) - serial 11.05 Ojciec Mateusz 8 (101) - serial 12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda 12.40 Magazyn rolniczy - mag. rolniczy 12.55 Nasze Galapagos (2/3) - film dokumentalny, Wielka Brytania 2018 14.00 Elif (780) - serial obyczajowy, Turcja 15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm! 15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16.05 Przysięga (223) - telenowela, Tur. 17.00 Teleexpress, Pogoda - inf. 17.25 Jaka to melodia? 17.55 Uśmiech losu (16/30) - serial 18.50 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19.20 Tour de Pologne - kronika 19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm! 20.35 La Bandida (26/62) - serial 21.30 Sanatorium miłości 2 22.35 Ocaleni - reality show 23.40 Siła spokoju - dramat obyczajowy	04.55 Cafe piosenka - magazyn 05.25 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (70) - serial 06.15 Wspólna droga - rep., Polska 2016 06.40 Spiszmy się, jak na rolników przystało - magazyn, Polska 2020 06.50 Bądźmy razem - program edukac. 07.30 Pytanie na śniadanie - magazyn 11.25 Rodzinka.pl (204) - serial, Polska 11.55 Barwy szczęścia (2260) - serial 12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska 13.05 Va banque - teleturniej, Polska 13.35 Na sygnale (246) - serial, Polska 14.05 Chłopi (7/13) - serial obycz., Polska 15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (84) - serial 16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska 16.35 Familiada - teleturniej 17.10 Więzień miłości (353) - telen., Tur. 18.00 Panorama, Pogoda - program inf. 18.30 Va banque - teleturniej, Polska 19.00 Rodzinka.pl (205) - serial, Polska 19.30 Barwy szczęścia (2260) - serial 20.10 Sprawa się rypla - kom., Polska 1984 21.45 Siostry (8/12) - serial obycz., Włochy 22.55 Film dla Stasia - film dokumentalny, Polska 2017, reż. Monika Melen 23.55 Rodzinka.pl (282) - serial, Polska	04.40 Disco Gramy - muz., Polska 2020 05.25 Telezakupy TV Okazje - magazyn 06.00 Nowy dzień - program inf. 08.45 Malanowski i partnerzy (607, 608) 09.45 Sekrety rodziny (104) - serial, Pol. 10.45 Dlaczego ja? (931) - serial, Polska 11.45 Gliniarze (250) - serial, Polska 12.50 Wydarzenia - program inf. 13.30 Interwencja - mag. reporterów 13.45 Trudne sprawy (751) - serial, Polska 14.45 Dlaczego ja? (701) - serial, Polska 15.50 Wydarzenia, Pogoda 16.30 Interwencja - mag. reporterów 16.45 Gliniarze (182) - serial, Polska 17.45 Sekrety rodziny (152) - serial, Pol. 18.50 Wydarzenia - program inf. 19.30 Gość „Wydarzeń” - public. 19.45 Sport, Pogoda 20.05 Nowy początek - film SF, USA 2016, reż. Denis Villeneuve, wyk. Amy Adams, Jeremy Renner, Forest Whitaker, Michael Stuhlbarg 22.40 Bez hamulców - film sensacyjny, USA 2012, reż. David Koepf, wyk. Joseph Gordon-Levitt, Michael Shannon 00.25 Drużyna A - komedia sensacyjna, USA 2010, reż. Joe Carnahan 03.00 Tajemnice losu - program rozr.	04.35 Uwaga! - magazyn reporterów 04.55 Kuchenne rewolucje - rozr., Polska 05.45 Mango - telezakupy 07.00 Wstajesz i wiesz - program inf. 09.00 Doradca smaku - magazyn 09.05 Szpital (586) - serial paradok., Pol. 10.05 Kuchenne rewolucje - rozr., Polska 11.05 Detektywi (609, 610) - serial 12.15 Ukryta prawda (852) - serial, Pol. 13.15 Szpital (587) - serial paradok., Pol. 14.15 Detektywi (611, 612) - serial 15.25 Milionerzy - teleturniej, Polska 2019 16.00 Fakty po południu - program inf. 17.00 Kuchenne rewolucje: Mińsk Mazowiecki, Mazowiecka - rozr. 18.00 Ukryta prawda (853) - serial, Pol. 19.00 Fakty - program informacyjny 19.25 Uwaga! Koronawirus - inf. 19.35 Sport, Pogoda 19.55 Uwaga! - magazyn reporterów 20.15 Doradca smaku - magazyn 20.20 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2019 21.00 Krwawy diament - dramat przygodowy, USA/Niemcy 2006 00.00 Kuba Wojewódzki - talk-show 01.00 Nagłe zderzenie - film sensacyjny, USA 1983, reż. Clint Eastwood 03.30 Noc Magii	06.00 Strażnik Teksasu (27, 28) - serial 08.00 Nasz nowy dom - reality show 09.00 Policjantki i Policjanci (577-579) 12.