DODATEK WĘGLOWY – jak dostać 3000 zł? – STR. 6

TYGODNIK LOKALNY
3,50 zł
W TYM 5% VAT
CZOSNÓW
LEONCIN
NASIELSK
NOWY DWÓR MAZOWIECKI
POMIECHÓWEK
ZAKROCZYM
9 771505 427227 34
INDEKS 344184
ISSN 1505-4276
NR 34
23 SIERPNIA 2022

NAJSTARSZY TYGODNIK LOKALNY - OD 27 LAT W TWOIM DOMU!

TYGODNIK NOWODWORSKI .info

56-latek podejrzany o pedofilię

CZYTAJ NA STRONIE 2

W środku DODATEK TELEWIZYJNY na cały tydzień!

NA SYGNALE
Alarm na lotnisku: bo żona leciała w podróż służbową? STR. 2
Zaginął po kąpieli w Wiśle STR. 2
Rozpoznajesz tę kobietę? Uszkodziła pojazd STR. 2

NOWY DWÓR
Ktoś podpala śmietniki? STR. 3
Potrącenie rowerzystki; kierowca zasłabł po wypadku STR. 3
Frodo odnalazł zaginionego mężczyznę STR. 3

POWIAT
Mogą ruszać prace na S7 Modlin - Czosnów STR. 5
Laptopy dla dzieci z rodzin byłych pracowników PGR STR. 5

ZAKROCZYM
Gmina stawia nowy nagrobek zasłużonym mieszkańcom STR. 5

POWIAT
300 zł dla ucznia: zostało tylko kilka dni STR. 10

LEONCIN
Aktywność bez barier STR. 20

POMIECHÓWEK
Osobista kronika wizualna Sylwii Regulskiej STR. 20

SPORT
Świt wciąż liderem STR. 23

Odkrywali Twierdzę Modlin

– STR. 22

Lato z NOSiR na sportowo

– STR. 24

REKLAMA

WSZYSTKO DO DOMU I OGRODU
GRUPA psb MRÓWKA
NOWY DWÓR MAZOWIECKI
ul. Leśna 3
22 732 15 15
Budujące pomysły
facebook.com/mrowkandm

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

eprasa.pl ca54ee0441

NA SYGNALE

56-latek podejrzany o pedofilię

Nowodworscy kryminalni zatrzymali 56- latka z gminy Nasielsk. Mężczyzna jest podejrzany o przestępstwa przeciwko wolności i obyczajowości seksualnej. Wobec zatrzymanego zastosowano dozór policyjny. Postępowanie w tej sprawie jest prowadzone pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Pułtusku

Policjanci Wydziału Kryminalnego Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim, zatrzymali w środę 56-latka z gminy Nasielsk. Funkcjonariusze prowadzili w tym zakresie współpracę z osobami, które zajmują się bezpieczeństwem w Internecie oraz informują o podejrzanych zachowaniach w sieci. Pracownicy fundacji przekazali mundurowym zgłoszenie o 56-latku. Mężczyzna był przekonany, że koresponduje z małoletnimi w wieku 11 i 12 lat, którym prezentował treści pornograficzne w postaci zdjęć i filmów oraz za pomocą komunikatorów składał propozycję poddania się lub wykonania innej czynności seksualnej. Była to jednak prowokacja. Kryminalni jeszcze tego samego dnia zatrzymali mieszkańca nasielskiej gminy. Mężczyzna trafił do policyjnego aresztu.

Usłyszał już zarzut z art. 200 a § 2 kodeksu karnego, który mówi, że kto za pośrednictwem systemu teleinformatycznego lub sieci telekomunikacyjnej małoletniemu poniżej lat 15 składa propozycję obcowania płciowego, poddania się lub wykonania innej czynności seksualnej lub udziału w produkowaniu lub utrwalaniu treści pornograficznych, i zmierza do jej realizacji, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2 oraz zarzut z art. 200 § 3 kodeksu karnego, kto małoletniemu poniżej lat 15 prezentuje treści pornograficzne lub udostępnia mu przedmioty mające taki charakter albo rozpowszechnia treści pornograficzne w sposób umożliwiający takiemu małoletniemu zapoznanie się z nimi, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

Prokuratura zastosowała wobec niego dozór policyjny. Grozi mu kara pozbawienia wolności do lat 3.

podkom. Joanna Wielocha KPP Nowy Dwór Maz.

NA SYGNALE

Rozpoznajesz tę kobietę?

Policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim wykonują czynności do sprawy uszkodzenia pojazdu. Ustalili wizerunek kobiety

Policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim wykonują czynności do sprawy uszkodzenia pojazdu. Do przestępstwa tego doszło 26 marca 2022 r. w Nowym Dworze Mazowieckim. Funkcjonariusze zabezpieczyli nagranie z kamer monitoringu z wizerunkiem kobiety. Jeśli masz jakiekolwiek informacje na jego temat, zadzwoń.

W ramach wykonanych czynności policjanci ustalili wizerunek kobiety. Wiek około 18 lat, wysoka, szczupłej budowy ciała, włosy długie, ciemne. Ubrana w kurtkę koloru jasnego, koszulkę koloru czarnego, jasne spodnie, buty sportowe koloru białego.

Do uszkodzenia szyby czołowej w pojeździe marki hyundai ix 35 doszło dnia 26 marca 2022 r., na terenie myjni samochodowej przy Centrum Handlowym w Nowym Dworze Mazowieckim, przy ul. Warszawskiej.

Jeśli masz jakiekolwiek informacje na temat tej kobiety, kontaktuj się z Dyżurnym Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim, w siedzibie jednostki przy ul. Paderewskiego 3 w Nowym Dworze Mazowieckim, pod całodobowym numerem telefonu 22 775 22 01 (linia miejska) lub policjantem prowadzącym tę sprawę tel. 47 724 42 11, powołując się na numer sprawy D- 1990/22.

Informacje można także przesyłać na adres e-mail: nowydwor-maz@ksp.policja.gov.pl.

podkom. Joanna Wielocha KPP Nowy Dwór Maz.

MPL WARSZAWA-MODLIN

Wszczął fałszywy alarm na lotnisku, bo jego żona leciała w podróż służbową?

Mężczyznę podejrzanego o wywołanie fałszywego alarmu ustalili policjanci z nowodworskiej komendy. 34-latek zatelefonował do pracownika Portu Lotniczego Warszawa Modlin, informując o zdarzeniu zagrażającym życiu i zdrowiu wielu osób lub mieniu w znacznych rozmiarach. Na lotnisku była jego żona...

Do całego zdarzenia doszło w Nowym Dworze Mazowieckim. Z telefonu komórkowego, do pracownika punktu informacyjnego Portu Lotniczego Warszawa Modlin zadzwonił mężczyzna, zawiadamiając o „napadzie" na lotnisko w Modlinie. Natychmiast zostały w tej sprawie podjęte czynności służbowe. O możliwym zagrożeniu zawiadomiono służby, wszczęto procedury dotyczące bezpieczeństwa, w celu zapobieżenia możliwości wystąpienia ewentualnego zagrożenia.

Na ślad mężczyzny szybko wpadli nowodworscy policjanci. Dzięki policyjnej współpracy, jeszcze tej samej nocy udali się do 34-latka funkcjonariusze z Komisariatu Policji w Karczewie. Na miejscu ustalili, że mężczyzna jest pijany, a jego żona pojechała na lotnisko, skąd miała udać się w podróż służbową.

Nowodworscy policjanci Wydziału Dochodzeniowo-Śledczego zgromadzili w tej sprawie materiał dowodowy, który pozwolił na przedstawienie mężczyźnie zarzutów karnych. Podejrzany nie potrafił wytłumaczyć, czy zachował się tak, ponieważ bał się o swoją żonę czy może był o nią zazdrosny.

Za to przestępstwo grozi kara do 8 lat pozbawienia wolności.

Postępowanie w tej sprawie jest prowadzone pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Nowym Dworze Mazowieckim, która skierowała akt oskarżenia przeciwko 34-latkowi do nowodworskiego sądu.

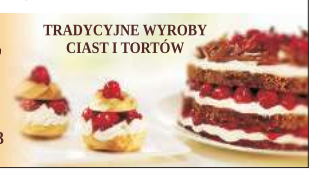
podkom. Joanna Wielocha, fot.: **KPP Nowy Dwór Maz.**
(tytuł pochodzi od redakcji)

SŁODKA KRZYŻÓWKA

Drodzy Czytelnicy, w środku znajdziecie krzyżówki, rebusy i zagadki. Wśród Czytelników, którzy rozwiążą co najmniej 3 łamigłówki/zadania rozlosujemy pyszny torcik z Cukierni Duet. Rozwiązania prosimy przysyłać na adres redakcja@nowodworski.info lub zgłosić telefonicznie do najbliższego poniedziałku pod numerem tel. 733-055-002.

Nagrodę za poprawne rozwiązane zadania w poprzednim numerze otrzymuje pani **Magdalena Frankiewicz**.

CUKIERNIA Duet
Zapraszamy do sklepów firmowych
w Nowym Dworze Mazowieckim
ul. Warszawska 2, tel. 22 775 97 10
ul. Woj. Polskiego 45A paw. 45, tel. 500 409 503
www.cukierniaduet.pl
TRADYCYJNE WYROBY CIAST I TORTÓW



ZA MIEDZĄ

Zaginął po kąpieli w Wiśle

W dniu 21.08 w godzinach popołudniowych doszło do zaginięcia osoby, która kąpała się w Wiśle na wysokości miejscowości Wólka Górska. W chwili zamykania bieżącego numeru Tygodnika, zakrojone na szeroką skalę poszukiwania nie przyniosły rezultatu

Jak ustaliły służby, grupa obywateli Ukrainy wypoczywała w niedzielne popołudnie nad rzeką w Wólce Górskiej (gm. Jabłonna). Jedna osoba po kąpieli w Wiśle nie wyszła z wody.

Poszukiwania zaginionego mężczyzny trwały do późnych godzin wieczornych. Bez rezultatu.

W poniedziałek rano ponownie wszczęto akcję poszukiwawczą.

- *Wiemy od świadków zdarzenia, że zaginionym jest mężczyzna, obywatel ukraiński. Dziś wznowiliśmy poszukiwania przy pomocy znacznych sił i środków. Prócz zastępów straży z z PSP i OSP powiatu legionowskiego w poszukiwaniach uczestniczy specjalistyczna grupa nurków z Warszawy oraz strażacy-ochotnicy z OSP Ratownictwo Wodne z Modlina. Przeczesujemy miejsca, gdzie najczęściej znajdujemy ofiary utonięć oraz sprawdzamy dno rzeki. Działamy przy pomocy sonarów, kamer podwodnych, będziemy też poszukiwać zaginionego przy pomocy drona* – przekazał naszej redakcji mł. bryg. Łukasz Szulborski z Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Legionowie.

GM

W poniedziałek rano strażacy wzowili poszukiwania

KP PSP Legionowo

TYGODNIK NOWODWORSKI LAUREAT NAGRODY PRO PUBLICO BONO
IZBA WYDAWCÓW PRASY
Stowarzyszenie Gazet Lokalnych

REDAKCJA: Marzena Dobraczyńska, Małgorzata Mianowicz, Andrzej Zawadzki.
WSPÓŁPRACA: Ewa Gruszka, Alfred Kabata, Kuba Kamiński, Barbara Malewska.
ADRES REDAKCJI: NOWY ADRES REDAKCJI: ul. Rynek 2, 05–120 Legionowo; tel. 22 775 01 36, 691 222 327; e–mail: redakcja@nowodworski.info
BIURO REKLAM: tel. 733 055 002, 22 784 22 22; biuro@nowodworski.info; pon.– pt. 8:00 – 16:00
BIURO OGŁOSZEŃ: VIP–NAWROT – Wiesława Nawrot, ul. Przejazd 5, 05–100 Nowy Dwór Maz., pon – pt w godz. 9–18, sobota w godz. 9–13.
Prenumerata realizowana przez RUCH S.A.: zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e–wydania można składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl. Pytania prosimy kierować na adres e–mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z infolinią pod numerem 22 693 70 00, w dni robocze w godzinach 7:00 – 17:00, koszt połączenia wg taryfy operatora.
Druk: Polska Press Łódź.
Wydawca: Agencja TiO, e–mail: agencja@tio.com.pl. Nakład poniżej 15.000 egz.

eprasa.pl ca54ee0441

INTERWENCJE

Ktoś podpala śmietniki?

To nie pierwszy raz, kiedy w Nowym Dworze Mazowieckim dochodzi do pożarów w altanach śmietnikowych. W poprzednim tygodniu na Osiedlu Młodych zanotowano trzy takie zdarzenia. Czy ktoś celowo podpala kontenery?

Tylko w jedną noc z 16 na 17.08 przy ul. Wojska Polskiego oraz Szarych Szeregów strażacy gasili pożary kontenerów śmietnikowych w trzech lokalizacjach.

- Tuż po północy zostaliśmy zadysponowani na ul. Wojska Polskiego, gdzie doszło do pożaru kontenera w wiacie śmietnikowej. Po dojeździe i rozpoznaniu zauważono, że około 50 metrów dalej płonie również drugi kontener w kolejnej wiacie. Niezwłocznie przystąpiono do działań gaśniczych. W trakcie dogaszania wpłynęło zgłoszenie od przechodnia o pożarze trzeciego śmietnika tym razem przy ulicy Szarych Szeregów. Po zakończeniu działań w pierwszej lokalizacji zastępy udały się w miejsce kolejnego pożaru – informują strażacy z OSP Nowy Dwór Mazowiecki.

Trzy pożary śmietników jednej nocy. Przypadek? OSP Nowy Dwór Mazowiecki

Tylko w sierpniu br. doszło do podobnych zdarzeń również w innej części miasta.

- W dniu 7.08 przy ul. Bohaterów Modlina odnotowaliśmy pożar kontenera na śmieci. Kolejne tego typu zdarzenie miało miejsce 13.08 br. przy ul. Wojska Polskiego oraz trzy pożary w nocy 17.08. Przypuszczalną przyczyną pożaru jest wg nas podpalenie. Na miejscu większości zdarzeń była obecna Policja, która prowadzi dochodzenie - przekazał nam mł. kpt. **Paweł Plagowski**, oficer prasowy z Komendy Powiatowej PSP w Nowym Dworze Mazowieckim.

Właścicielem kontenerów, które są rozstawione w osiedlowych wiatach śmietnikowych jest Miejski Zakład Oczyszczania. Jeden kontener o pojemności 1100 litrów, a takie najczęściej są rozstawione w mieście, kosztuje od 1100 do 1500 zł.

– Nasz sprzęt w tym kontenery na śmieci jest ubezpieczony. Nie zdarzyło się jeszcze, by ubezpieczyciel odmówił nam wypłaty odszkodowania za zniszczony w wyniku pożaru kontener. Natomiast apelujemy do mieszkańców, by zwracali uwagę na to, co wrzucają do pojemników. Przy takim upale jak teraz wystarczy niedogaszony papieros i kontener staje w płomieniach – powiedział nam **Mariusz Prusek**, dyrektor MZO.

Do Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim nie wpłynęło oficjalne zawiadomienie o ściganie sprawców ewentualnych podpaleń.

MM

NA SYGNALE

Fot.: Komenda Powiatowa PSP w Nowym Dworze Mazowieckim

Potrącenie rowerzystki; kierowca zasłabł po wypadku

W sobotnie popołudnie (20.08) około godz. 18tej doszło w Nowym Dworze Mazowieckim do kolizji drogowej z udziałem rowerzystki i samochodu osobowego. Gdyby nie interwencja strażaka ochotnika, finał zdarzenia mógłby okazać się tragiczny dla kierowcy auta

Zdarzenie miało miejsce na rondzie u zbiegu ulic Paderewskiego i Modlińskiej. Poruszająca się rowerem 50-letnia mieszkanka Nowego Dworu Mazowieckiego została potrącona przez samochód m-ki Peugeot, za kierownicą którego siedział 72-letni mężczyzna, również mieszkaniec naszego miasta. W wyniku kolizji rowerzystka doznała urazu nogi. Zespół Ratownictwa Medycznego udzielił pomocy kobiecie i odwiózł ją do szpitala.

W tym czasie kierowca Peugeota zasłabł, stracił przytomność i przewrócił się na ulicę. U mężczyzny nastąpiło zatrzymanie akcji serca. Obecny na miejscu strażak, natychmiast przystąpili do reanimacji mężczyzny. Jak się dowiedzieliśmy, resuscytację aż do przybycia medyków prowadził nieprzerwanie jeden z druhów OSP Ratownictwo Wodne. Osoby z rodziny poprzez media społecznościowe dziękują strażakowi za uratowanie życia kierowcy Peugeota.

Wezwano śmigłowiec Lotniczego Pogotowia Ratunkowego, który lądował na Targowisku Miejskim i przetransportował 72-latka do szpitala w Warszawie. Jego stan jest stabilny.

Na miejscu zdarzenia pracowały dwa zastępy JRG PSP, OSP RW oraz Policja i służby medyczne.

GM

NA SYGNALE

Frodo odnalazł zaginionego mężczyznę

W minioną środę po południu w Modlinie Twierdzy zaginął 39-letni mężczyzna. Do poszukiwań zadysponowano liczne siły. Najskuteczniejszy okazał się Frodo - pies z Ochotniczej Straży Pożarnej Ratownictwa Wodnego w Modlinie Twierdzy

Fot.: KPP Nowy Dwór Maz.

17 sierpnia 2022 r. około godz. 14:00, do Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim wpłynęło zawiadomienie o zaginięciu 39- latka z Nowego Dworu Mazowieckiego.

Mężczyzna tego samego dnia przed południem oddalił się z miejsca zamieszkania i nie nawiązał kontaktu z rodziną. Matka zaniepokojona nieobecnością syna w domu, zgłosiła na policji jego zaginięcie.

W nowodworskiej komendzie ogłoszono alarm. Funkcjonariusze rozpoczęli intensywne poszukiwania zaginionego mężczyzny, które trwały aż do późnego wieczora. Zaangażowanych było wiele służb. 39- latka szukali zarówno nowodworscy mundurowi jak również policjanci z Oddziałów Prewencji Policji w Piasecznie. Wsparli ich także druhowie z Ochotniczej i Państwowej Straży Pożarnej w Nowym Dworze Mazowieckim, w tym Ratownictwa Wodnego z Modlina Twierdzy, z którego skierowano specjalną grupę poszukiwawczo – ratowniczą z psami tropiącymi. Wykorzystano ponadto policyjny śmigłowiec „Bell", ze stanu Komendy Głównej Policji, psa służbowego, quady oraz motoambulans.

W środowych poszukiwaniach udział brał m.in. Frodo

Fot.: Psy Ratownicze OSP RW

Działania trwały kilka godzin. Obszar poszukiwań obejmował w szczególności rozległy i trudno dostępny teren Modlina Twierdzy, nad rzeką Narew i Wisłą. Prowadzone z wielkim zaangażowaniem wielu osób, poszukiwania zaginionego 39- latka zakończyły się szczęśliwie wczoraj po godz. 20:00. Mężczyzna został odnaleziony przez psa poszukiwawczo- ratowniczego Frodo, z Ochotniczej Straży Pożarnej Ratownictwa Wodnego w Modlinie Twierdzy.

Nowodworzanin znajdował się w trudno dostępnym miejscu, w niecce wyżłobionej w burcie rzeki Wisły. Mężczyzna był osłabiony i nie miał siły iść samodzielnie. Strażacy quadem przetransportowali go w bezpieczne miejsce, gdzie została mu udzielona pomoc medyczna. Następnie 39- latek został przekazany pod opiekę członkom swojej rodziny.

Akcja poszukiwawcza zakończyła się sukcesem. Odnalezienie zaginionego mężczyzny to kolejny sukces i dowód na doskonałą współpracę wszystkich służb, zaangażowanych we wczorajsze działania.

podkom. Joanna Wielocha

REKLAMA

eprasa.pl ca54ee0441

MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

POKRZYWNICA/ PUŁTUSK.

Wykopał granaty moździerzowe

Mundurowi zabezpieczali miejsce odnalezienia 15 niewybuchów. Mężczyzna wykonujący prace ziemne na działce w Przemiarowie wykopał granaty moździerzowe. Funkcjonariusze przeprowadzili rozpoznanie minersko-pirotechniczne, zabezpieczyli miejsce i powiadomili saperów

Dyżurny pułtuskiej komendy został poinformowany przez mężczyznę wykonującego prace przy równaniu terenu na działce w Przemiarowie, w rejonie krajowej nr 57, o znalezieniu przedmiotów przypominających niewybuchy. Na miejsce znaleziska udali się mundurowi z Posterunku Policji w Pokrzywnicy i Pułtuska.

Policyjny pirotechnik przeprowadził rozpoznanie minersko-pirotechniczne. Ustalenia wykazały, że znalezione niewybuchy, to granaty moździerzowe kal. 82 mm, pochodzących najprawdopodobniej z okresu II wojny światowej. Wezwany na miejsce patrol saperski z Kazunia Nowego sprawdził teren i usunął niewybuchy.

W przypadku znalezienia niewypału czy niewybuchu należy niezwłocznie powiadomić Policję, a miejsce takie zabezpieczyć przed przypadkowym dostępem osób postronnych.

JABŁONNA.

4 miesiące aresztu za jazdę pomimo zakazu

Najbliższe cztery miesiące spędzi w areszcie mieszkaniec Warszawy. Mężczyzna, który poszukiwany był do odbycia kary pozbawienia wolności, wpadł podczas kontroli drogowej. Dodatkowo funkcjonariusze ustalili, że na koncie kierującego toyotą 26-latka figuruje zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych. Za popełniony czyn grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności

W sobotę przed północą w Jabłonnie policjanci z ruchu drogowego legionowskiej komendy zatrzymali do kontroli drogowej toyotę. Za kierownicą pojazdu siedział 26-latek z Warszawy. Już pierwsze czynności wykazały, że jest on poszukiwany. Warszawski sąd wydał nakaz doprowadzenie mężczyzny do zakładu karnego celem odbycia kary 4 miesięcy pozbawienia wolności za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości. Policjanci ustalili również, że 26-latek posiada aktywny sądowy zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych. Nieodpowiedzialny kierowca toyoty został zatrzymany w policyjnym areszcie, a następnie trafi do więziennej celi. Mężczyzna odpowie teraz również za kierowanie autem pomimo orzeczonego zakazu. O jego dalszym losie zadecyduje sąd. Za popełnione przestępstwo grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności.

PUŁTUSK. Ukradła kosmetyki o wartości 1000 zł

Pułtuscy kryminalni poszukują sprawczyni kradzieży, do której doszło 30 lipca tego roku w pułtuskim oddziale drogerii Rossmann przy ul. Jana Pawła II. Policja publikuje zdjęcie z kamer monitoringu

Policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku prowadzą dochodzenie w sprawie kradzieży artykułów drogeryjnych do której doszło 30 lipca br. W zuchwały sposób skradzione zostały kosmetyki o łącznej wartości ponad tysiąc sto złotych. Kobieta w wieku około 25-30 lat weszła na teren sklepu Rossmann przy ul. Jana Pawła II, zabrała z półek 3 sztuki perfum i 5 sztuk podkładów znanych marek, po czym wykorzystując nieuwagę pracowników, schowała towar i bez uiszczenia opłaty opuściła obiekt. Wizerunek sprawczyni zarejestrowały kamery monitoringu. Policjanci publikują jej zdjęcie, i proszą osoby, które posiadają informację mogącą pomóc w ustaleniu tożsamości kobiety o kontakt pod numerami telefonów 47 70 34 200, 47 70 34 265 lub numer 997.

NASIELSK.

Zatrzymał poszukiwanego z Podkarpacia

Funkcjonariusz nasielskiego komisariatu, podczas obchodu, zauważył siedzącego na schodach mężczyznę. Trafnie wytypował, że to poszukiwany 49- latek z Podkarpacia. Mężczyzna został zatrzymany. Najbliższe miesiące spędzi w jednostce penitencjarnej

W niedzielę 21 sierpnia 2022 r. po godz. 9:00, dzielnicowy z Komisariatu Policji w Nasielsku pełnił służbę obchodową na terenie miasta. Kiedy przejeżdżał ul. Wąską, zauważył siedzącego przed klatką schodową 49- latka. Funkcjonariusz od razu skojarzył mężczyznę z wizerunkiem poszukiwanego. Mieszkaniec powiatu łańcuckiego był całkowicie zaskoczony policyjną interwencją. Legitymowanie i sprawdzenie w policyjnym rejestrze tylko potwierdziło przypuszczenia mundurowego. Przebywający na terenie nasielskiej gminy 49- latek był poszukiwany przez Sąd Rejonowy w Łańcucie. Do odbycia miał karę 150 dni pozbawienia wolności. Mieszkaniec województwa podkarpackiego został zatrzymany. Najbliższe miesiące spędzi w jednostce penitencjarnej.

LEGIONOWO.

Pijany rowerzysta chciał wręczyć łapówkę

Przejażdżkę jednośladem na długo zapamięta 36-letni mieszkaniec powiatu legionowskiego. Mężczyzna po wypiciu alkoholu wsiadł na rower. Z uwagi na styl jazdy zwrócił na siebie uwagę policjantów drogówki patrolujących teren Skrzeszewa. Mundurowi zatrzymali rowerzystę do kontroli. Od 36-latka wyczuwalna był wyraźna woń alkoholu.

W czasie kontroli mężczyzna wpadł na jeszcze inny pomysł, niż jazda pod wpływem alkoholu. Postanowił wręczyć policjantom kilkaset złotych, aby kontrola drogowa nie skończyła się sprawą w sądzie. Mundurowi poinformowali go, iż popełnia przestępstwo. Ponadto mężczyzna odmówił badania stanu trzeźwości, w związku z czym został od niego pobrana krew do badania. 36-latek noc spędził w policyjnej celi. Po wytrzeźwieniu mężczyzna został przewieziony do prokuratury, gdzie usłyszał zarzut korupcyjny. Za próbę wręczenia łapówki policjantowi grozi mężczyźnie do 10 lat więzienia.

PUŁTUSK.

Dwóch pijanych sterników

W ostatnich dniach funkcjonariusze Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku wchodzący w skład patrolu wodnego dwukrotnie interweniowali wobec nietrzeźwych sterników

Pierwsza kontrola miała miejsce na szlaku żeglugowym w Dzierżeninie. Wynik stanu trzeźwości 62-letniego mieszkańca Warszawy, który sterował łodzią wędkarską napędzaną silnikiem spalinowym, wykazał, że mężczyzna ma blisko promil alkoholu w organizmie. Kilka godzin później, na wysokości Pawłówka, pułtuscy funkcjonariusze zatrzymali kolejnego sternika, którego zachowanie wzbudziło ich podejrzenia a urządzenie tylko to potwierdziło. 49-letni mieszkaniec Łochowa sterował pontonem wędkarskim napędzanym silnikiem elektrycznym mając dwa promile alkoholu w organizmie.

ZAKROCZYM.

Areszt dla 40-latka

120 dni spędzi w jednostce penitencjarnej 40- latek, zatrzymany kilka dni temu przez funkcjonariuszy zakroczymskiego posterunku. Mężczyzna był poszukiwany, w celu odbycia kary pozbawienia wolności oraz ustalenia miejsca pobytu

14 sierpnia 2022 r. o godz. 20:00, mundurowi z Posterunku Policji w Zakroczymiu na ul. Płońskiej podjęli interwencję wobec 40-latka z województwa lubuskiego. Podczas legitymowania i sprawdzenia w policyjnym systemie okazało się, że mężczyzna jest poszukiwany, celem ustalenia miejsca pobytu jak również odbycia kary pozbawienia wolności. Sąd Rejonowy w Gorzowie Wielkopolskim wydał nakaz doprowadzenia 40- latka do jednostki penitencjarnej i odbycia kary pozbawienia wolności w wymiarze 120 dni. Policjanci z Zakroczymia zatrzymali mieszkańca gminy Santok, który trafił następnie do aresztu.

NIEPORĘT.

Nietrzeźwa 34-latka

Całkowity brak wyobraźni kieruje tymi, którzy po wypiciu alkoholu wsiadają za kierownicę swoich pojazdów. Czyniąc tak, muszą mieć świadomość z konsekwencji, jakie wynikają z takiego zachowania

Policjantom zależy na tym, aby nie tylko wyeliminować z dróg pijanych kierowców, ale również, by uświadomić wszystkim, że pijana osoba za kierownicą stwarza zagrożenie nie tylko dla siebie samej, ale też dla innych użytkowników dróg. Każdy nieodpowiedzialny kierowca, który wsiądzie za kierownicę w stanie nietrzeźwości musi liczyć się z odpowiedzialnością karną. Za jazdę po alkoholu grozi kara 2 lat pozbawienia wolności oraz utrata prawa jazdy na dłuższy czas. Taką karę może ponieść ujęta na terenie gminy Nieporęt, innego kierowcę, 34-latka. Tor jazdy auta, za kierownicą, którego siedziała kobieta zwrócił uwagę świadka. Mężczyzna w momencie, kiedy kia zatrzymała się pod sklepem odebrała kierującej kluczyki i natychmiast wezwał patrol Policji. Mundurowi potwierdzili podejrzenia czujnego kierowcy. Badanie stanu trzeźwości wykazało w organizmie mieszkanki naszego powiatu ponad 2 promile alkoholu.

LEGIONOWO.

Katował własną matkę

Policjanci z Legionowa zatrzymali 39-latka, który to mieszkając ze swoją matką pod jednym dachem, od kilku miesięcy znęcał się nad nią psychicznie i fizycznie. W miniony weekend sąd na wniosek prokuratura zastosował wobec mężczyzny trzy miesiące tymczasowego aresztu

Policjanci Komendy Powiatowej Policji w Legionowie zatrzymali 39-letniego mężczyznę, który od kilku miesięcy znęcał się nad swoją matką. Mężczyzna będąc pod wpływem alkoholu wszczynał awantury, był wulgarny w stosunku do matki, niszczył sprzęt domowy. Chodziło również do przemocy fizycznej wobec pokrzywdzonej.

Kobieta zdecydował się w końcu przerwać milczenie i wezwała patrol Policji. Funkcjonariusze odizolowali sprawcę przemocy i osadzili w policyjnym areszcie. Zebrany w sprawie materiał dowodowy pozwolił na przedstawienie 39-latkowi zarzutów znęcania się psychicznego i fizycznego. Na wniosek prokuratora sąd zastosował wobec niego środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania na 3 miesiące.

KPP: Legionowo/ Nowy Dwór Maz./ Pułtusk

KRÓLEWSKIE CHRZCINY W PAŁACU

Eleganckie wnętrza

Wyjątkowa impreza

Wyśmienite menu

PAŁAC W JABŁONNIE #poczujnaszahistorie

Rezerwacje:

info@palacjablonna.pan.pl

tel.: +48 531 093 982, +48 507 104 572

Pałac w Jabłonnie

ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna

eprasa.pl ca54ee0441

DROGI

Mogą ruszać prace na S7 Modlin - Czosnów

Wojewoda Mazowiecki wydał decyzję o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej (ZRID) na ok. 10-kilometrowy odcinek drogi ekspresowej S7 pomiędzy węzłami Modlin i Czosnów. Umożliwia ona rozpoczęcie robót w terenie

Co jest do wykonania

Etap projektowania jest już zakończony, kolejny to realizacja robót w terenie. Obecna dwujezdniowa droga ekspresowa S7 o przekroju dwupasowym na odcinku ok. 10 km, zostanie zastąpiona trasą z trzema pasami ruchu. Rozbudowane zostaną dwa istniejące węzły drogowe: Modlin i Błonie. Most na Wiśle w Zakroczymiu będzie miał po trzy pasy ruchu w każdym kierunku. Konstrukcja obiektu zostanie uzupełniona również o chodnik (na nitce obiektu w kierunku Warszawy) i ścieżkę rowerową (na nitce obiektu w kierunku Gdańska). Ponadto wybudowane zostaną drogi równoległe do obsługi przyległego terenu, urządzenia ochrony środowiska i bezpieczeństwa ruchu drogowego.

Zgodnie z zawartym kontraktem, wykonawca dokonał wyboru rodzaju nawierzchni, trasę główną zbuduje w technologii bitumicznej. Droga będzie spełniać najwyższe kryteria i parametry jakościowe, funkcjonalne i eksploatacyjne.

Kontrakt

Wykonawcą inwestycji w formule Projektuj i buduj jest Budimex. Umowa o wartości ok. 598,8 mln zł została podpisana 12 maja 2020 r. Zakończenie inwestycji planowane jest na koniec 2023 r. Wykonawca złożył roszczenia, w których oczekuje wydłużenia czasu na ukończenie oraz dodatkowych środków finansowych. Dotyczą one m.in. długotrwałej procedury uzyskiwania decyzji ZRID. Jeśli wykonawca uzasadni, że w czasie realizacji nastąpiły okoliczności, na które nie miał wpływu, a uniemożliwiły prowadzenie robót to termin ukończenia może zostać przesunięty.

S7 Płońsk - Czosnów

Budowa 35 kilometrów drogi ekspresowej została podzielona na trzy zadania, a umowy na realizację podpisaliśmy w 2020 r. Dla zadania Załuski - Modlin 9 lipca, a dla odcinka Siedlin - Załuski 30 września.

Dla tych dwóch odcinków Wojewoda Mazowiecki prowadzi postępowania administracyjne zmierzające do wydania decyzji ZRID. Spodziewamy się otrzymania decyzji na przełomie III i IV kwartału 2022 r., co umożliwi rozpoczęcie prac w terenie. Zakończenie robót dla tych dwóch odcinków przewidziane zostało na wiosnę/lato 2025 r.