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska 13.00 Hardkorowy lombard (161) 13.30 Królowie australijskiego lombardu (1) - serial dok., Australia 14.00 Pamiętniki z wakacji (25) - serial 15.00 Septagon (88) - serial krym., Polska 16.00 Słoneczny patrol (14) - serial 17.00 Pamiętniki z wakacji (26) - serial 18.00 Policjantki i Policjanci (583) 19.00 Policjantki i Policjanci (584) 20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (344) - serial krym., Polska 21.00 Córka wilka - thriller, Kanada 2019, reż. David Hackl, wyk. Gina Carano 22.50 Zadyma w Bangkoku - komedia sensacyjna, Tajlandia 2009, reż. Raimund Huber, wyk. Daniel Patrick O'Neill, Conrad Stevens 00.35 Własy móch (41, 42) - serial, Polska 01.35 Galileo - prapopularnonaukowy 02.50 Trans World Sport - magazyn 03.55 SuperLudzie (29) - serial dok., Pol. 04.25 SuperLudzie (30) - serial dok., Pol. 04.55 SuperLudzie (31) - serial dok., Pol. 05.30 Telezakupy TV Okazje - magazyn	05.10 Szkoła (294) - serial paradok., Polska 06.05 Mango - telezakupy 07.30 Mała piękność 5 (7/30) - serial 08.25 Po pierwsze kino 3 - program rozr. 08.30 Ukryta prawda (492) - serial, Polska 09.30 Ukryta prawda (493) - serial, Polska 10.30 Ukryta prawda (494) - serial, Polska 11.30 Mango - telezakupy 11.50 Szpital (513) - serial paradok., Pol. 12.50 Ślad rodzinny (161) - serial, Polska 13.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska (471) - serial fab-dok, Polska 14.50 Po pierwsze kino 3 - program rozr. 14.55 Ukryta prawda (645) - serial, Polska 15.55 Szkoła (444) - serial paradok., Pol. 16.55 19+ (286, 287) - serial paradok. 18.00 Usta Usta 2 (5) - serial kom., Polska 19.00 Ukryta prawda (646) - serial, Pol. 20.00 Czerwona gorączka - film sensacyjny, USA 1988, reż. Walter Hill, wyk. Arnold Schwarzenegger, James Belushi, Ed O'Ross, Peter Boyle 22.15 Infiltracja - dramat sensacyjny, USA/Hongkong 2006, reż. Martin Scorsese 01.25 Kości 2 (20/21) - serial krym., USA 02.25 Druga strona medalu 02.50 Noc Magii 05.05 Zakończenie programu
TV PULS	PULS 2	STOPKLATKA	TTV HD	TV 6	POLSAT SPORT
06.00 Nash Bridges (61, 62) 08.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (270) 09.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (97) 10.00 Zaklinaczka duchów 2 (29, 30, 31, 32) 14.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (98, 99) 16.00 Rodzinny interes 2 (68, 69) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (270, 271) 20.00 Rzykancie - dramat, USA 1997 21.50 Wykładał - dramat, USA 1989 00.05 Last Vegas - komedia, USA 2013 02.10 Na wariackich papierach (33) 03.15 Zobacz to!: Tajemnice medyczne (20) 04.15 Z archiwum policji (6)	11.30 Kuba i Śruba (9) 11.45 Chip i Dale (2, 3) 12.45 Blaze i megamaszynny 2 (20) 13.15 Alvin!!! i wiewiórki 3 (40, 41, 42, 43) 14.10 Timon i Pumba 2 (32, 33) 15.00 Dom: Przygody Oha i Tip 2 (17, 18) 16.00 Jeźdźcy smoków (5, 6) 16.50 Dzieciak rządzi: Znowu w grze (21, 22) 17.45 Pingwiny z Madagaskaru 2 (9) 18.15 Psi Patrol 4 (7, 8) 19.00 Smerfy (100, 101) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (95, 96) 22.00 Agenci NCIS: Los Angeles 10 (24) 22.50 Agenci NCIS 11 (1) 23.50 Wstydliwe choroby: XXL (4)	06.40 Złotopolscy (330) 07.05 Plebania (63, 64) 08.05 Klara i wszystko jasne 2 (14) 09.20 Niekończąca się opowieść - film fantasy, RFN/USA 1984 11.00 Nowa Scena Śmiechu 2 12.00 Allo, Allo (61, 62) 13.10 Katastrofy w przestworach (12, 164) 15.00 100 stopni poniżej zera - film katastrof., USA 2013 16.50 Pogodowe Top 10 (5) 17.45 Komisarz Rex 6 (85) 18.45 Allo, Allo (71, 72) 20.00 Stacja - film kryminalny, Polska 2001 22.05 Nowe imperium - dramat, Włochy/Hiszp./USA/Bulg. 2006 00.15 Narcos 2 (3)	11.30 Idealna niania 9 12.15 Kilogramy zbędnej skóry 2 (3) 13.15 Przylapani na zdradzie 2 (1) 14.20 Luksusowe minidomy (17) 14.50 Usterka 8 (8) 15.25 Uwaga! 15.45 Express, Pogoda 16.00 Orzeł czy reszka? 17.00 Królowe życia 4 (8) 17.45 Express, Pogoda 18.00 Patent na kasę 18.30 Nauka jazdy 2 19.00 Gogglebox. Przed telewizorem 3 19.45 Express, Pogoda 20.05 Kto to kupi? 20.55 Usterka 11 (16) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Ostre cięcie 10 22.40 Ostre cięcie 9 23.30 Kanapowcy	06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (124, 125) 09.00 Galileo 10.00 Detektywi w akcji (27, 28) 12.00 Miodowe lata (22, 24, 25) 13.40 Sekrety sąsiadów (20) 14.15 Buffy, postrach wampirów (8, 9) 16.15 Medicopter 117 (29, 30) 18.15 Miodowe lata (39, 54) 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (135, 136) 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (232) 00.00 Zaginiony w akcji - film sensacyjny, USA 1984 02.05 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life	04.50 Największe mecze polskiej siatkówki 07.00 Poranek z Polsatem Sport 08.00 Siatkówka mężczyzn 10.30 Piłka nożna: Fortuna 1. liga 13.00 Piłka nożna: Fortuna 1. liga 15.00 Siatkówka mężczyzn 15.30 Atleti - mag. sportowy 17.00 Piłka nożna: Fortuna 1. liga 18.00 Piłka nożna: Fortuna 1. liga - mecz barażowy 19.30 Siatkówka kobiet - studio 20.00 Siatkówka kobiet - mecz towarzyski: Polska - Szwajcaria 22.00 Siatkówka kobiet - studio 22.30 Siatkówka mężczyzn - mecz towarzyski: Polska - Estonia 01.00 Sporty walki: KSW