S7 na północ od Stolicy

Dla odcinka Czosnów - Kiełpin przygotowywane są dokumenty do ogłoszenia przetargu na zaprojektowanie i budowę trasy. Planujemy jeszcze w tym roku ogłosić postępowanie przetargowe. Natomiast dla odcinka Kiełpin - Warszawa przygotowujemy dokumentację niezbędną do ogłoszenia przetargu na kolejny etap realizacji inwestycji.

16 listopada 2021 r. Generalny Dyrektor Ochrony Środowiska rozpatrzył odwołania od decyzji środowiskowej dla budowy tego odcinka według wariantu II. Obecnie prowadzone są postępowania przed Wojewódzkim Sądem Administracyjnym w Warszawie w sprawie zaskarżonej decyzji GDOŚ. Do chwili obecnej zapadł wyrok dotyczący braku podstaw do wstrzymania wykonalności DŚU. Oznacza to, że ostateczna decyzja środowiskowa daje nam zielone światło do pozyskania finansowania na realizację inwestycji. Harmonogram jej realizacji będziemy mogli podać po uzyskaniu środków finansowych.

www.gov.pl

W miejscu spoczynku Państwa Klarżuków powstaje nowy pomnik

FB Artur Ciecierski

ZAKROCZYM

Gmina stawia nowy nagrobek zasłużonym mieszkańcom

Na zakroczymskim cmentarzu parafialnym znajduje się mogiła Stanisława i Krystyny Klarżuków, mieszkańców zasłużonych dla gminy. Władze zdecydowały o wybudowaniu im nowego nagrobka

Stanisław Klarżuk oraz jego żona Krystyna byli wieloletnimi pracownikami Szkoły Podstawowej w Zakroczymiu. Uczniowie szkoły, szczególnie przed Świętem Zmarłych, nie raz porządkowali groby dawnych pedagogów.

W tej chwili na ukończeniu są prace związane z postawieniem nowego pomnika w miejscu pochówku Państwa Klarżuków.

- *Wiele miesięcy temu obiecałem doprowadzić grób Państwa Klarżuków do normalności. Niestety doprowadzić się nie dało, więc stawiamy nowy pomnik. Dziękuję księdzu proboszczowi Witoldowi Godlesiowi za bezpłatne użyczenie gminie gruntu. Od teraz to my będziemy dbać o to miejsce* - napisał w mediach społecznościowych **Artur Ciecierski** Burmistrz Zakroczymia.

Prace kamieniarskie dobiegają końca. Cieszy, że lokalna społeczność nie zapomina o tych, którzy wnieśli duży wkład w rozwój gminy, a których już nie ma wśród nas.

GM

NASIELSK/POWIAT

Laptopy dla dzieci z rodzin byłych pracowników PGR

Jeszcze w ubiegłym roku do gmin, w których niegdyś działały PGR-y można było składać wnioski o zakup sprzętu komputerowego w ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa na lata 2014-2020. Pierwsze laptopy trafiły do beneficjentów

W dniu 12 sierpnia 2022 r. Burmistrz Nasielska **Bogdan Ruszkowski** spotkał się z rodzinami byłych pracowników PGR, które zakwalifikowały się do udziału w projekcie pn. „Wsparcie dzieci z rodzin pegeerowskich w rozwoju cyfrowym – Granty PPGR". Komputery przenośne (17 sztuk laptopów) z oprogramowaniem biurowym i antywirusowym, które zostały zakupione przez gminę, otrzymali uczniowie szkół podstawowych oraz średnich, których krewni w linii prostej pracowali w państwowych gospodarstwach rolnych.

Zadanie było sfinansowane w ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa na lata 2014-2020. Gmina Nasielsk na ten cel otrzymała dotację w wysokości 45 220 zł.

W projekcie wzięły udział również gminy: Pomiechówek (dotacja ponad 104 tys. zł), Zakroczym (dotacja ponad 17 tys. zł) oraz Czosnów (ponad 150 tys. zł dotacji).

UM Nasielsk/red.
fot.: UM Nasielsk

NOWY DWÓR MAZOWIECKI

Wiata, która zniknęła wróci na swoje miejsce

Na początku sierpnia w kilku lokalizacjach w mieście ustawiono nowe wiaty przystankowe. Jedna z nich przy ul. Bohaterów Modlina vis a vis Spółdzielni „Dążność" po kilku dniach... zniknęła. Wiemy z jakiej przyczyny i kiedy znów pojawi się na swoim miejscu

Z uwagi na niewielką dostępną powierzchnię, na której znajduję się przystanek, wiata przy ul. Bohaterów Modlina miała specyficzną konstrukcję. Była nieco węższa od pozostałych i wsparta jedynie na dwóch wspornikach.

- *Wiata została zdemontowana w ramach gwarancji, ponieważ w praktyce okazało się, że był problem ze sposobem jej zamocowania do podłoża. Chwiała się i mogła zagrażać bezpieczeństwu pasażerów oczekujących na autobus. Wykonawca zdemontował wiatę, by opracować nowy, bezpieczniejszy sposób jej osadzenia. W połowie września konstrukcja powinna wrócić na swoje miejsce* – przekazał nam **Maciej Dąbrowski**, naczelnik Wydziału Gospodarki Komunalnej, Urzędu Miasta w Nowym Dworze Mazowieckim.

GM

eprasa.pl ca54ee0441

JAK WYPEŁNIĆ WNIOSEK O DODATEK WĘGLOWY?

DODATEK WĘGLOWY – JAK dostać 3000 zł

Dodatek węglowy przysługuje gospodarstwom domowym, w których głównym źródłem ogrzewania jest węgiel. Węgiel może być spalany w kotle, kominku, kozie, ogrzewaczu powietrza, trzonie kuchennym, piecokuchni, kuchni węglowej lub piecu kaflowym. JAK WYPEŁNIĆ i GDZIE ZŁOŻYĆ WNIOSEK?

12 sierpnia br. weszła w życie ustawa o dodatku węglowym, a 16 sierpnia opublikowano rozporządzenie zawierające wzór wniosku o wypłatę dodatku węglowego. Komu przysługuje i kto może złożyć wniosek o wypłatę dodatku, jakie warunki trzeba spełnić, gdzie złożyć wniosek i jaki jest termin wypłaty dodatku węglowego - opisujemy w tym tekście.

Dla kogo dodatek węglowy?

Dodatek węglowy w wysokości 3 tys. zł przysługuje gospodarstwom domowym, dla których głównym źródłem ogrzewania jest: kocioł na paliwo stałe, kominek, koza, ogrzewacz powietrza, trzon kuchenny, piecokuchnia, kuchnia węglowa lub piec kaflowy na paliwo stałe – zasilane węglem kamiennym, brykietem lub pelletem, zawierającymi co najmniej 85 proc. węgla kamiennego.

Co ważne, dodatek ten jest zwolniony od podatku i od możliwości zajęcia.

Kto może złożyć wniosek?

Wniosek może złożyć każda z osób należąca do danego gospodarstwa domowego. Jednak na jedno gospodarstwo domowe przypada tylko jeden dodatek. Dlatego, gdy więcej z osób z danego gospodarstwa złoży wniosek o dodatek węglowy, to zostanie on przyznany tylko tej osobie, która pierwsza złożyła wniosek. Ponadto przyjmuje się, że jedna osoba może wchodzić w skład tylko jednego gospodarstwa domowego.

Przez gospodarstwo domowe rozumie się: osobę fizyczną samotnie zamieszkującą i gospodarującą (gospodarstwo domowe jednoosobowe) albo osobę fizyczną oraz osoby z nią spokrewnione lub niespokrewnione pozostające w faktycznym związku, wspólnie z nią zamieszkujące i gospodarujące (gospodarstwo domowe wieloosobowe).

Gdzie i kiedy składać wnioski?

Wnioski można składać od 17 sierpnia br. w urzędach gmin, w których zamieszkuje osoba składająca wniosek. Można to zrobić osobiście, pocztą lub przez internet za pomocą platformy e-PUAP. Gminy mają 30 dni na wypłatę świadczenia (30 dni). Jednocześnie termin składania wniosków jest ograniczony do 30 listopada 2022 r.

Warunek przyznania dodatku

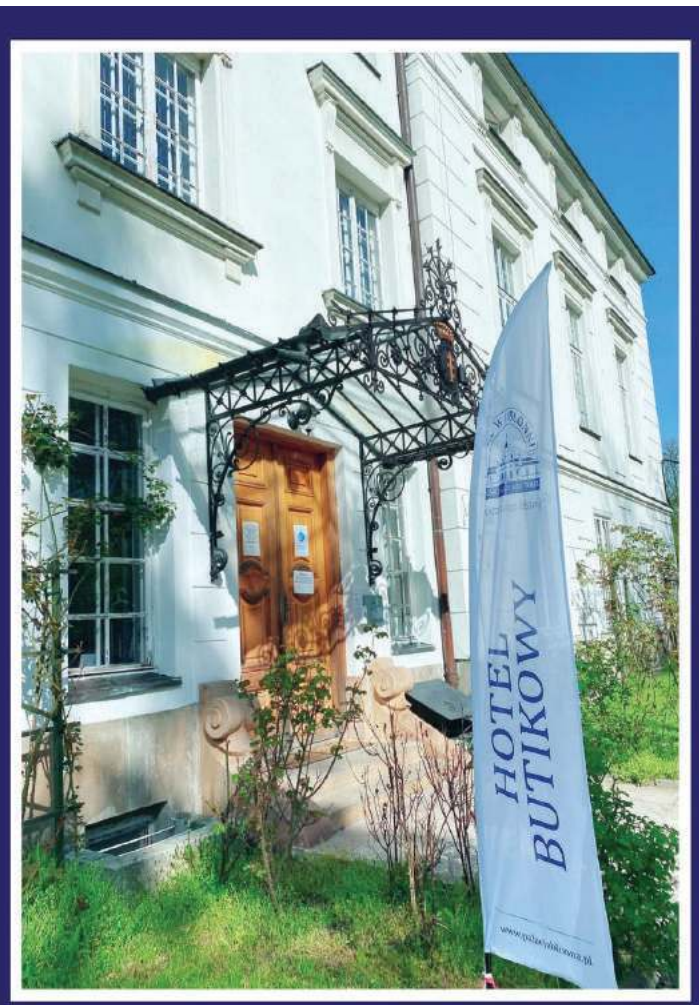
Warunkiem koniecznym uzyskania dodatku węglowego jest figurowanie w Centralnej Ewidencji Emisyjności Budynków (CEEB), w której zadeklarowano używanie do ogrzewania budynku paliwa, jakim jest węgiel. Informacje te będą weryfikowane przez urzędy gmin, które zobowiązane są do wypłaty dodatku węglowego. Ponadto urzędy będą sprawdzać, czy wnioski o wypłatę dodatku nie wpłynęły przypadkiem od więcej niż jednego członka danego gospodarstwa domowego.

Co wpisać we wniosku o dodatek?

Według opublikowanego w rozporządzeniu wzoru wniosku, należy wpisać w nim następujące informacje.:

- imię, nazwisko wnioskodawcy,
- PESEL wnioskodawcy,
- obywatelstwo,
- numer i seria dowodu osobistego,
- adres zamieszkania wnioskodawcy,
- numer rachunku bankowego, na który ma zostać przekazana kwota dodatku węglowego,
- dane osobowe (także numery PESEL) wszystkich osób wchodzących w skład gospodarstwa domowego
- główne źródło ogrzewania gospodarstwa domowego (zgodnie z zadeklarowanym wcześniej w CEEB).

red.



PAŁAC W JABŁONNIE
#POCZUJNASZAHISTORIE

HOTEL BUTIKOWY
PAŁAC W JABŁONNIE

POKÓJ 1 OS. - 160 PLN
POKÓJ 2 OS. - 210 PLN

Wyjątkowa lokalizacja w otoczeniu 18-wiecznego Pałacu i parku krajobrazowego

Eleganckie pokoje ze smacznymi śniadaniami

Bezpłatny parking

Rezerwacje:
www.booking.com
+48 535 585 661, info@palacjablonna.pan.pl
Pałac w Jabłonnie
ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna

eprasa.pl ca54ee0441

AKADEMIA FINANSÓW I BIZNESU VISTULA

STUDIA GLOBALNYCH MOŻLIWOŚCI

Akademia im. Aleksandra Gieysztora w Pułtusku

Filia Akademii Finansów i Biznesu Vistula

Studia I stopnia, studia II stopnia, jednolite studia magisterskie, doktoraty w trybie eksternistycznym, Szkoła Doktorska

DZIEŃ OTWARTY ONLINE
07.09.2022, GODZ.16:00

ZAREJESTRUJ SIĘ

vistula.edu.pl/pultusk

50% ZNIŻKI NA 1. ROK STUDIÓW
DLA UCZESTNIKÓW DNIA OTWARTEGO

KIERUNKI STUDIÓW:

- Administracja
- Bezpieczeństwo narodowe
- Finanse i rachunkowość NOWOŚĆ
- Historia
- Pedagogika
- Pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna

INFORMACJE I ZAPISY:

ul. Mickiewicza 36B, 06-100 Pułtusk, pokój nr 8 tel. +48 23 692 97 18 (26, 50, 97), e-mail: pultusk@vistula.edu.pl

OGŁOSZENIE

PKPCARGO Service

Kolej na przyszłość!

Zdobądź nowy zawód w branży kolejowej - brak ograniczeń wiekowych

PKP Cargo Service to spółka nr 1 na rynku obsługi bocznic kolejowych. Dołącz do naszego zespołu wybierając ścieżkę kariery w jednym z wielu zawodów kolejowych:

- maszynisty
- dyżurnego ruchu
- rewidenta taboru
- ustawiacza
- manewrowego
...i wielu innych.

Nasza spółka prowadzi działalność operacyjną w 8 województwach. Przede wszystkim na Śląsku, ale także na Mazowszu i w innych częściach kraju.

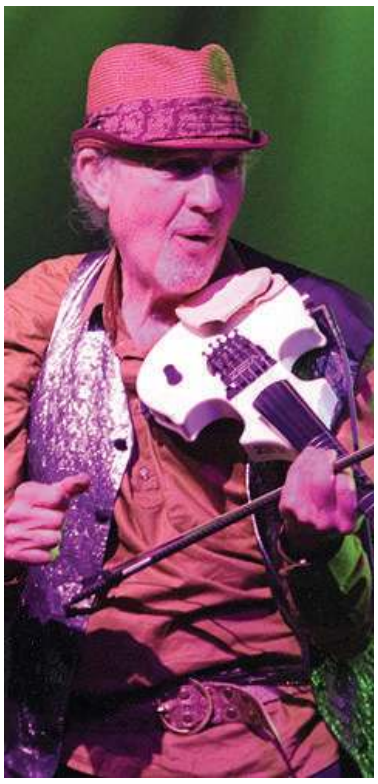
Oferujemy pracę w dynamicznym zespole, pewne i atrakcyjne wynagrodzenia (pensja, dodatki i premie miesięczne), możliwość awansu i szkolenia. Dofinansowujemy studia i kursy, prywatną opiekę zdrowotną oraz pakiety Multisport. Fundujemy zniżki na zakup biletów kolejowych dla pracowników i członków ich rodzin, dofinansowujemy wypoczynek, a z okazji Święta Kolejarza pracownikom przysługuje dodatkowy dzień wolny od pracy.

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

Aktualne ogłoszenia o naborach publikujemy na stronie www.pkpcargoservice.com

ProgRockFest – Rozwój ponad wszystko

Pierwsza edycja Festiwalu ProgRockFest odbyła się w 2015 r. Dotychczas impreza miała sześć edycji. W tym roku główną gwiazdą będzie David Cross z zespołem. W Legionowie nie zabraknie również polskich zespołów prog rockowych. Wystąpią: Fren, Metafox oraz The Adekaem.



ProgRockFest to autorski projekt Mikołaja Madejaka, od wielu lat związanego z legionowską kulturą i wielkiego fana Pink Floyd, społecznika i lokalnego patrioty. Idea festiwalu powstała jeszcze w połowie lat dziewięćdziesiątych XX wieku, kiedy to fascynacja muzyką zespołu Twelfth Night i twórczością Geaoffa Manna zakiełkowała napisaniem pracy dyplomowej w Studium Menedżerów Kultury. Projekt trafił do szuflady, by w nowym kształcie wypłynąć w 2015 r. jako pierwsza edycja festiwalu pod nazwą miniProgRockFest. Impreza bezustannie rozwija się i z roku na rok przyciąga coraz większe muzyczne sławy. Podczas edycji 2022, która odbędzie się już 10 września (sobota) wystąpią cztery niezwykłe zespoły.