Ochrona Danych Osobowych w „Tygodnik Krag” Sp. z o.o. w Nowej Soli

„Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. informuję że:

1. Administratorem Pana/i danych osobowych jest „Tygodnik Krag” Sp. z o.o. w Nowej Soli (ul. Parafialna 2b,

67-100 Nowa Sól) w imieniu, którego działa i reprezentuje go na zewnątrz Prezes Zarządu.

2. Inspektorem Ochrony Danych w „Tygodnik Krag” Sp. z o.o. w Nowej Soli jest Ewelina Majerska, adres do korespondencji: e.majerska@tygodnikkrag.pl

3. Pana/i dane osobowe przetwarzane są w celu realizacji obowiązków wynikających z przepisów

prawa prasowego, realizacji zadań podmiotu, rekrutacji, pełnienia funkcji pracodawcy – na podstawie art. 6 ust. 1 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych.

4. Dane osobowe mogą być przekazywane innym organom i podmiotom wyłącznie na podstawie obowiązujących przepisów prawa.

5. Pana/i dane osobowe będą przetwarzane przez okres niezbęd-

ny, wynikający z obowiązujących przepisów prawa prasowego, realizacji zadań podmiotu, rekrutacji, pełnienia funkcji pracodawcy.

6. Posiada Pan/i prawo do: dostępu do treści swoich danych i ich poprawiania, sprostowania oraz prawo do usunięcia i cofnięcia zgody w dowolnym momencie (art 13 ust 2 pkt b i c).