David Cross Band – znany i ceniony muzyk wystąpił w Polsce podczas Summer Fog Festival w 2019 r. Koncert zapewne trwałby dłużej, bo publiczność nie chciała, by zespół schodził ze sceny. David Cross to niezwykle renomowany skrzypek, szanowany kompozytor oraz… wykładowca uniwersytecki. Dotychczas wydał dwanaście solowych (lub nagranych z gośćmi) płyt. Największą sławę przyniósł artyście okres współpracy z King Crimson. Jeśli można mówić, że King Crimson nagrał kiedykolwiek „przebój", to z pewnością mógłby to być utwór „Starless". Jego współkompozytorem (jak i wielu innych utworów King Crimson) jest David Cross.

Adekaem – z płyty na płytę są coraz lepsi, ich muzyka coraz dojrzalsza. Jak wypadają na żywo? Będzie okazja sprawdzić podczas festiwalu. Do tej pory nagrali trzy albumy. Z każdym zdobywali coraz większe grono oddanych fanów. Natchnione kompozycje, bogate aranże, pełen emocji śpiew, mądre bądź poetyckie albo takie i takie zarazem teksty – to tylko niektóre „plusy dodatnie" zespołu z Tych. Na żywo zapewne dojdą jeszcze niepowtarzalne improwizacje. Na ProgRockFest dadzą z pewnością porywający, pełen emocji koncert!

Metafox – to polski zespół grający muzykę z pogranicza modern fusion. Założony został przez perkusistę Bartosza Sawickiego i gitarzystę Michała Franczuka w 2016 r. w Siedlcach. Skład obecnie działa jako trio z pomocą gitarzysty Wiktora Chabińskiego. W 2019 r. zespół wydał debiutancki album pod tytułem „Causal Loop". W roku 2020 muzycy nagrali doceniony nie tylko w Polsce album „Immobilize". Koncerty zespołu pod szyldem „ImmobiLIVE" to połączenie gitarowego grania, przestrzeni i elektroniki, gdzie zarówno entuzjaści spokojnych nastrojów jak energetycznej muzyki znajdą coś dla siebie.

Fren – to cztery osobowości, które urzeczywistniają swoją unikatową, muzyczną czasoprzestrzeń. Zespół nie boi się wypełniać swych długich, wielowątkowych kompozycji emocjonalnymi pejzażami, płynnie lawirując pomiędzy onirycznym transem, a nieskrępowaną dynamiką. Tworzą świat, w którym estetyka, wysublimowanie oraz melancholia potrafią doskonale koegzystować z surowością, energią, żarem i spontanicznością. Ich muzykę określano jako post-progresywną mieszankę klasyki i świeżości. W 2020 r. ukazał się debiutancki album pt.: „Where Do You Want Ghosts to Reside".

ProgRockFest już od pierwszej edycji jest dedykowany fanom wszelkich odmian progrocka. Od razu zdobył również serca miłośników muzyki pełnej tajemnic, zagmatwanych kompozycji i psychodelii. Festiwal '22 odbędzie się 10 września (sobota) w Sali Widowiskowej w Legionowie (budynek Ratusza Miejskiego), ul. marsz. Józefa Piłsudskiego 41, start godz. 16. Udział w Festiwalu jest bezpłatny. Należy jednak się zarejestrować. Link do rejestracji dostępny tutaj. Ilość miejsc ograniczona!

Całość wydarzenia transmitowana będzie na żywo w internecie wraz z studiem festiwalowym – ProgRockL!ve, gdzie oprócz koncertów będzie można m.in. zobaczyć rozmowy z wykonawcami. ProgRockMarket to kiermasz wydawnictw muzycznych, który tradycyjne będzie odbywał się podczas trwania Festiwalu.

Partnerem Wydarzenia jest Samorząd Województwa Mazowieckiego. Festiwal jest współfinansowany ze środków Powiatu Legionowskiego oraz Gminy Miejskiej Legionowo.

Prog Rock Fest 2022

Zdjęcia: materiały prasowe organizatora.

eprasa.pl ca54ee0441

Ultramaraton wokół Pałacu w Jabłonnie JUŻ 26.08

Backyard Ultra Polska to bieg, który po raz pierwszy zostanie rozegrany w Jabłonnie. Weźmie w nim udział czołówka ultramaratończyków

Po raz pierwszy w Polsce 26 sierpnia 2022 r., ma odbyć się bieg w formule Backyard Ultra. Miejscem zawodów ma być teren wokół pałacu w Jabłonie. Obecnie trwają już przygotowania do rozegrania biegu, który może zgromadzić czołówkę ultramaratończyków.

Wokół pałacu w Jabłonnie

Backyard Ultra Polska otrzymał wsparcie Wójta Gminy Jabłonna i OSiRu Jabłonna. Pałac w Jabłonnie wyraził zgodę aby baza zawodów została utworzona na ich terenie. Sam bieg ma zostać poprowadzony alejkami parkowymi oraz na terenach przyległych do pałacu. Częściowo duktami leśnymi, a częściowo po przyległych ulicach.

Decyzją Wójta zawodnicy z Ukrainy którzy zdecydują się wystartować w biegu, zostaną zwolnieni z opłaty startowej. Na liście startowej znajdują się kandydaci do Kadry Polski na imprezy mistrzowskie na dystansach 24h i 100km.

Czym jest formuła Backyard

Zawody w formule Backyard odbywają się w 75 krajach na całym świecie. W roku 2023 odbędą się Mistrzostwa Świata w amerykańskim Tennessee. Wystartują tam mistrzowie krajowi ze wszystkich państw oraz 25 zawodników z najlepszymi wynikami na świecie. Obecnie rekord świata w backyardzie wynosi 90 pętli (90 godzin biegu) czyli 603 km 540 m i należy do Belga Merijna Geertsa. Nieoficjalny rekord Polski wynosi 26 pętli (26 godzin biegu) czyli 174 km 356 m i należy do Pawła Żuka.

Nieoficjalny rekord Polski wynosi 26 pętli (26 godzin biegu) czyli 174 km 356 m i należy do Pawła Żuka

ZAPRASZAMY w najbliższy piątek. Start o godzinie 8.00!

Twórcą formatu Backyard Ultra jest Gary Cantrell, znany w środowisku jako Lazarus Lake. Popularny Laz to prawdziwy weteran biegów wytrzymałościowych. Zaczął je uprawiać już w latach siedemdziesiątych, na długo przed nastaniem mody na tego rodzaju formę aktywności fizycznej.

eprasa.pl ca54ee0441

DOBRY START. Wniosek złożony do końca sierpnia to wypłata jeszcze we wrześniu

POSPIESZ SIĘ! Zostało tylko kilka dni

Jeśli chcesz dostać pieniądze na szkolną wyprawkę dla dziecka jeszcze we wrześniu, to lepiej pospiesz się. Złożenie wniosku do końca sierpnia gwarantuje wypłatę świadczenia nie później niż do 30 września.

Program rządowy „Dobry Start" to 300 zł wsparcia wypłacanego raz w roku wszystkim uczniom. To inwestycja w edukację polskich dzieci. Pomoc może trafić do ponad 4,6 mln uczniów. Jest kolejnym komponentem kompleksowej i długofalowej prowadzonej przez rząd polityki rodzinnej. To 300 złotych jednorazowego wsparcia dla wszystkich uczniów rozpoczynających rok szkolny. Co ważne, rodziny otrzymają świadczenie bez względu na dochód. Program obejmuje dzieci wychowujące się zarówno w rodzinach, jak i te przebywające w pieczy zastępczej.

Kto może otrzymać wsparcie?

Świadczenie dobry start przysługuje raz w roku na rozpoczynające rok szkolny dzieci do ukończenia przez nie 20. roku życia. Dzieci niepełnosprawne uczące się w szkole otrzymają je do ukończenia przez nie 24. roku życia.

Jak otrzymać świadczenie dobry start?

Aby otrzymać wsparcie, należy złożyć wniosek. Może to zrobić mama lub tata dziecka, opiekun prawny lub opiekun faktyczny dziecka, a w przypadku dzieci przebywających w pieczy zastępczej – rodzic zastępczy, osoba prowadząca rodzinny dom dziecka lub dyrektor placówki opiekuńczo-wychowawczej.

Gdzie złożyć wniosek?

Wnioski o świadczenie będą przyjmowane i realizowane przez te same instytucje , które realizują obecnie świadczenie wychowawcze w ramach programu „Rodzina 500+". Chodzi tu o urząd miasta/gminy, ośrodek pomocy społecznej lub inną jednostkę organizacyjną (np. centrum świadczeń) właściwą dla miejsca zamieszkania rodzica ubiegającego się o wyprawkę na dziecko (w przypadku powiatów świadczenia będą realizowane przez powiatowe centra pomocy rodzinie).

Kiedy złożyć wniosek?

Wniosek – podobnie jak wnioski o świadczenie wychowawcze z programu „Rodzina 500+" – będzie można składać już od 1 lipca online przez stronę Ministerstwa Rodziny empatia.mrpips.gov.pl oraz przez bankowość elektroniczną takich banków, jak: Alior Bank SA, Bank Millennium SA, Bank Pekao SA, Bank Pocztowy SA, Bank Polskiej Spółdzielczości SA oraz wybrane zrzeszone Banki Spółdzielcze, Credit Agricole Bank Polska SA, Getin Noble Bank SA, ING Bank Śląski SA, mBank SA, Nest Bank S.A, PKO Bank Polski SA (oraz Inteligo), SGB-Bank SA oraz wybrane zrzeszone Banki Spółdzielcze. Możliwość składania wniosku będzie dostępna niebawem również w Banku BGŻ BNP Paribas, natomiast Bank Zachodni WBK włączy się w akcję informacyjną o programie "Dobry Start" i będzie zachęcać do złożenia wniosku korzystając z Profilu zaufanego.

Od 1 sierpnia wnioski można złożyć także drogą tradycyjną (papierową). **Ważne! Wniosek należy złożyć do 30 listopada.**

Kiedy rodzina otrzyma wsparcie?

W przypadku wniosków złożonych w lipcu i sierpniu, rodziny wyprawkę otrzymają nie później niż 30 września. W przypadku wniosków złożonych w kolejnych miesiącach gminy będą miały maksymalnie 2 miesiące od dnia złożenia wniosku na jego rozpatrzenie i wypłatę świadczenia. Złożenie wniosku o świadczenie dobry start w lipcu i sierpniu to gwarancja wypłaty świadczenia nie później niż do 30 września.

Więcej informacji można znaleźć na stronie: **www.mrpips.gov.pl/DobryStart**

Garmin Iron Triathlon 27 sierpnia ponownie zagości w Nieporęcie!

Największy i najstarszy cykl triathlonowy w Polsce po raz kolejny zagości w Nieporęcie. Nieporęt oprócz najszybszej trasy kolarskiej na Mazowszu ma również wielką zaletę w postaci idealnej lokalizacji geograficznej. Dlatego nie mogło tego miasta zabraknąć na mapie Garmin Iron Triathlon w 2022 roku. Będzie to dziesiąty, przedostatni, przystanek cyklu tegorocznej edycji cyklu..

W sezonie 2022 roku zawodnicy będą mogli rywalizować na jednym z trzech dystansów: 1/2 IM, czyli 1,9 km pływania, 90 km jazdy na rowerze i 21,1 km biegu, 1/4 IM (0,95 km – 45 km – 10,55 km) oraz 1/8 IM (0,475 km – 22,5 km – 5,275 km). W Nieporęcie, tak jak podczas innych imprez cyklu, będzie można wziąć udział w rywalizacji indywidualnej, jak i sztafecie triathlonowej, w której jedna osoba płynie, druga jedzie na rowerze, a trzecia biegnie. To świetna okazja na spędzenie aktywnego weekendu z przyjaciółmi!

Nieporęt jest trasą stworzoną do bicia rekordów. To właśnie tu, w 2019 r. Robert Wilkowiecki, obecny wicemistrz Europy na dystansie IM, ustanowił rekord Garmin Iron Triathlon na dystansie 1/2 IM - 03:49:31! Bardzo szybka trasa pozwala na poprawienie życiówek przez wielu zawodników na wszystkich dystansach. Mamy nadzieję, że w 2022 r. będzie tak samo!

Podczas zawodów na dystansie 1/4 IM wyłonimy Mistrza i Mistrzyni Nieporętu. Do rywalizacji tej zapraszamy wszystkich mieszkańców.

Imprezą towarzyszącą triathlonowi będą tradycyjnie zawody biegowe dla najmłodszych – Garmin Junior, które od wielu lat cieszą się wyjątkową popularnością podczas zawodów. Zawody dla dzieci odbędą się na trzech dystansach: 200 m (1-7 lat), 500 m (8-11 lat) oraz 1000 m (12-15 lat).

Wszelkie informacje dotyczące imprezy znajdują się na stronie internetowej www.irontriathlon.pl.

Utrudnienia w ruchu:

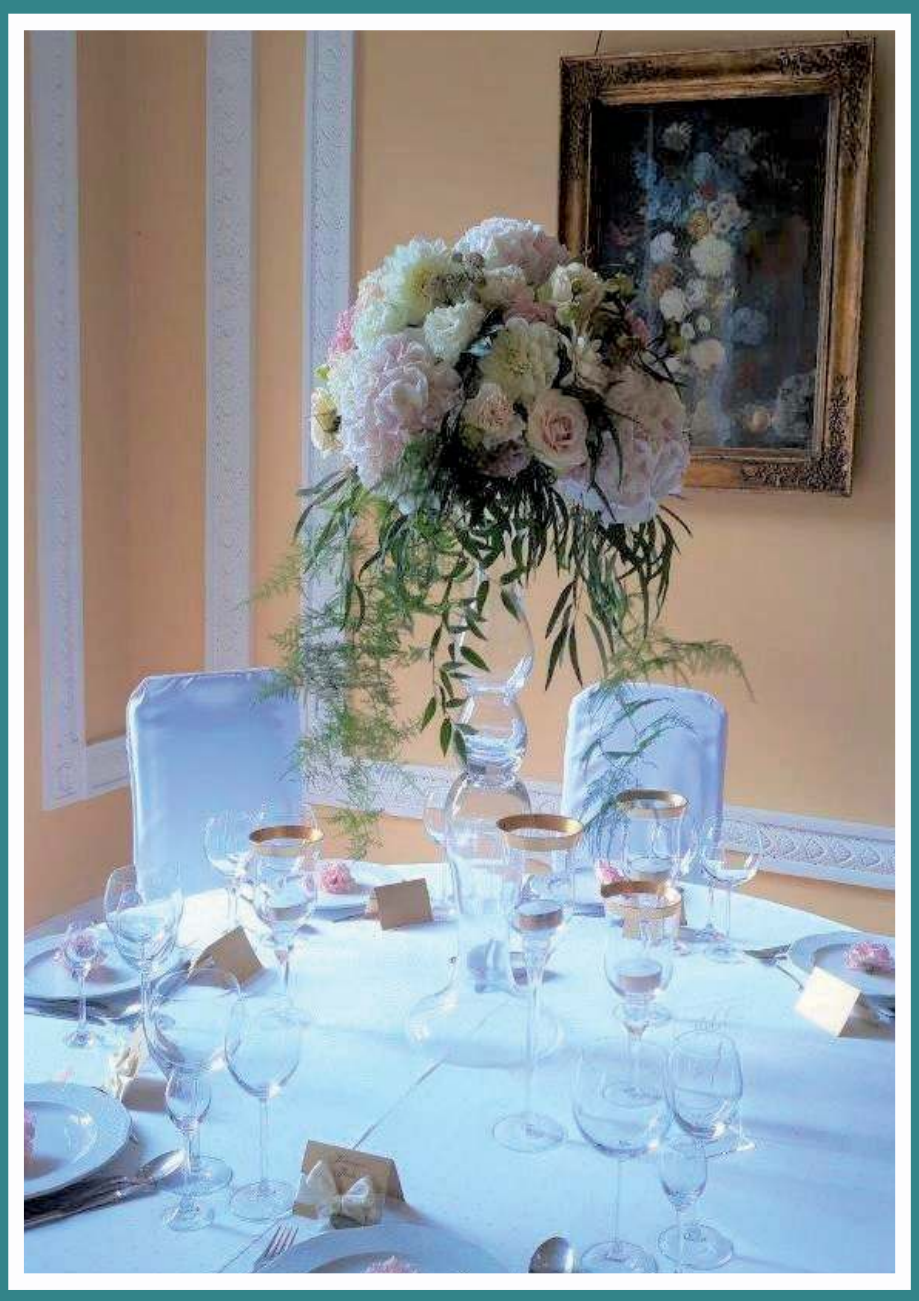
Informujemy, że w związku z organizacją zawodów sportowych w dniu 27 sierpnia 2022 wystąpią utrudnienia w ruchu drogowym. W godzinach 06:30 – 11:30 zamknięty dla ruchu będą drogi na odcinku Białobrzegi – Stare Załubice – Ruda – Radzymin.

W godzinach 08:30 – 14:00 zamknięta będą również ul. Spacerowa oraz ul. Główna w Ryni.

Prosimy o stosowanie się do poleceń policji oraz służby porządkowej organizatora.