7. Ma Pan/i prawo wniesienia

skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, gdy przetwarzanie danych osobowych Pana/i dotyczących naruszałoby przepisy ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych.

8. Podanie przez Pana/ią danych osobowych jest niezbędne ze względu na cele, jakie realizuje „Tygodnik Krag” Sp. z o.o. w Nowej Soli”.

LOKALE

SPRZEDAM

- Sprzedam mieszkanie o pow. 56m2 do samodzielnego wykończenia, dwa pokoje, kuchnia, łazienka, samodzielna piwnica o pow. 60m2 w centrum Nowej Soli. Tel. 509 803 099 lub 604647 358
- Sprzedam mieszkanie w centrum 79m2 3 pokoje, CO, duży balkon, piwnica. Tel. 886 790 910 po 15-tej
- Sprzedam dwa mieszkania w centrum, 2 pokoje, kuchnia, łazienka, 50m2, media, I piętro ul. Witosa; 3 pokoje, kuchnia, łazienka, III piętro, po remoncie, 47m2, ul. Drzymały. Tel. 796 332 797
- Sprzedam mieszkanie M-5(4 pokoje) 71,5m2, III piętro, na os. Konstytucji. Tel. 663 636 230
- Sprzedam mieszkanie w Nowej soli, 58m2, IV piętro, 230tys zł. Tel. 516 715 993
- Sprzedam TANIO dom do remontu 80m2 + działkę 90arów, cena do uzgodnienia, Stare Żabno, PILNE. Tel. +48 536 199 151
- Sprzedam dom dwupoziomowy z ogrodem w Siedlisku pow. ogólna 154m2, pow mieszkalna 100m2, działka 411m2. Tel. 728 855 331
- Sprzedam dom z zabudowaniami na wsi, gmina Bytom Odrzański.

Tel. 609 273 229

- Sprzedam działkę o pow. 74 arów częściowo zalesioną nad jeziorem w Lginu powiat Wschowa. Tel 698 805 051
- Grunt rolny klasy średniej, jedno kawałek 4,15 ha w gminie Siedlisko-sprzedam. Tel. 509 803 099
- Grunt rolny 3,0 ha w gminie Siedlisko sprzedam. Grunt przylega do kanału Kopalnica obsadzony jest starodrzewiem okalającym nieistniejący już trawnik. Tel. 509 803 099
- Sprzedam działkę w Uściu, przylegającą do rzeki Obrzycy o pow. 0,3 ha. Tel. 509 803 099
- Sprzedam garaż w Nowej Soli przy ul. Topolowej. Tel. 604 539 487
- Działka ogrodowa duża altana, 4,5 AR, do uzgodnienia; Rower męski PANTHER; Gitara ADMIRA MALAGA; Rowerki dziecięcy do lat 6 – 100zł. Tel. 882 852 766

ZAMIENIĘ

- Zamienię M-3 i M-4 lokalizacja Zatorze Nowa Sól na dom w Nowej Soli lub okolicy. Tel. 573 489 262

WYNAJMĘ

- Do wynajęcia pokój, kuchnia, lodówka, umeblowany, telewizor. Tel. 683 556 199
- Wynajmę kawalerkę

przy ul. Traugutta, umeblowaną, 36m2, I piętro. Umowa minimum na 6 miesięcy. Cena 900zł + rachunki. Tel. 733 185 920

- Do wynajęcia mieszkanie, 3 pokoje, kuchnia, łazienka, ogrzewanie gazowe, osobne wejście i nadający się na lokal handlowy. Tel. 667 324 932 lub 880 172 759
- Do wynajęcia mieszkanie, ul. Kościuszki, III piętro, 2 pokoje, balkon, kuchnia, łazienka, częściowo umeblowane. Tel. 511 639 115 lub 609 814 039
- Mieszkanie do wynajęcia, stare budownictwo, parter, 3 pokoje, kuchnia. Łazienka, balkon. Tel. 664 548 453
- Do wynajęcia nowo wybudowany garaż przy ul. Aleksandra Fredry w Nowej Soli (obok wiaduktu). Tel. 537 412 343
- Wynajmę lokale biurowe, 50m2, z parkingiem, ul.8 Maja 14, Nowa Sól. Tel. 693 883 641
- Do wynajęcia pokój dla osoby pracującej, ul. Wrocławska, osobne wejście. Tel. 697 998 285
- Wynajmę lokal 19m2 w Nowej Soli na działalność gospodarczą. Tel. 784 649 344
- Wynajmę lokal ok 33m2 na działalność gospodarczą w Nowej Soli. Tel. 784 649 344