Przepraszamy za utrudnienia i zachęcamy do kibicowania zawodnikom startującym w Garmin Iron Triathlon Nieporęt.

eprasa.pl ca54ee0441



PAŁAC W JABŁONNIE
#POCZUJNASZAHISTORIE

ZORGANIZUJ W 18-WIECZNYM
PAŁACU W JABŁONNIE
KRÓLEWSKIE PRZYJĘCIE Z OKAZJI:

CHRZCIN I KOMUNII
ŚLUBU LUB WESELA
URODZIN CZY JUBILEUSZU

Rezerwacje:
info@palacjablonna.pan.pl
tel.: +48 531 093 982, +48 507 104 572
Pałac w Jabłonnie
ul. Modlińska 105, 05-110 Jabłonna

środa 24 sierpnia

TVP 1

05:10 Przysięga - serial obyczajowy
06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej
07:30 Rodzinny ekspres - magazyn
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Ranczo - serial
09:45 Komisarz Alex - serial kryminalny
10:40 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:35 Rok w ogrodzie Extra
12:50 Natura w Jedynce - Peru - kraina skrajności - Andy i Altiplano

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
15:00 Wiadomości
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Przysięga - serial obyczajowy
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia?
17:55 Wojenne dziewczyny
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:30 Leśniczówka - serial
21:05 Bolivar - serial
22:00 Ekstradycja 2 - serial
23:05 Ukraińcy - serial
24:00 On na ciebie patrzy - film fabularny
01:40 Super 8 - film science fiction

TVP 2

05:00 Na sygnale - serial fabularyzowany
05:30 M jak miłość - serial
06:25 Pożyteczni.pl - magazyn
06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy
07:30 Pytanie na śniadanie
10:50 Panorama
11:00 Pytanie na śniadanie
11:30 Msza Święta Kościoła Mariawitów
12:30 Koło fortuny
13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial
16:00 Koło fortuny
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Zranione ptaki - serial

SERIAL OBYCZAJOWY

19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
20:10 #Wszystko gra - musical, reż. Agnieszka Glińska, wyk. Kinga Preis, Eliza Rycembel
21:55 Pokonać siebie - film obyczajowy, prod. Niemcy, 2019
23:40 Medyceusze Wspaniali - serial
00:50 Tintoretto. Człowiek, który zabił malarstwo - film dokumentalny
02:00 Archiwista - serial
02:50 Ostatnia akcja - komedia sensacyjna
04:25 Rodzinka.pl - serial komediowy prod. Polska
04:55 Zakończenie

TVN

05:55 Uwaga! - magazyn
06:10 Ukryta prawda - program obyczajowy
07:05 Tajemnice miłości
08:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
09:00 Dzień Dobry TVN
11:40 Doradca smaku
11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:55 Tajemnice miłości
14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
15:05 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:10 Ten moment
16:45 Kuchenne rewolucje
17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
19:00 Fakty
19:55 Uwaga! - magazyn
20:10 Doradca smaku
20:15 Na Wspólnej
20:55 Milionerzy

FILM SENSACYJNY

21:35 Piekielna głębia - film sensacyjny, USA, 1999, reż. RennyHarlin, wyk. SaffronBurrows, ThomasJane, LLCoolJ, Samuel L. Jackson, MichaelRapaport
23:50 300 - film przygodowy, USA, 2006, reż. ZackSnyder, wyk. Gerard Butler, LenaHeadey, DominicWest, David-Wenham, VincentRegan, MichaelFassbender, RodrigoSantoro
02:20 Wewnętrzny wróg - serial, USA
03:25 Uwaga! - magazyn
03:45 Noc magii
05:05 Kto was tak urządził

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia
13:20 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:40 Gliniarze
17:40 Sekrety rodziny
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:00 Och Karol 2 Karol ma wszystko. Świetnie zarabia, jest najlepszym pracownikiem dużej firmy, jeździ sportowym samochodem i posiada piękny dom...

KOMEDIA

22:20 Głupi i głupszy bardziej Minęło dwadzieścia lat od pierwszej przygody, kiedy to najbardziej nieobliczalny duet komediowy współczesnego kina: Lloyd i Harry przemierzyli Stany Zjednoczone. Harry odkrywa, że jest chory i potrzebuje natychmiast przeszczepu nerki. Organ może mu zapewnić tylko ktoś spokrewniony.
00:50 Jack Reacher: Nigdy nie wracaj
03:20 Świat według Kiepskich
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Teledyski
07:55 Informacje kulturalne
08:25 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
09:00 Lisbon Story - film obyczajowy, prod. Niemcy, Portugalia, 1994, reż. Wim Wenders, wyk. Rüdiger Vogler, Patrick Bauchau, Vasco Sequeira, João Canijo
11:00 Doktor Ewa - serial
12:45 Co mówią lekarze - film krótkometrażowy, reż. Michał Wnuk
13:30 William Holden, między światłem a cieniem
14:45 Wielki Buster - film dokumentalny, prod. USA, 2018, reż. Peter Bogdanovich
16:40 Loveling - dramat, prod. Brazylia, Urugwaj
18:30 Informacje kulturalne - informator kulturalny

SERIAL PRZYGODOWY

18:45 Serialowa nostalgia - Podróż za jeden uśmiech - serial przygodowy
20:00 W trzy miesiące dookoła świata - Magiczne noce
22:15 Więcej niż fikcja - film dokumentalny
24:00 Lekkie obyczaje - Porozmawiajmy o kobietach - film obyczajowy
01:50 Scena Klasyczna - Aleksandra Świgut - koncert
02:45 Informacje kulturalne
03:15 Kino nocne - Performer - film obyczajowy
04:30 Bellissima - film TVP
05:30 Afisz kulturalny ekstra
05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial
11:00 Reporterzy. Z życia wzięte
12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodu różnych życiowych zawirowań. Są to zarówno osoby starsze, potrzebujące środków do życia, jak i młode, które zastawiają na kilka dni laptop czy telefon.
13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
14:00 Reporterzy. Z życia wzięte

SERIAL KRYMINALNY

15:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny
16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
17:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
20:00 Horda
22:05 Ocean ognia
00:20 Po prostu walcz 3
02:25 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
03:40 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny
04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny
05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy

TVN 7

05:20 Szpital - program obyczajowy
06:20 Papiery na szczęście - serial, Polska
07:25 Idealna niania - program obyczajowy
08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska
11:10 Sprzątaczki - program obyczajowy
11:55 Szpital - program obyczajowy
12:55 SOS Ekipy w akcji
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14:55 Zagadki losu
15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska
17:00 SOS Ekipy w akcji
18:00 Medium z Long Island
19:00 Ukryta prawda

FILM SENSACYJNY

20:00 Krwawy diament - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2006, reż. Edward Zwick, wyk. Leonardo DiCaprio, Djimon Hounsou, Jennifer Connelly, Kagiso Kuypers, Arnold Vosloo, Antony Coleman
23:00 Zabójcza broń III - film sensacyjny, USA, 1992, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Danny Glover, Joe Pesci, Rene Russo, Stuart Wilson, Steve Kahan, Darlene Love
01:25 Uwiedziony - film, USA, 2008, reż. Marcel Langenegger
03:40 Noc magii

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **11:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Wielka Ucieczka **22:00** Underworld 2: Ewolucja Dalsze losy Seleny i Michaela dwojga sprzymierzonych wojowników, będących potomkami dwóch ras od wieków toczących śmiertelną walkę: wilkołaków i wampirów. **00:20** Mistrz Dowcipu **01:25** Anatomia głupoty

TV Trwam

11:25 Jestem mamą **11:40** Prosto o gospodarce **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz - 10 przykazań **13:10** Muzyczne chwile **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Polacy w Bitwie o Anglię **15:15** Opowieść o świętym Augustynie **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Na zdrowie **16:30** Wyszyński **16:55** Filmowe życiorysy. Pan Zygmunt najstarszy ministrant w Polsce **17:30** Przyroda i ludzie **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Brat Franciszek **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski

eprasa.pl ca54ee0441

czwartek 25 sierpnia

TVP 1

05:10 **Przysięga** - serial
06:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
07:30 **Pełnia Wiary** - magazyn
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:40 **Ranczo** - serial obyczajowy
09:40 **Komisarz Alex** - serial
10:35 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:30 **Leśniczówka** - serial
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **To się opłaca** - magazyn
12:50 **Natura w Jedynce**
14:00 **Wspaniałe stulecie**
15:00 **Wiadomości**
15:15 **Alarm!** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka**

SERIAL OBYCZAJOWY

16:05 **Przysięga** - serial obyczajowy
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?**
17:55 **Wojenne dziewczyny**
18:55 **Jeden z dziesięciu**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:30 **Leśniczówka** - serial
21:05 **Bolivar** - serial
21:55 **Sprawa dla reportera**
22:55 **Magazyn śledczy Anity Gargas** - magazyn
23:35 **Magazyn kryminalny 997** - magazyn
00:30 **Kierowca** - film fabularny
02:10 **Glina** - serial kryminalny
04:00 **Magazyn śledczy Anity Gargas** - magazyn

TVP 2

05:00 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
05:30 **M jak miłość** - serial
06:20 **Smaki świata** - magazyn
06:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
07:30 **Pytanie na śniadanie**
10:35 **Panorama**
10:45 **Pytanie na śniadanie**
11:15 **Ostoja** - magazyn
11:50 **Złotopolscy**
12:30 **Koło fortuny** - teleturniej
13:15 **Zranione ptaki** - serial obyczajowy
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
15:10 **Wydział kryminalny Kitzbühel** - serial
16:00 **Koło fortuny**
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:15 **Zakazany owoc**
18:00 **Panorama**

TELETURNIEJ

18:20 **Va Banque** - teleturniej
18:45 **Zranione ptaki** - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019, reż. Yasemin Erkul, Cem Tabak, wyk. Emre Mete Sönmez, Ali Yasin Özegemen, Gizem Arikan
19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy TVP, reż. Grzegorz Waller, wyk. Joanna Gleń, Maciej Raniszewski, Hanna Klepacka, Ewelina Serafin, Łukasz Wójcik, Andrzej Popiel, Maria Świłpa
20:10 **Zawiłości uczuć** - film obyczajowy
22:05 **Ukojenie** - dramat
23:55 **Skarbiec** - film
01:40 **Gra Endera** - film

TVN

05:55 **Uwaga!** - magazyn
06:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
07:05 **Tajemnice miłości**
08:00 **Kuchenne rewolucje**
09:00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11:40 **Doradca smaku**
11:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12:55 **Tajemnice miłości**
14:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
15:05 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
16:10 **Ten moment**
16:45 **Kuchenne rewolucje**
17:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
19:00 **Fakty**
19:35 **Sport**
19:45 **Pogoda**
19:55 **Uwaga!** - magazyn
20:10 **Doradca smaku**
20:15 **Na Wspólnej** - serial

PROGRAM ROZRYWKOWY

20:55 **Milionerzy** - program rozrywkowy
21:35 **Kuchenne rewolucje**
22:45 **Sąsiedzi** - film komedia, USA, 2014, reż. Nicholas Stoller, wyk. SethRogen, ZacEfron, RoseByrne, ChristopherMintz-Plasse, Dave Franco
00:45 **Szybcy i wściekli VII** - film sensacyjny, USA, Japonia, 2015, reż. James Wan, wyk. VinDiesel, PaulWalker, JasonStatham, MichelleRodriguez, JordanaBrewster, TyreseGibson, DwayneJohnson, KurtRussell, GalGadot
03:35 **Uwaga!** - magazyn
03:55 **Noc magii**
05:15 **Kto was tak urządził**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:40 **Malanowski i Partnerzy**
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:20 **Interwencja**
13:40 **Trudne sprawy**
14:40 **Dlaczego ja?**
15:50 **Wydarzenia**
16:10 **Pogoda**
16:15 **Interwencja**
16:40 **Gliniarze**
17:40 **Sekrety rodziny**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:00 **Misz Masz czyli Kogel Mogel 3** Główna bohaterka Kasia nadal mieszka we wsi Brzózki i walczy z niechcianym zalotnikiem Staszkiem Kolasą.

FILM OBYCZAJOWY

22:10 **Randka na weselu** Mike i Dave, dwaj dorośli bracia, słyną ze szczeniackich wygłupów, które psują każdą rodzinną uroczystość. Gdy zostają zaproszeni na wesele swojej siostry na Hawajach, rodzice stawiają im warunek: muszą pojawić się w towarzystwie dziewczyn, które w razie potrzeby będą miały na nich oko.
00:20 **Och Karol 2**
02:55 **Świat według Kiepskich**
04:40 **Disco Gramy** - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

07:00 **Teledyski**
07:55 **Informacje kulturalne**
08:25 **Księga Przestrzeni**
09:10 **Loveling** - dramat
11:00 **Doktor Ewa** - serial
12:50 **Sowia odyseja** - film animowany
13:30 **Mali bohaterowie** - film dokumentalny
15:10 **Louise nad morzem**
16:40 **Akcja pod Arsenałem** - dramat
18:30 **Informacje kulturalne**
18:50 **Serialowa nostalgia** - Detektywi na wakacjach - serial przygodowy
20:00 **Teatr Telewizji - Kobra - Nie mam ci nic do powiedzenia** - spektakl teatralny, reż. Stanisław Zajączkowski, wyk. Dorota Pomykała, Halina Gryglaszewska
21:15 **Tamte lata, tamte dni**

DRAMAT

21:55 **Kino Mistrzów - Wściekły Byk** - dramat, prod. USA, 1980, reż. Martin Scorsese, wyk. Robert De Niro, Cathy Moriarty, Joe Pesci, Frank Vincent, Theresa Saldana
00:10 **Berlin Live** - Katie Melua
01:25 **Nocny dokument**
03:05 **W trzy miesiące dookoła świata** - Magiczne noce - film prod. Włochy, 2018, reż. Paolo Virzi, wyk. Mauro Lamantia, Giovanni Toscano
05:20 **Teledyski**
05:45 **Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl**
05:50 **Zakończenie**

TV Puls

06:00 **Kobra - oddział specjalny**
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial
11:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
12:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
13:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
14:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
15:00 **Prawdziwe motywy** - serial kryminalny
16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
17:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial
20:00 **Cienki Bolek** Skazany na więzienie za oszustwa i defraudację pieniędzy milioner prosi pracownika myjni, by przygotował go do odsiadki wyroku.

DRAMAT

22:00 **Ekstrakt** Joel, właściciel fabryki, ma problemy w życiu zawodowym i prywatnym: jego żona prawdopodobnie go zdradza, a pracownicy nienawidzą.
23:50 **Obcy krewni**
01:35 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
02:35 **Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę** - program kulinarny
03:10 **Z archiwum policji** - serial dokumentalny
03:50 **Taki jest świat** - program informacyjny
04:25 **Z archiwum policji**
05:00 **Rodzinny interes**

TVN 7

05:20 **Szpital** - program obyczajowy
06:20 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:25 **Idealna niania** - program obyczajowy
08:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:10 **Sprzątaczki** - program obyczajowy
11:55 **Szpital** - program obyczajowy
12:55 **SOS Ekipy w akcji**
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14:55 **Zagadki losu**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **SOS Ekipy w akcji**
18:00 **Medium z Long Island**
19:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
20:00 **Nadchodzi Polly** - film komedia, USA, 2004, reż. John Hamburg, wyk. Ben StillerJennifer Aniston

FILM OBYCZAJOWY

22:05 **Miłość bez końca** - film obyczajowy, prod. USA, 2014, reż. Shana Feste, wyk. Alex Pettyfer, Gabriella Wilde, Bruce Greenwood, Joely Richardson, Robert Patrick, Rhys Wakefield
00:20 **Sherlock Holmes: Gra cieni** - film sensacyjny, USA, 2011, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., Jude Law, Noomi Rapace, Rachel McAdams, Jared Harris, Stephen Fry
02:55 **Noc magii** - program ezoteryczny prod. Polska

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom - magazyn **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **11:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Twister **23:15** Sygnał Nic i Jonah, utalentowani studenci MIT, odwożą do Kalifornii dziewczynę Nica, Haley. Po drodze odkrywają, że ich lokalizację śledzi haker, Nomada, który od dawna prowadzi z nimi dziwną grę i przez którego omal nie wydalono ich z uczelni, kiedy wrobił ich we włamanie do serwerów MIT. **01:25** Anatomia głupoty **01:55** Śmierć na 1000 sposobów

TV Trwam

11:35 Przyroda i ludzie **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Ziemia Obiecana **13:10** Muzyczne chwile **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc **14:30** Bł. Maria Teresa Ledóchowska **15:25** Żeby być świętym **15:45** Słowo życia **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Z wędką nad wodę w Polskę i Świat **16:35** Porady Medyczne Bonifratrów **17:05** Akademia pro-life **17:15** Sursum Corda - W Górę Serca! **17:30** Odpowiedzialni za Kościół **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Przyjaciele i bohaterowie **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

piątek 26 sierpnia

TVP 1

05:15 **Przysięga** - serial obyczajowy
06:05 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
07:30 **Agape** - magazyn
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:35 **Ranczo** - serial
09:40 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:35 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:25 **Okrasa łamie przepisy** - W pomidorowym królestwie - magazyn
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **Magazyn Rolniczy**
12:50 **Natura w Jedynce** - Oceany - nowe Eldorado

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
15:00 **Wiadomości**
15:10 **Pogoda**
15:15 **Alarm!** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka**
16:05 **Przysięga** - serial obyczajowy
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?**
17:55 **Wojenne dziewczyny**
18:55 **Jeden z dziesięciu**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Siatkówka mężczyzn**
22:45 **Tylko dla twoich oczu** - film sensacyjny
01:00 **Eksperyment** - thriller, prod. USA, 2010
02:40 **Dzień w Middleton**
04:20 **S. W. A. T.** - Jednostka specjalna - serial

TVP 2

05:00 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
05:30 **M jak miłość** - serial
06:25 **Anna Dymna - spotkajmy się**
06:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
07:30 **Pytanie na śniadanie**
10:40 **Panorama**
10:45 **Pytanie na śniadanie**
11:20 **Polska od kuchni** - Miss Wdzięku - widowisko
11:50 **Złotopolscy** - telenowela
12:30 **Koło fortuny** - teleturniej
13:15 **Zranione ptaki** - serial
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
15:10 **Wydział kryminalny Kitzbühel** - serial
16:00 **Koło fortuny**
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:15 **Zakazany owoc**
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej

SERIAL OBYCZAJOWY

18:45 **Zranione ptaki** - serial obyczajowy
19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
20:10 **Postaw na milion**
21:10 **Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki**
23:25 **Witamy na Hawajach** - komedia, prod. USA
01:20 **Zawiłości uczuć** - film obyczajowy
03:15 **Pokonać siebie** - film obyczajowy, prod. Niemcy, 2019, reż. Markus Welter
05:00 **Rodzinka.pl** - serial komediowy TVP, reż. Patryk Yoka, wyk. Małgorzata Kożuchowska
05:25 **Zakończenie**

TVN

05:55 **Uwaga!** - magazyn
06:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
07:05 **Tajemnice miłości**
08:00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
09:00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11:40 **Doradca smaku**
11:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12:55 **Tajemnice miłości**
14:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
16:10 **Ten moment**
16:45 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
19:00 **Fakty** - informacje
19:30 **Sport**
19:40 **Pogoda** - informacje
19:50 **Uwaga!** - magazyn

FILM SENSACYJNY

20:00 **Szybcy i wściekli VIII** - film sensacyjny, Chiny, Japonia, USA, 2017, reż. F. Gary Gray, wyk. Vin Diesel, Jason Statham, Dwayne Johnson, Michelle Rodriguez, Tyrese Gibson, Charlize Theron, Kurt Russell
22:50 **Pacific Rim** - film przygodowy, USA, 2013, reż. Guillermo Del Toro, wyk. Charlie Hunnam, Idris Elba, Rinko Kikuchi, Charlie Day, Ron Perlman
01:35 **Kuba Wojewódzki**
02:40 **Uwaga!** - magazyn prod. Polska
03:00 **Noc magii**
04:25 **Kto was tak urządził**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat**
08:40 **Malanowski i Partnerzy**
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:20 **Interwencja**
13:40 **Trudne sprawy**
14:40 **Dlaczego ja?**
15:50 **Wydarzenia**
16:10 **Pogoda**
16:15 **Interwencja**
16:40 **Gliniarze**
17:40 **Sekrety rodziny**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:00 **Exodus: Bogowie i królowie** Egipt, XIII wiek p. n. e. Według przepowiedni następcą faraona Setiego ma być mąż, który dokona heroicznego czynu na polu bitwy.

FILM PRZYGODOWY

23:20 **X-Men: Ostatni bastion** Wynalezienie lekarstwa odwracającego proces mutowania prowadzi do odwrócenia biegu historii. Po raz pierwszy mutanty stają przed wyborem: zachować swą unikalność, co oznacza skazanie się na wieczną izolację i alienację, czy też wyrzec się pozyskanej w wyniku mutacji mocy.
00:50 **Misz Masz czyli Kogel Mogel 3**
03:50 **Świat według Kiepskich**
04:40 **Disco Gramy** - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

07:00 **Teledyski**
07:55 **Informacje kulturalne**
08:30 **Tamte lata, tamte dni** - magazyn
09:10 **Akcja pod Arsenałem** - dramat, reż. Jan Łomnicki, wyk. Cezary Morawski, Mirosław Konarowski, Magdalena Wołłejko, Jan Englert
11:00 **Doktor Ewa** - serial
12:40 **Czuła noc** - film animowany, prod. Belgia, 2019, reż. Lia Bertels
13:05 **Wakacje** - dramat, reż. Filip Bojarski
13:30 **Hitchcock/Truffaut** - film dokumentalny, prod. Francja, USA, 2015, reż. Kent Jones
15:05 **Cyrano de Bergerac** - film kostiumowy
17:30 **Scena muzyczna** - AstorArte - koncert
18:30 **Informacje kulturalne**
18:50 **Reżyserzy**

FILM PRZYGODOWY

20:00 **Komediowe lato - Janosik** - film przygodowo-historyczny, reż. Jerzy Passendorfer, wyk. Marek Perepeczko, Ewa Lemańska, Bogusz Bilewski, Witold Pyrkosz, Marian Kociniak, Mieczysław Czechowicz
22:20 **Hal Ashby, wolny duch amerykańskiego kina**
00:05 **Kino Mistrzów - Wściekły Byk** - dramat, prod. USA, 1980, reż. Martin Scorsese, wyk. Robert De Niro, Cathy Moriarty
02:20 **Noc krótkich filmów**
02:30 **Noc krótkich filmów** - Połączeni - film dokumentalny, reż. Aleksandra Maciejczyk

TV Puls

06:00 **Kobra - oddział specjalny** Każdy kolejny odcinek to odrębna tematyka. W każdym z nich nie brakuje „zabójczej prędkości", efektów specjalnych, napięcia, niebezpiecznych pościgów i komizmu, przedstawianego przez bohaterów. Chcą, aby zawsze na pierwszym miejscu stała sprawiedliwość.
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
11:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
12:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
13:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
14:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
15:00 **Prawdziwe motywy**

SERIAL OBYCZAJOWY

16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska
17:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
21:00 **W pułapce**
22:50 **Botoks**
01:45 **Escape Room** Sześcioro nieznanych sobie ludzi zostaje uwięzionych w escape roomie. Bohaterowie, aby przeżyć muszą nauczyć się współpracować ze sobą.
03:20 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
04:20 **Menu na miarę** - program kulinarny
05:00 **Dyżur** - serial dokumentalny

TVN 7

05:20 **Szpital** - program obyczajowy
06:20 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:25 **Idealna niania** - program obyczajowy
08:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:10 **Sprzątaczki** - program obyczajowy
11:55 **Szpital** - program obyczajowy
12:55 **SOS Ekipy w akcji**
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14:55 **Zagadki losu**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **SOS Ekipy w akcji**
18:00 **Medium z Long Island**
19:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
20:00 **Prosto w serce** - film komedia, USA, 2007, reż. Marc Lawrence

KOMEDIA

22:15 **Jak się pozbyć cellulitu** - film komedia, Polska, 2011, reż. Andrzej Saramonowicz, wyk. Magdalena Boczarska, Dominika Kluźniak, Maja Hirsch, Tomasz Kot, Wojciech Mecwaldowski Dwie przyjaciółki - Ewa i Maja poznają masażystkę Kornelię, dzięki której wpadają w wir nowych, zwariowanych przygód.
00:40 **Bracia z ulicy** - film sensacyjny, USA, 2018, reż. John Pogue, wyk. Trey Songz, Jack Kesy, China Anne McClain
02:35 **Noc magii** - program ezoteryczny

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **11:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Gwiazdy Kabaretu **21:00** Wielka Ucieczka **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:00** Snajper: Ostatni strzał Jeden z najlepszych snajperów Marines, Brandon Beckett, zostaje wysłany ze specjalną misją do Kolumbii. **02:00** Ucho Prezesa **02:25** Disco Polo Life **03:25** TOP 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

11:00 Msza święta **13:00** 100 cudownych miejsc na świecie **13:10** Ziemia Obiecana **14:00** Stefan Kardynał Wyszyński **14:30** Zrozumieć Antycywilizacje **14:55** Słowo życia **15:00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia Koronką do Bożego Miłosierdzia **15:20** Mocni w Wierze **15:50** Ma się rozumieć **16:00** informacje dnia **16:10** Siódmy Sakrament **16:40** Prosto o gospodarce **17:00** Życie z Pasją **17:25** Święty na każdy dzień **17:30** Geopolityka **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Westerplatte Młodych **19:00** Warto zauważyć...**19:30** Opowieści Theo **19:45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

eprasa.pl ca54ee0441

sobota 27 sierpnia

TVP 1

05:10 **Klan** - telenowela
06:00 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
07:40 **Rok w ogrodzie**
08:05 **Rok w ogrodzie Extra** - magazyn
08:20 **Wojsko - polskie.pl**
08:45 **Pełnosprawni**
09:15 **Sprawa dla reportera**
10:20 **Fascynujący świat** - Nasza Królowa Elżbieta
11:30 **Rolnik szuka żony** - reality show
12:35 **Doborowa jednostka** - komedia, prod. USA
14:10 **Z pamięci** - felieton
14:25 **Okrasa łamie przepisy** - Kurki na trzy sposoby
14:55 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
15:55 **Jan Serce** - serial
17:00 **Teleexpress**

TELETURNIEJ MUZYCZNY

17:30 **Jaka to melodia?** - teleturniej muzyczny
18:30 **Wojenne dziewczyny**
19:25 **Sport**
19:30 **Wiadomości**
20:05 **Pogoda**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:35 **Bolivar** - serial kostiumowy
21:30 **Hit na sobotę - Creed II** - film fabularny, prod. USA, 2018, reż. Steven Caple Jr., wyk. Sylvester Stallone, Michael B. Jordan
23:50 **Dzień w Middleton** - komedia, prod. USA, 2013, reż. Adam Rodgers
01:40 **Księga ocalenia** - film fabularny
03:45 **Film dokumentalny**

TVP 2

05:50 **Dla niesłyszących - Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
07:00 **Dla niesłyszących - M jak miłość** - serial
07:55 **Pytanie na śniadanie**
11:30 **Rodzinny ekspres** - magazyn
12:05 **Kino familijne - Klub detektywów i klątwa czarnego króla** - film przygodowy, prod. Niemcy, 2017, reż. Christian Theede, wyk. Leo Seppi, Lilly Barshy, Ruben Storck
14:00 **Familiada** - teleturniej
14:35 **Koło fortuny**
15:15 **Szansa na sukces. Opole 2022** - widowisko
16:20 **Na dobre i na złe** - serial
17:20 **Smaki świata** - magazyn
17:45 **Słowo na niedzielę**
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej

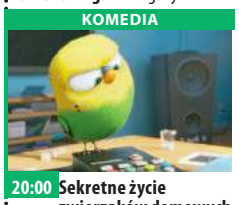
TELETURNIEJ

18:45 **Postaw na milion** - teleturniej
19:35 **Lajk!**
20:00 **Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022**
23:30 **Hity wszech czasów** - magazyn muzyczny
00:35 **Jak dogryźć mafii** - film fabularny, prod. USA, 2017, reż. Mark Cullen, wyk. Bruce Willis, John Goodman
02:20 **Ukojenie** - dramat, prod. USA, 2015, reż. Alfonso Poyart, wyk. Anthony Hopkins, Colin Farrell
04:10 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
05:15 **Zakończenie**

TVN

05:30 **Uwaga!** - magazyn
05:45 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
06:35 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarny
07:30 **Ślub od pierwszego wejrzenia**
08:25 **Kobieta na krańcu świata**
09:00 **Dzień Dobry Wakacje**
11:30 **Na Wspólnej** - serial
13:25 **MasterChef Junior**
15:05 **Totalne remonty Szelągowskiej**
16:10 **Weekendowa metamorfoza**
17:15 **Kobieta na krańcu świata**
17:50 **Kuchenne rewolucje**
18:55 **Raport Speedway Grand Prix** - extra
19:00 **Fakty** - informacje
19:30 **Raport Speedway Grand Prix** - sport
19:35 **Pogoda** - informacje
19:45 **Uwaga!** - magazyn

KOMEDIA



20:00 **Sekretne życie zwierzaków domowych** - komedia, Japonia, USA, Francja, 2016
21:55 **Millerowie** - film komedia, USA, 2013, reż. Rawson Marshall Thurber, wyk. Jennifer Aniston, Jason Sudeikis, Emma Roberts, Will Poulter, Ed Helms
00:15 **Egzekutor** - film sensacyjny, USA, 1996, reż. Charles Russell, wyk. Arnold Schwarzenegger, James Caan, Vanessa Williams, James Coburn, Robert Pastorelli
02:40 **Uwaga!** - magazyn
03:00 **Noc magii**
04:25 **Kto was tak urządził**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat**
08:25 **Mikołajek** Mikołajek to chłopiec, który ma wielu przyjaciół oraz mnóstwo energii do zabawy. I jak to zwykle bywa ze świetnymi pomysłami małych chłopców, dorośli nie wiadomo dlaczego uważają je za zupełnie nieodpowiednie. Dlatego zarówno przyjaciele Mikołajka, jak i on sam, wciąż pakują się w kłopoty, choć bardzo się starają być grzeczni.
10:10 **Ewa gotuje**
10:40 **Bogate dzieciaki bez kasy**
11:40 **Bogaty Dom - Biedny Dom**
12:45 **Górale**
13:45 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu**
14:40 **Rolnicy. Podlasie**
15:45 **Więzienie**

PROGRAM ROZRYWKOWY

17:45 **Chłopaki do wzięcia** - program rozrywkowy
18:50 **Wydarzenia**
19:15 **Prezydenci i Premierzy**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:00 **Przeboje Lata 30-lecia Polsatu i Radia ZET**
22:30 **Strażnicy Galaktyki vol. 2** Grupa najbardziej niesubordynowanych outsiderów w galaktyce penetruje odległe zakątki kosmosu, próbując rozwikłać zagadkę pochodzenia jednego z jej członków - Petera Quilla aka Star Lorda.
01:30 **X-Men: Ostatni bastion**

TVP Kultura

07:00 **Scena muzyczna** - AstorArte - koncert
08:00 **Informacje kulturalne**
08:25 **Słowobranie** - magazyn
09:00 **Wakacyjny dokument** - Rafael - książę sztuki - film dokumentalny
10:45 **Tamte lata, tamte dni** - magazyn
11:20 **Serialowa nostalgia**
13:30 **Wydarzenie aktualne**
14:00 **Komediowe lato** - Janosik - film przygodowo-historyczny
16:05 **Muzyka Skalnego Podhala** - Sabałowe
16:25 **Retro kino** - Napad na bank - komedia
18:00 **Co dalej?**
18:40 **Legendy Rocka** - Little Richard - cykl dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2018
19:05 **Legendy Rocka** - Patti Smith
19:30 **Informacje kulturalne**

KOMEDIA

20:00 **Bilet do kina - Smak życia** - komedia, prod. Francja, Hiszpania, 2002, reż. Cedric Klapisch, wyk. Romain Duris, Judith Godreche, Audrey Tautou
22:10 **Krokus in concert. Baloise Session 2019** - koncert
23:25 **Mocne Kino** - Obietnica - dramat
01:15 **Co dalej?** - Polska - Niemcy - czy to już kurs na zderzenie? - program publicystyczny
01:55 **Kino nocne** - Fighter - film obyczajowy
04:00 **McQueen** - film dokumentalny
05:45 **Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2**

TV Puls

06:00 **Napisała: Morderstwo** Jessica Fletcher, była nauczycielka angielskiego i pisarka kryminałów, jest wdową mieszkającą w starym wiktoriańskim domu we wsi Cabot Cove. Prowadzi spokojne życie jako nie odkryta pisarka wielu kryminałów.
07:00 **Taki jest świat** - program informacyjny prod. Polska
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy prod. Polska
20:00 **Ostateczna rozgrywka** Piłkarski stadion zostaje opanowany przez rosyjskich terrorystów. Były komandos usiłuje powstrzymać napastników.