• Wynajmę lokal na restaurację przy procie, Nowa Sól. Tel. 784 649 344

• Do wynajęcia garaż przy wiadukcie ul. Korczaka, kanał – prąd. Tel. 880 275 071

KUPIĘ

- Kupię małe mieszkanie (kawalerkę) w Nowej Soli do 70tys zł. Tel. 604 301 253
- Kupię dom do 100m2, w zaciśnej okolicy Nowej Soli. Tel. 601 299 167

SPRZEDAŻ

- Sprzedam Fiat Panda, 2004 rok, 1.1 benzyna, czerwony, garażowany, mały przebieg, tylko 67 500km, nowy akumulator, sprzedający rencista-emeryt niepalący. Tel. 781 643 343
- Sprzedam Skodę Fabię, rok 2003, przebieg 130 tys, drugi właściciel, klimatyzacja, elektryczne szyby. Tel. 602 759 136
- Toyota Corolla 1.4 VVTI, 2002, salon, Polska, drugi właściciel, HATCHBACK, klimatyzacja, video rejestrator, kamera cofania. Tel. 606 104 014
- Sprzedam Forda Focus C-max, rocznik 2003, 1,8 16 VB +LPG, 4 elektryczne szyby, podgrzewana przednia szyba, klimatyzacja manualna, opony lato-zima. Cena 8 500zł, do negocjacji. Tel. 609 406 706
- Sprzedam Volkswage-

na Golfa, rok 1988, 1,3 kat, benzyna, gaz, wraz z częściami. Tel. 692 484 832

- Sprzedam Poloneza Caro rok 1996, pierwszy właściciel-garażowany, przebieg 142 tys km, stan bardzo dobry, kolejne badanie techniczne luty 2021rok. Tel. 600 400 342
- Mazda 5, ciemny turkus, 2007, 6-osobowy, diesel, stan bardzo dobry, cena 10 200zł. Tel. 664 548 453
- Sprzedam BMW 525D 2004r. 170KM czarny, skóra jasna, klimatyzacja, ciemne szyby, duży ekran, nawigacja 200.000przebiegu. Tel. 698 805 051 lub 535 288 422
- Sprzedam Skuter KYMCO SUPER 8, rok prod. 2008, stan idealny. Tel. 684 186 289
- Sprzedam Motocykl YAMAHA XVS 650 Drag-Star Chopper, rocznik 1997, przebieg 48tys, kolor czarny, piękne chromy, napęd na wał kardana, motor bez wkładu finansowego. Tel. 531 020 820
- Sprzedam 2 opony 3.00x18 i dętkę. Tel. 696 223 569
- Sprzedam fotelik samochodowy Maxi Cosi 9-18 kg, użytkowany przez 1 dziecko, cena 50zł. Tel. 602 537 573
- Sprzedam rozdzielnię budowlaną. Tel. 603 651 649

Sprzedam wózek dziecięcy Anex

Sport wielofunkcyjny (gondola, spacerówka, fotelik samochodowy) kolor foxy, stan bdb. Tel. 605 244 033

- Sprzedam łóżeczko dziecięce Klups(sówki) białe z materacykiem, stan bardzo dobry. Tel. 605 244 033
- Sprzedam: nowy odkurzacze wieloczynnościowy pranie, sprzątanie prod. niemiecka Ambador; nowa mata masująca na pilota Body Sharp. Tel. 510 593 535
- Sprzedam telewizor „Cartis” 28 cali, plazma, srebrny, cena 22zł; kuchenka gazowa 4-palnikowa 80zł; Bojler „Gamlet” 120l, sterownik 100zł; silnik 2szt 1,1 kW 220 V rok 2011 100zł; Hydrofor 5 bar – silnik do pompy 380V 2,0 kW – 100zł. Tel. 661 855 291
- Sprzedam rower damski, męski. Tel. 683 556 199
- Sprzedam piec „THERMOVAL” 3-fazowy, układany cegłą szamotową, po jednym sezonie grzewczym, tanio. Tel. 512 391 075
- Sprzedam piec PEREKO z podajnikiem 19kW, piec używany 3 sezony, cena 4 700zł, do negocjacji. Tel. 505 983 662 lub 68 388 73 10
- Sprzedam tanio roczniki „Magazyn Polski” rok 59,60,61,62,63,65. Tel. 68 4588382
- Sprzedam wieszak sklepowy (okrągły); monitor 18” rzutnik lata 70, stół kuchenny, biurko, biurko pod komputer, stolik szklany, szafę wnękową; kanapę dziecięcą rozkładaną; prasownicę elektryczną (Sonta) niemiecka, silnik do automatów pralniczych. Tel. 698 898 448