THRILLER

22:00 **Eliminatorzy** Thomas McKenzie, były agent federalny, jest objęty programem ochrony świadków. Wiedzie spokojne życie, wychowując kilkuletnią córkę. W wyniku pomyłki mężczyzna zostaje zaatakowany w swoim domu w Londynie.
00:00 **Turniej**
01:55 **Menu na miarę** - program kulinarny
02:40 **Na jedwabnym szlaku**
03:05 **Taki jest świat** - program informacyjny prod. Polska
03:55 **Menu na miarę** - program kulinarny prod. Polska

TVN 7

05:05 **Szkoła** - obyczajowy
06:05 **Wiza na miłość**
07:00 **Wyluzuj, Scooby Doo!** - serial animowany, USA
07:30 **Kochany urwis** - film komedia, USA, 1990, reż. Dennis Dugan, wyk. John Ritter, Jack Warden, Michael Oliver, Gilbert Gottfried, Amy Yasbeck, Michael Richards
09:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
13:10 **Na pewno, być może** - film komedia, USA, Francja, Niemcy, Wielka Brytania, 2008, reż. Adam Brooks, wyk. Ryan Reynolds, Isla Fisher, Abigail Breslin, Elizabeth Banks, Rachel Weisz, Kevin Kline
15:30 **Błękitna fala** - film obyczajowy, USA, Niemcy, 2002, reż. John Stockwell

FILM PRZYGODOWY

17:40 **10000 lat przed naszą erą** - film przygodowy, USA, 2008, reż. Roland Emmerich, wyk. Steven Strait, Camilla Belle, Cliff Curtis, Joel Vogel, Ben Badra
20:00 **Sherlock Holmes: Gra cieni** - film sensacyjny, USA, 2011, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., Jude Law, Noomi Rapace
22:45 **Azyl** - film obyczajowy, USA, Wielka Brytania, Czechy, 2017, reż. Niki Caro, wyk. Jessica Chastain, Johan Heldenbergh, Daniel Brühl
01:20 **Tajemnice pól śmierci**
02:25 **Druga strona medalu**

TV 4

06:00 Galileo **11:05** K2 **13:30** Wojenna serenada Film oparty na prawdziwej historii amerykańskiego pilota B-24, Claira Cline'a, który po zestrzeleniu jego bombowca trafił do niemieckiej niewoli. By nie upaść na duchu jeńcy chwytają się wszystkiego, co przypomina im o normalnym życiu. **15:25** Jaś Fasola - serial komediowy
16:00 STOP Drogówka **17:00** Policjantki i Policjanci **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
00:00 Psy mafii Rosyjska grupa mafijna, na czele której stoi Irina Vaslov, szantażem zmusza kilku skorumpowanych policjantów i gangsterów z Atlanty do przeprowadzenia napadu w biały dzień na pilnie strzeżony bank. **02:25** Disco Polo Life **03:25** TOP 10 - Lista Przebojów

TV Trwam

10:15 Retrospekcja **10:20** Orłem być... **10:40** Polski Punkt Widzenia **11:00** Kropelka radości **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Warto zauważyć... **12:50** Siódmy Sakrament **13:20** Ocalić od zapomnienia **13:30** Msza święta z Jasnej Góry
14:20 100 cudownych miejsc **14:35** Natura Obiektywnie **14:55** Słowo życia **15:00** Regał **15:30** Wierzę w Boga **15:45** Muzyczne chwile **15:55** Święty na każdy dzień **16:00** Informacje dnia
16:10 VI Rajd Maczka **17:00** Rotmistrz Pilecki **17:30** Wolność Słowa **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Manna z Nieba **19:45** Modlitwa **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel

niedziela 28 sierpnia

TVP 1

04:40 **Klan** - telenowela
05:05 **Sprawa dla reportera**
06:00 **Słownik polsko@polski** - talk - show
06:25 **Wojsko - polskie.pl**
06:55 **Słowo na niedzielę**
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia**
08:00 **Tydzień**
08:30 **Zakochaj się w Polsce**
09:05 **Okrasa łamie przepisy** - Kurki na trzy sposoby
09:40 **Tylko dla twoich oczu** - film sensacyjny
11:55 **Między ziemią a niebem**
12:00 **Anioł Pański**
12:15 **Między ziemią a niebem**
12:50 **Więcej niż solidarni**
13:15 **BBC w Jedynce** - Chiny: starodawne królestwo przyrody
14:10 **Z pamięci** - felieton
14:25 **Przyrodnik na tropie**

SERIAL OBYCZAJOWY

15:15 **Jan Serce** - serial obyczajowy
17:00 **Teleexpress**
17:20 **Pogoda**
17:30 **Jaka to melodia?**
18:30 **Wojenne dziewczyny**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Siatkówka mężczyzn**
22:45 **Księga ocalenia** - film fabularny, prod. USA, 2010, reż. Albert Hughes
00:50 **Creed II** - film fabularny, prod. USA, 2018
03:00 **Zanim zasnę** - dramat, prod. Wielka Brytania, Francja, Szwecja, USA, 2014, reż. Rowan Joffe
04:35 **Z pamięci** - felieton
04:40 **Zakończenie**

TVP 2

05:20 **Dla niesłyszących - Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
07:00 **Dla niesłyszących** - M jak miłość - serial
07:55 **Pytanie na śniadanie**
11:45 **Polska od kuchni** - Miss Wdzięku - widowisko
12:15 **Kino familijne - Marmaduke - pies na fali** - komedia, prod. USA, 2010, reż. Tom Dey, wyk. Emma Stone, Owen Wilson, Lee Pace, Judy Greek, Dawid Williams
14:00 **Familiada** - teleturniej
14:35 **Koło fortuny** - teleturniej
15:15 **Szansa na sukces. Opole 2022** - widowisko muzyczne
16:15 **Big Music Quiz**
17:05 **Lajk!**
17:25 **Rodzinka.pl** - serial
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej

SERIAL FABULARYZOWANY

18:50 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
20:00 **Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022**
23:30 **Kino bez granic - Arbitraż** - film fabularny, prod. USA, 2012, reż. Nicholas Jarecki
01:25 **Czuwaj** - film fabularny, reż. Robert Gliński, wyk. Mateusz Więcławek
03:05 **Witamy na Hawajach** - komedia, prod. USA, 2016, reż. Cameron Crowe, wyk. Bradley Cooper, Emma Stone, Rachel McAdams, Bill Murray, Alec Baldwin
04:50 **Zakończenie**

TVN

05:20 **Uwaga!** - magazyn
05:40 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
06:30 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
07:25 **Nowa Maja w ogrodzie**
07:55 **Akademia ogrodnika**
08:00 **Ślub od pierwszego wejrzenia**
09:00 **Dzień Dobry Wakacje**
11:30 **Weekendowa metamorfoza**
12:30 **Co za tydzień** - magazyn
13:10 **Premiery TVN Warner Bros Discovery. Co warto oglądać?**
13:45 **Mask Singer**
15:25 **Johnny English: Nokaut** - film, USA, Francja, Chiny, Wielka Brytania, 2018, reż. David Kerr, wyk. Rowan Atkinson, Ben Miller, Olga Kurylenko

KOMEDIA

17:20 **Sekretne życie zwierzaków domowych** - film komedia, Japonia, USA, Francja, 2016
19:00 **Fakty** - informacje
19:25 **Sport**
19:30 **Kronika Speedway Grand Prix**
19:35 **Pogoda** - informacje
19:45 **Uwaga!** - magazyn
20:00 **300** - film przygodowy, USA, 2006, reż. Zack Snyder, wyk. Gerard Butler
22:30 **Walka** - film sensacyjny, USA, 2009
00:35 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
01:45 **Uwaga!** - magazyn
02:05 **Noc magii**
03:30 **Kto was tak urządził**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat**
08:45 **Wakacje rodziny Johnsonów** Film opowiada o zabawnych perypetiach rodziny Johnsonów. Podróżują przez Amerykę do miasteczka Caruthersville w stanie Missouri, gdzie odbędzie się coroczne spotkanie z członkami ich dalszej rodziny. Sprawy zaczynają się komplikować, kiedy głowa familii, Nate Johnson, trochę myli kierunki.
10:50 **Podróże Guliwera** Kiedy wrak statku trafia na ląd, skromny pracownik pocztowy o imieniu Guliwer odkrywa, że znalazł się na fantastycznej wyspie Liliputów. Dzięki swoim opowieściom i heroicznym wyczynom Guliwer zjednuje sobie Liliputów.

FILM ANIMOWANY

12:40 **Garfield 2** Tym razem Garfield rusza na podbój Wielkiej Brytanii.
14:20 **Exodus: Bogowie i królowie**
17:40 **Nasz Nowy Dom**
18:50 **Wydarzenia**
19:20 **Wieczór z gwiazdami. Jesień 2022**
20:00 **Świętokrzyska Gala Kabaretowa Kielce 2022**
23:00 **Ghostbusters - pogromcy duchów**
01:40 **Strażnicy Galaktyki**
04:40 **Disco Gramy** - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

07:00 **Musicale. Śpiewa Zdzisława Sośnicka** - koncert, reż. Elżbieta Protakiewicz
08:00 **Nabożeństwo ewangelickie w Giżycku**
09:05 **Z przytupem** - Krakowiak - widowisko kameralne
09:35 **Animama** - Początek - film animowany, prod. Włochy, 2010, reż. Cristina Lastrego, Francesco Testa
09:45 **Animama** - Rozbitek - film animowany
09:50 **Animama** - Plaża - film animowany, reż. Edward Sturlis
09:55 **Animama** - Kto tu mieszka - film animowany, reż. Edward Sturlis
10:20 **Trzeci punkt widzenia** - program publicystyczny
11:00 **Serialowa nostalgia** - Szaleństwa Panny Ewy - odc. 3 Mur Graniczny

FILM PRZYGODOWY

12:05 **Niedźwiadek** - film przygodowy, prod. Francja, USA, 1988, reż. Jean Jacques Annaud, wyk. Jack Wallace, Tcheky Karyo
13:55 **Umberto D.** - dramat
15:35 **Barbara Hannigan. Crazy Girl Crazy**
17:15 **Niedziela z... Andrzejem Dąbrowskim**
19:30 **Informacje kulturalne**
20:00 **Pociąg** - film fabularny, prod. Francja, Włochy
22:20 **Trzeci punkt widzenia**
23:00 **Wakacyjny dokument** - Rafael - książę sztuki
00:40 **Bilet do kina - Smak życia** - komedia
02:55 **Informacje kulturalne**

TV Puls

05:50 **Prawdziwe motywy** - serial kryminalny
09:50 **Hibernatus**
11:40 **Goście, goście 2** Rycerz Godfryd de Montmirail przenosi się w przyszłość, by odzyskać rodowe klejnoty.
14:10 **Dziewczyny z wyższych sfer** Molly, córka legendy rocka, zostaje okradziona z majątku przez adwokata. Nie mając pieniędzy, podejmuje pracę jako niania 8-letniej Ray.
15:50 **Książę i ja: królewskie wesele** Trwają przygotowania do ślubu Paige i Edwarda, kiedy wychodzi na jaw, że wedle prawa małżeństwo nie może zostać zawarte. Aby być z ukochaną, młody król musiałby zrzec się korony.

FILM OBYCZAJOWY

17:50 **Niania w Nowym Jorku** 21-letnia studentka, Annie, zatrudnia się jako niania w domu zamożnej, nowojorskiej rodziny.
20:00 **Plan ucieczki**
22:10 **Potępieńcy**
00:15 **Szanghajska robota**
02:15 **Dyżur** - serial dokumentalny
02:50 **Taki jest świat** - program informacyjny prod. Polska
03:30 **Na jedwabnym szlaku**
04:00 **Napisała: Morderstwo**
05:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska

TVN 7

05:05 **Szkoła** - obyczajowy
06:05 **Wiza na miłość**
07:00 **Wyluzuj, Scooby Doo!** - serial animowany, USA
07:30 **Ten moment** - program
08:00 **Kochany urwis II** - film komedia, USA, 1991, reż. Brian Levant, wyk. John Ritter, Michael Oliver, Jack Warden, Laraine Newman, Amy Yasbeck
09:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
13:00 **Prosto w serce** - film komedia, USA, 2007, reż. Marc Lawrence, wyk. Hugh Grant, Drew Barrymore, Haley Bennett, Brad Garrett, Kristen Johnston, Campbell Scott
15:10 **Błękitna fala II** - film obyczajowy, USA, RPA, 2011, reż. Mike Elliott, wyk. Sascha Jackson, Elizabeth Matis, Ben Milliken

KOMEDIA

17:25 **Notting Hill** - film komedia, Wielka Brytania, USA, 1999
20:00 **Fantastyczne zwierzęta i jak je znaleźć** - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2016, reż. David Yates, wyk. Eddie Redmayne, Katherine Waterston, Dan Fogler, Colin Farrell, Samantha Morton, Jon Voight
22:55 **Klucz do koszmaru** - film horror, USA, 2005, reż. Iain Softley, wyk. Kate Hudson, Gena Rowlands, John Hurt, Peter Sarsgaard, Joy Bryant
01:00 **Tajemnice pól śmierci**
02:10 **Druga strona medalu**
02:45 **Noc magii**

TV 4

06:00 Galileo **07:00** Bój o Colę **08:50** Galileo **10:50** Dziewczyny z drużyny Whittier ma szansę zostać gwiazdą szkolnej drużyny cheerleaderek. Razem z koleżanką z grupy, Monicą, zacięcie trenuje by osiągnąć perfekcję.
12:45 Parasol bezpieczeństwa **14:40** Twister **17:00** Gwiazdy Kabaretu **20:00** Snowpiercer: Arka przyszłości
22:40 Moja super eks-dziewczyna Matt Saunders sądzi, że spotkał idealną dziewczynę. Jest nią Jenny Johnson - która okazuje się także superbohaterką G-Girl. Kiedy Jenny/G-Girl staje się nazbyt zaborcza, Matt myśli o zakończeniu znajomości, ale jak tu zerwać z kobietą, która potrafi fruwać, przenosić góry i przebijać wzrokiem stalowe pancerze? **00:45** Mroczne tajemnice Korei Północnej

TV Trwam

10:35 Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela" **10:40** Święty Augustyn **11:40** Bogumiła czyli opowieść o Warszawskiej Syrenie **12:00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem **12:15** Papież Polak do Rodaków **12:40** Niepodzielny
14:40 Lasy bliżej nas **15:00** Wieś - to też Polska **16:00** Informacje dnia **16:10** Koncert życzeń **16:45** 100 cudownych miejsc na świecie **17:00** Zostań Żołnierzem RP **17:15** Sekrety mnichów **17:30** Sól Ziemi
17:55 Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Opowieści z Księgi Cnót **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Każde życie jest cudem **21:00** Apel Jasnogórski

eprasa.pl ca54ee0441

poniedziałek 29 sierpnia

TVP 1

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

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
15:00 **Wiadomości**
15:10 **Pogoda**
15:15 **Alarm!** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka**
16:05 **Przysięga** - serial
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?**
17:55 **Wojenne dziewczyny**
18:55 **Jeden z dziesięciu**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:30 **Leśniczówka** - serial
21:05 **Cztery wesela i pogrzeb**
23:10 **Ekstradycja** - serial
00:20 **Świat bez fikcji**
01:20 **Firma** - film sensacyjny
04:00 **Sfora**
05:00 **Zakończenie**

TVP 2

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

SERIAL OBYCZAJOWY

19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
20:40 **Kulisy serialu „M jak miłość"**
20:55 **M jak miłość** - serial
21:55 **Jutro idziemy do kina** - film fabularny, reż. Michał Kwieciński, wyk. Mateusz Damięcki, Antoni Pawlicki, Jakub Wesołowski, Anna Gzyra
23:55 **W ułamku sekundy** - film fabularny, prod. Niemcy, Francja, 2017, reż. Fatih Akin
01:50 **O mnie się nie martw** - serial komediowy
02:50 **Arbitraż** - film fabularny
04:40 **Zakończenie**

TVN

05:20 **Uwaga!** - magazyn
05:35 **Nowa Maja w ogrodzie**
06:00 **Akademia ogrodnika**
06:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
07:05 **Tajemnice miłości**
08:00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
09:00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11:45 **Ukryta prawda**
12:55 **Tajemnice miłości**
14:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
16:10 **Ten moment**
16:45 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 **Ukryta prawda**
19:00 **Fakty** - informacje
19:55 **Uwaga!** - magazyn
20:10 **Doradca smaku**
20:15 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
20:55 **Milionerzy**

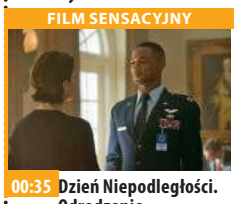
FILM SENSACYJNY

21:35 **Egzekutor** - film sensacyjny, USA, 1996, reż. Charles Russell, wyk. Arnold Schwarzenegger, James Caan, Vanessa Williams, James Coburn, Robert Pastorelli
23:55 **Ślub od pierwszego wejrzenia**
02:05 **Co za tydzień** - magazyn prod. Polska
02:40 **Wewnętrzny wróg** - serial, USA
03:40 **Uwaga!** - magazyn prod. Polska
04:00 **Noc magii**
05:20 **Kto was tak urządził**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:40 **Malanowski i Partnerzy**
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:20 **Interwencja**
13:40 **Trudne sprawy**
14:40 **Dlaczego ja?**
15:50 **Wydarzenia**
16:10 **Pogoda**
16:15 **Interwencja**
16:30 **Na ratunek 112**
17:00 **Gliniarze**
18:00 **Pierwsza miłość**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:05 **Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami**
22:10 **Love Island. Wyspa miłości**
23:30 **Rysa**