- Sprzedam chłodziarki do C-360, kultywator, 3 brony + rama, zawieszane do ciągnika. Tel. 669 711 646
- Sprzedam materac (pole magnetyczne) nowy aparat na bezdech-oddech; lalki porcelanowe-piękne. Tel. 664 989 934
- Sprzedam siatkę ogrodzeniową, ocynkowaną, powlekaną plastikiem, różnej wysokości. Tel. 697 638 521
- Sprzedam łóżko jednoosobowe ze skrzynią na pościel w kolorach jasnego brązu (wzory), stan bardzo dobry, cena 90zł. Tel. 604 055 368
- Sprzedam wypoczek typu „holenderski” z drzewa dąb, tapicerka nowoczesny kolor beż, całość odrestaurowana, stan bdb, cena 2 500zł, do negocjacji. Tel. 604 055 368
- Tanio sprzedam lampkę nocną do pokoju dziecięcego, listonoszkę męską – skórzaną, nową torbę na ramię – damską, buty firmowe na obcasie roz. 36, maskotki-pluszaki. Tel. 662 403 473
- Sprzedam: gitara klasyczna + pokrowiec 250zł; działka ogrodowa do uzgodnienia; koła aluminiowe do Merc klasa A-580zł; hak holowniczy Mer klasa A; Rower męski „PANTHER” 750zł. Tel. 882 852 766
- Sprzedam krzesła ogrodowe używane, tanio, z plastiku. Tel. 694 307 907
- Sprzedam 6 krzeseł do pokoju stołowego, w idealnym stanie, cena 75zł za sztukę. Tel. 661 408 208
- Sprzedam króliki młode

de do dalszego chowu, rasa mięsna, Nowa Sól. Tel. 698 639 831

- Drewno na rozpałkę – wiązki, sprzedam. Tel. 669 283 888
-

KUPNO

Kupię każde auto, całe i uszkodzone, dokumentacja i gotówka od ręki. Własny transport. Tel. 509 046 253

Skup aut, całych, uszkodzonych, niesprawnych, fachowa i uczciwa wycena, legalna umowa na firmę. Tel. 518 943 212

Kupię każde auto: Volkswagen i Audi, całe oraz uszkodzone. Tel. 511 847 685

Skup aut do 5000 zł uczciwa wycena aut całe lub uszkodzone Tel. 739 468 484

KUPIĘ KAŻDE AUTO całe lub uszkodzone najlepsze ceny! Tel. 725 207 744

- Stare radia, gramofony, mebel, obrazy, lustra kupię. Tel. 601 397 208
- Kupię stary samochód minimum 25-letni: Maluch, Fiat, Polonez, Opel, Ford, Audi i inne, również do remontu. Tel. 513 055 300
- Skup aut, złomowanie pojazdów do 1 000zł. Odbiór własnym transportem, mogą być uszkodzone bez przeglądu OC. Tel. 726 860 601 lub 603 462 462

PRACA

- Ogłoszenia płatne
- Wymiana filtra, wiercenie studni, naprawa hydroforów oraz pomp. Proszę dzwonić do godziny 19-tej. Tel. 699 432 641
- Kompleksowe remonty domów i mieszkań. Tel. 693 288 850
- Glazura i terakota. Tel.

693 288 850

- Blacharz – dekarz szufla pracy. Papa termoizgrzewalna i obróbki blacharskie. Tel. 669 898 904
- Kompleksowe wykonanie remontów, szpachlowanie, malowanie, kładzenie płytek itp. Pomoc w doborze materiałów, czysto i solidnie. Tel. 733 558 411
- Malowanie, szpachlowanie, elewacje i inne usługi. Tel. 725 484 730

USŁUGI

MASAŻE LECZNICZE REHABILITACJA U PACJENTA W DOMU mgr fizjoterapii Maciej Bezak Nowa Sól i okolice dojazd gratis TEL. 600 385 049

Pranie tapicerek w domu i samochodzie, wszelkie pojazdy. Pranie dywanów, wykładzin. Czyszczenie płytek. Mycie okien. Wystawiamy faktury VAT. Jesteśmy skuteczni już od 10 lat. Parowe-mycie.pl 517331808

- ANTENY-montaż, ustawienia anten satelitarnych i naziemnych DVB-T. Cały powiat dojazd do klienta. Tel. 735 190180
- Rehabilitacja-masaż, kriolipoliza. Tel. 508 538 235

RÓŻNE

- Odbiorę stare meble,

telewizory, pralki, lodówki, gazówki, zmywarki, kaloryfery, złom, wywiozę zbędne rzeczy. Tel. 723 753 196

- Odbiorę gruz budowlany, remontowy, dachówkowy, styropian, piec kaflowy i inne niepotrzebne rzeczy. Tel. 609 703 878
- Odbiorę niepotrzebne sprawne pralki, lodówki, gazówki, zamrażarki, wanny, bojler, silniki, grzejniki, piece oraz akumulatory i złom. Kupię zbędne AGD. Tel. 661 855 291
- Fundacja charytatywna „Ratowanie w razie zagrożenia życia i zdrowia” dla dzieci od urodzenia i dorosłych do 21 roku życia. Wwww.ratujemywnieszczeciu.pl Tel. 509 623 486

ODDAM

- Oddam gruz budowlany, transport we własnym zakresie. Tel. 698 805 051
- Oddam siatkę ogrodzeniową tzw. leśną ok 500m w zamian za rozebranie płota. Tel. 509 803 099

ZAPRASZAMY
www.tygodnikkrag.pl

OGŁOSZENIE DROBNE KUPON nr 30

Ogłoszenia do 15 słów!

Kupony ważne tylko z 3 ostatnich tygodni

Ogłoszenia na najbliższe wydanie przyjmujemy do czwartku do godz. 16⁰⁰

PUBLIKOWANE BĘDĄ WYŁĄCZNIE OGŁOSZENIA NIEZAWIERAJĄCE DANYCH OSOBOWYCH.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
TEL.

ZAKŁAD POGRZEBOWY S.C.

Jarostaw Nowak

Administrator Cmentarzy Komunalnych w Nowej Soli

POGOTOWIE CAŁODOBOWE: TEL. 603-367-176

ul. Szarych Szeregów 23, tel. 68 432 70 15

www.uslpogrzebowe.pl

Produkcja okien z ciepłych profili

Szerokość ramy 90 mm Pakiet szybowy 24, 36, 45 mm NOWY DESIGN

Atrakcyjne ceny producenta

BRAMY • ROLETY • ŻALUZJE • MOSKITIERY

Nowa Sól, ul. Piłsudskiego 40, tel.: 683563474, 604848248
e-mail: sklep@lamgi.pl, mirekPZHGP@wp.pl, www.lamgi.pl



ROMEKS
POLSKI WĘGIEL • POLSKA JAKOŚĆ

Godziny otwarcia:

poniedziałek-piątek 8.00-16.00

sobota 8.00-12.00

Sprzedż RATALNA

PROMOCJA

Skład opału

orzech - kostka - ekogroszek - pellet - miał wysokokaloryczny

ORZECH BOBREK

ORZECH WUJEK

ORZECH STASZIC

ORZECH MARCEL

ORZECH ZIEMOWIT

ORZECH JANKOWICE

Tel.: 601 96 27 96 lub 68 458 98 13
ul. Składowa 2 Nowa Sól



Nowa Sól, Staszica 4A - przy wiadukcie

Tel. 601 99 54 21, 68 387 67 81

E-mail: febet@wp.pl, www.febet.pl

- BETON TOWAROWY, pompa do betonu 28m
- Podsyпки cementowo - piaskowe, stabilizacje gruntu
- Strop Teriva, bloczki betonowe, kruszywa, zbrojenia

CENY PROMOCYJNE

Nowa Sól - ul. Staszica - Korczaka (wjazd od strony galerii)

Tel. 601 99 54 21, 68 387 67 81

ZAKŁAD TAPICERSKI

Poszukuję tapicera wykwalifikowanego



Andrzej Sury

OFERUJEMY:

- renowacja mebli
- szeroka gama tkanin

ul. 8 Maja 5A (w podwórzu), 67-100 Nowa Sól

tapicer@opoczta.pl

www.zaklad-tapicerski-andrzej-sury.eu

Tel. 509 918 750

CZYNNE:

Pon. - Pt.: 8.00-17.00, Sobota: 8.00 -12.00



ZAKŁAD POGRZEBOWY

KRYSTIAN BIERNACKI

„ARKA”

ADRES: Nowa Sól, Ul. Staszica 17a (Estakada)

TELEFON 24/7: 887 028 000 • 601 716 070

www.pogrzeby-biernacki.pl

pogrzeby.biernacki.nowasol@interia.pl

- Prace ziemne, usługi minikoparką,
- Wykopy pod przyłącza (kanalizacyjne, wodne, gazowe, prądowe)
- oraz pod fundamenty domów, garaży, płotów, wiat itp.
- Instalacje elektryczne

Tel. 693 345 566

instelbud.mb@gmail.com

INST-EL BUD



WĘGIEL

PELLET - LAVA

ZUT - Sawicz

SIEDLIKO

tel. 68/ 388-30-37

606 675 315

PW KAZMAR

Marcin Krempa

- piasek, żwir, ziemia
- torf, kora, szłaka
- wywóz gruzu
- transport 1-25 t

Tel. 607 390 044



KLIMATYZACJA

SPRZEDAŻ • MONTAŻ

• SERWIS •

REKUPERACJA

USŁUGI KAMERA
TERMOWIZYJNA

Tel. 513 179 899

PELLET OLIMP
PELLET LAVA
601 962 796

NAPRAWA PROTEZ ZĘBOWYCH

- protezy elastyczne
- nakładki do wybielania

Tel. 881 300 655

ul. Kościuszki 21/1

Nowa Sól, w godz. 9.00-17.00

ZATRUDNIĘ PRZY PRODUKCJI KARTONÓW DOBRE WARUNKI

Tel. 606 637 991

PRACA

TOKARZ - SPAWACZ

Wymagane podstawowe doświadczenie
na tokarni manualnej.

Możliwość nauczania spawania.

DWUMAS SERWIS

Bartosz Kołodziej

Ul. Górská 3, 67-120 Kozuchów

Tel. 785 133 114

dwumasserwis@wp.pl



PELLET - PROMOCJA

do końca lipca

Drewexim A1 - w cenie 900 zł

Drewexim Eco - w cenie 800 zł

Tel. 601 96 27 96

68 458 98 13

NAPRAWA
SPRZĘTU
SERWIS

RTV

telewizory
monitory, LCD

FOTO

aparaty analogowe
cyfrowe, itp.

elektronika różna

Nowa Sól, ul. Młynarska 11

tel. 68/ 387-93-00; 600 257 355

WYWÓZ GRUZU,

ROZBIÓRKI BUDYNKÓW,

WYBURZENIA

Tel. 607 390 044

STACJA DEMONTAŻU - RECYKLING

ZŁOMOWANIE samochodów osobowych, ciężarowych,
motocykli, przyczep

ZA DARMO transport gratis

Rolnicza Spółdzielnia Produkcyjna „PRZYSZŁOŚĆ” w Rejowie
67-124 Nowe Miasteczko; tel. 068/ 388-83-62; kom. 666 946 495
pn.-pt. w godz. 7.00-15.00

ZAKŁAD POGRZEBOWY „HEDEN”

M. Z. PODGÓRNI

NAJTAŃSZE USŁUGI POGRZEBOWE W REGIONIE

POGOTOWIE POGRZEBOWE!

(24h) 606 467 658; 792 846 804

Nowe Miasteczko, ul. Akcyjowa 2; www.heden.com.pl

Zatrudnię odlewników figur z żywicy

Tel. 601 586 519

USŁUGI MINIKOPARKĄ, KOPARKOŁADOWARKĄ

i FADROMĄ

Tel. 607 390 044

TANIO drewno opałowe

Tel. 608 352 482

„ELTEL”

- instalacje elektryczne
- pomiary elektryczne
- wykrywanie kabli

E-mail: jpeltel@wp.pl

Tel.: 603 651 649

WĘGLOTRANS WĘGIEL PROMOCJA

- Groszek 710 zł/t
- Orzech 780 zł/t
- Orzech 980 zł/t
- Brykiet 650 zł/t

tel. 608 352 482

Rehabilitacja

mgr Aneta Januszka

67-124 Nowe Miasteczko

ul. 22 Lipca 18

Tel.: 606 640 219

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

ZAKŁAD POGRZEBOWY

Ω OMEGA

Nowa Sól

ul. Chałubińskiego 6

POGOTOWIE POGRZEBOWE 24h

TEL: 68 387 85 70 lub 601 768 145

www.zakladpogrzebowy-omega.pl