FILM SENSACYJNY



00:35 **Dzień Niepodległości. Odrodzenie** Od ostatniej inwazji obcych na kulę ziemską minęło 20 lat. Przy pomocy pozostawionych przez przybyszy technologii, ludziom udało się stworzyć dla Ziemi potężny system obronny. Obcy postanowili teraz powrócić i ponownie spróbują przejąć planetę. Czy ludziom uda się im przeciwstawić i uniknąć końca świata?
03:05 **Świat według Kiepskich**
04:40 **Disco Gramy** - program rozrywkowy
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

07:00 **Teledyski**
07:30 **Informacje kulturalne**
07:55 **Co dalej?** - program publicystyczny
08:30 **Trzeci punkt widzenia** - program publicystyczny
09:10 **Maiden** - film dokumentalny
11:00 **Modrzejewska** - serial
12:30 **Mała sprawa** - film TVP, reż. Janusz Kondratiuk, wyk. Zbigniew Buczkowski, Jerzy Łapiński, Wojciech Alaborski, Włodzimierz Bednarski, Stanisław Michalik
13:30 **Reżyserzy** - cykl dokumentalny
14:30 **Siostry** - film dokumentalny, reż. Michał Hytroś
15:00 **Niedźwiadek** - film przygodowy, prod. Francja, USA, 1988
16:45 **Łucznicy z Kraju Smoka** - dramat
18:30 **Informacje kulturalne**

SERIAL PRZYGODOWY

18:50 **Serialowa nostalgia** - Detektywi na wakacjach - serial przygodowy
20:00 **Thelma i Louise** - dramat, prod. USA, 1991
22:20 **Kronos** - Pocztówki
23:05 **Kobiety za kamerą** - cykl dokumentalny, prod. Wielka Brytania, 2019, reż. Mark Cousins
00:20 **Pociąg** - film fabularny, prod. Francja, Włochy, 1965, reż. John Frankenheimer, Arthur Penn, wyk. Burt Lancaster
02:45 **Kino nocne** - Wydział Rosja - film sensacyjny
05:00 **Tamte lata, tamte dni**
05:45 **Afisz kulturalny ekstra**
06:00 **Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2**

TV Puls

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

SERIAL OBYCZAJOWY

16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska
17:00 **Lombard. Życie od zastaw** - serial obyczajowy
20:00 **Osaczony**
22:10 **Horda**
00:35 **Escape Room**
02:25 **Taki jest świat** - program informacyjny prod. Polska
03:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy prod. Polska
04:00 **Menu na miarę** - program kulinarny prod. Polska
05:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska

TVN 7

05:35 **Szkoła** - obyczajowy
06:30 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:00 **Idealna niania** - program obyczajowy
07:45 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
10:55 **Opowieści małżeńskie**
11:55 **Zagadki losu**
12:55 **Szpital** - program obyczajowy
13:55 **Sąd rodzinny** - program sądowy
14:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **Opowieści małżeńskie**
18:00 **Tajemnice miłości**
19:00 **Zagadki losu**
20:00 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
20:35 **Hotel Paradise**

KOMEDIA

21:35 **Vinci** - film komedia, Polska, 2004, reż. Juliusz Machulski, wyk. Robert Więckiewicz, Borys Szyc, Jan Machulski, Kamilla Baar, Marcin Dorociński Cuma, złodziej antyków, wychodzi z więzienia dzięki pomocy pasera, który zleca mu kradzież „Damy z łasiczką" Leonarda da Vinci. Teraz musi skompletować ekipę.
23:50 **Klucz do koszmaru** - film horror, USA, 2005, reż. Iain Softley, wyk. Kate Hudson, Gena Rowlands, John Hurt, Peter Sarsgaard, Joy Bryant
02:05 **Druga strona medalu** - talk show

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom - magazyn **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **11:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Policjantki i Policjanci **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Mroźny wiatr Zdecydowana za wszelką cenę dotrzeć do Delaware na święta Bożego Narodzenia, studentka college'u zabiera się w podróż samochodem wspólnie z nieco ekscentrycznym kolegą z roku. **22:55** Wzór Agent FBI Don Eppes pracuje nad szczególnie trudnymi sprawami. Właśnie próbuje rozwikłać kolejną, ale mu się to nie udaje. **00:50** Anatomia głupoty według Richarda Hammonda

TV Trwam

11:45 100 cudownych miejsc na świecie **11:55** Święty na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz - 10 przykazań **13:10** Sursum Corda **13:25** Słowo życia **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Próba wiary **15:25** Zagłada redemptorystów woli **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Sanktuaria polskie **16:30** Zew natury **16:55** Spotkania z lasem **17:05** Świadkowie **17:30** Na łowy **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Król Chwały **19:45** Modlitwa **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel

wtorek 30 sierpnia

TVP 1

05:10 **Przysięga** - serial
06:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej**
07:30 **Kościół z bliska**
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:40 **Ranczo** - serial
09:45 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:40 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:30 **Leśniczówka** - serial
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **Magazyn Rolniczy**
12:55 **Natura w Jedynce** - Przystanek u pingwinów - film dokumentalny
14:00 **Wspaniałe stulecie**
15:00 **Wiadomości**
15:15 **Alarm!** - magazyn

TELETURNIEJ

15:35 **Gra słów. Krzyżówka** - teleturniej
16:05 **Przysięga** - serial obyczajowy
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?** - teleturniej muzyczny
17:55 **Wojenne dziewczyny** - serial
18:55 **Jeden z dziesięciu**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Siatkówka mężczyzn**
22:45 **Ekstradycja** - serial
23:50 **Ocaleni** - reality show
00:55 **Klucz Sary** - dramat, prod. Francja, 2010
02:50 **Każdego dnia** - dramat, prod. USA, 2018
04:30 **Notacje** - cykl dokumentalny
04:40 **Zakończenie**

TVP 2

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

SERIAL OBYCZAJOWY

19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy prod. Polska
20:40 **Kulisy serialu „M jak miłość"**
20:55 **M jak miłość** - serial
21:55 **Światło między oceanami** - dramat, prod. Nowa Zelandia, Wielka Brytania, USA, 2016
00:20 **Ludzkie historie** - Gry domowe - film dokumentalny
01:30 **Córka trenera** - film obyczajowy, reż. Łukasz Grzegorzek
03:15 **W ułamku sekundy** - film fabularny, prod. Niemcy, Francja
05:00 **Zakończenie**

TVN

05:55 **Uwaga!** - magazyn
06:10 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
07:05 **Tajemnice miłości**
08:00 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
09:00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11:40 **Doradca smaku**
11:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12:55 **Tajemnice miłości**
14:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
16:10 **Ten moment**
16:45 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
19:00 **Fakty** - informacje
19:35 **Sport**
19:45 **Pogoda** - informacje
19:55 **Uwaga!** - magazyn
20:10 **Doradca smaku**

SERIAL OBYCZAJOWY

20:15 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
20:55 **Milionerzy**
21:35 **Ocean's Twelve: Dogrywka** - film sensacyjny, USA, Australia, 2004, reż. Steven Soderbergh, wyk. George Clooney, Brad Pitt, Matt Damon, Catherine Zeta-Jones, Andy Garcia, Don Cheadle, Julia Roberts, Bernie Mac, Casey Affleck, Scott Caan, Vincent Cassel, Eddie Jemison, Shaobo Qin, Carl Reiner, Elliott Gould
00:10 **Kuba Wojewódzki**
01:15 **Zabójcza broń** - serial
02:20 **Uwaga!** - magazyn
02:40 **Noc magii**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:40 **Malanowski i Partnerzy**
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:20 **Interwencja** - magazyn prod. Polska
13:40 **Trudne sprawy**
14:40 **Dlaczego ja?**
15:50 **Wydarzenia**
16:10 **Pogoda**
16:15 **Interwencja** - magazyn
16:30 **Na ratunek 112**
17:00 **Gliniarze**
18:00 **Pierwsza miłość**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
20:05 **Ninja Warrior Polska**
22:10 **Love Island. Wyspa miłości**

FILM SENSACYJNY

23:10 **Czas patriotów** Jack Ryan, były analityk CIA, spędza wakacje w Londynie w towarzystwie żony i córki. Podczas zwiedzania okolic Pałacu Buckingham trafiają w sam środek zamachu IRA na członka królewskiej rodziny. Bohaterska interwencja Jacka ratuje życie oficera, ale ma też skutki uboczne - czyni go celem groźnego terrorysty, którego brat zginął w akcji.
01:50 **Ghostbusters - pogromcy duchów**
04:40 **Disco Gramy**
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

07:00 **Teledyski** - program rozrywkowy prod. Polska
07:40 **Informacje kulturalne** - informator kulturalny
08:15 **Wędrowiec Polski** - cykl reportaży
08:55 **Którędy po sztukę** - Jerzy Nowosielski - magazyn, reż. Anna Zakrzewska
09:15 **Łucznicy z Kraju Smoka** - dramat, prod. Australia, 2014, reż. Greg Sneddon, wyk. Tandin Phub, Kandu Kandu, Tshering Zam
11:00 **Modrzejewska** - serial
12:35 **Pies na środku drogi** - film krótkometrażowy TVP, reż. Stanisław Jędryka, wyk. Tadeusz Chudecki, Krzysztof Majchrzak

FILM OBYCZAJOWY

13:30 **Villa Visconti Borromeo Litta. Cztery wieki historii** - film prod. Włochy
15:15 **Na kredyt** - obyczajowy
16:00 **Solidarność, Solidarność...** - film TVP
18:05 **Co dalej?**
18:30 **Informacje kulturalne**
18:50 **Serialowa nostalgia**
20:00 **Teatr**
21:45 **Lekkie obyczaje** - Olli Maki. Najszczęśliwszy dzień jego życia
23:30 **Co dalej?**
00:05 **Thelma i Louise** - dramat, prod. USA, 1991
02:25 **Informacje kulturalne**
02:50 **Z klasyką przez Polskę**
04:10 **Kino nocne** - Etgar Keret

TV Puls

06:00 **Kobra - oddział specjalny**
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
11:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
12:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
13:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
14:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
15:00 **Prawdziwe motywy** - serial kryminalny
16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy Serial w ciepły, czasem zabawny sposób będzie wprowadzać widza w świat głównych bohaterów, jednocześnie przedstawiając w każdym odcinku inną historię klientów warsztatu i salonu.

SERIAL OBYCZAJOWY

17:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
20:00 **Szkoła w ogniu** Agent specjalny musi uratować syna i jego przyjaciółkę z opresji.
21:50 **W pułapce** Małe miasto rybackie w Islandii. Podczas gwałtownego sztormu policja usiłuje rozwiązać sprawę morderstwa.
23:30 **Potępieńcy**
01:35 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
02:30 **Na jedwabnym szlaku**
04:00 **Menu na miarę** - program kulinarny
05:00 **Rodzinny interes**

TVN 7

05:15 **Szkoła** - obyczajowy
06:15 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
06:45 **Hotel Paradise**
07:45 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
10:50 **Opowieści małżeńskie**
11:55 **Zagadki losu**
12:55 **Szpital** - program obyczajowy
13:55 **Sąd rodzinny** - program sądowy
14:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **Opowieści małżeńskie**
18:00 **Tajemnice miłości**
19:00 **Zagadki losu**
20:00 **Papiery na szczęście** - serial
20:35 **Hotel Paradise**

FILM SENSACYJNY

21:35 **Zabójcza broń III** - film sensacyjny, USA, 1992, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Danny Glover, Joe Pesci, Rene Russo, Stuart Wilson, Steve Kahan, Darlene Love Riggs i Murtaugh prowadzą śledztwo w sprawie kradzieży broni z policyjnych magazynów.
00:05 **Sherlock Holmes: Gra cieni** - film sensacyjny, USA, 2011, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., Jude Law, Noomi Rapace, Rachel McAdams, Jared Harris, Stephen Fry
02:45 **Noc magii** - program ezoteryczny prod. Polska

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierwsza miłość **09:50** Pierścionek z rubinem **10:55** Ryzykanci **11:55** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Policjantki i Policjanci **16:55** Pierścionek z rubinem **18:00** Hawaje 5-0 **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Alex Cross **23:05** Underworld 2: Ewolucja Dalsze losy Seleny i Michaela dwojga sprzymierzonych wojowników, będących potomkami dwóch ras od wieków toczących śmiertelną walkę: wilkołaków i wampirów. **01:20** Anatomia głupoty według Richarda Hammonda: Sport **01:50** Śmierć na 1000 sposobów - program dokumentalny **02:50** Trans World Sport 2022 **03:55** SuperLudzie **05:30** Telezakupy

TV Trwam

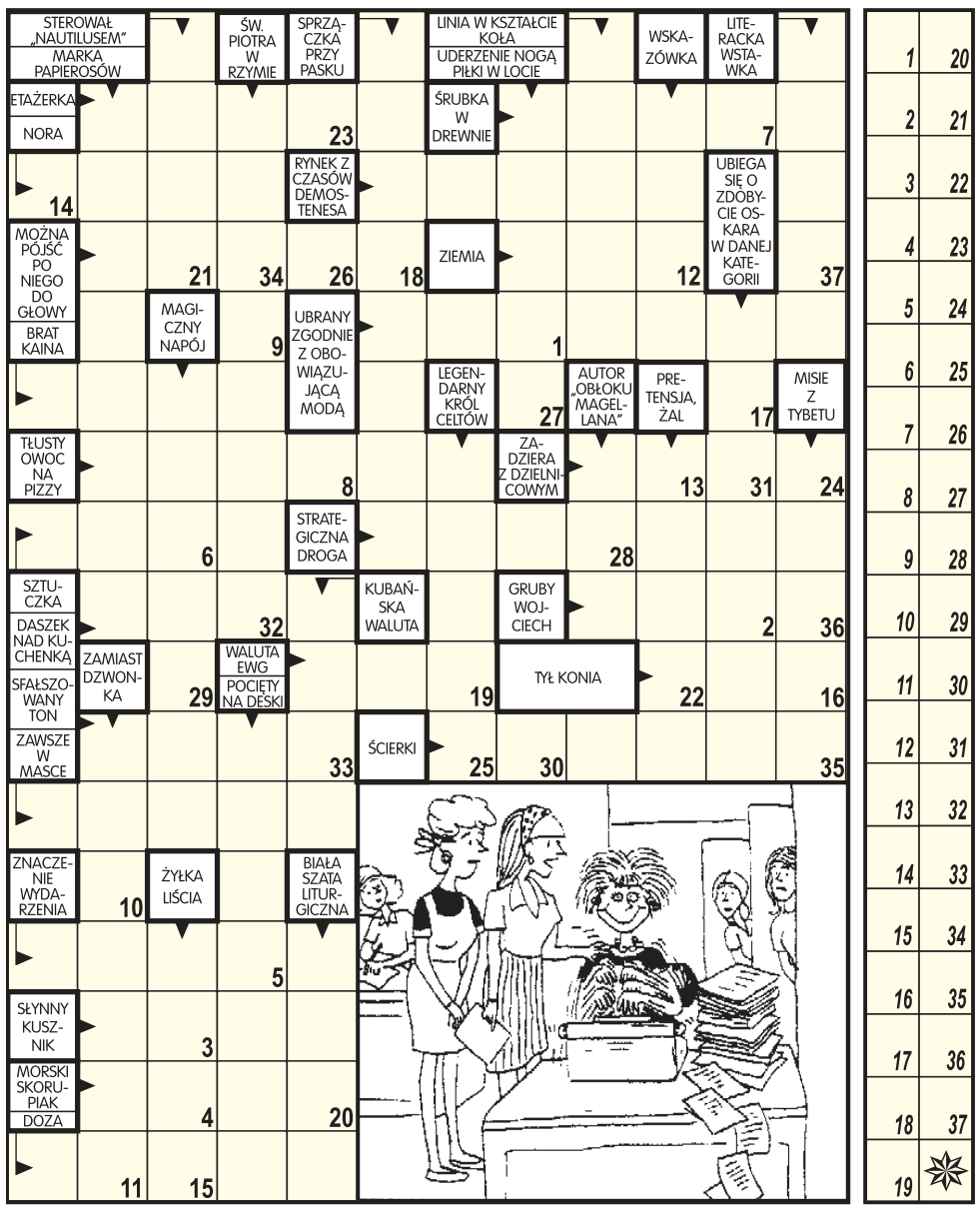
11:50 Słowo życia **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz **13:10** Sursum Corda **13:25** Święty na każdy dzień **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc **14:30** Wędrówka serca - życie ks. Henriego Nouwena **15:30** Albertynki **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Jestem mamą **16:25** Dom Paderewskiego w Ojczyźnie **16:55** Chcę żyć **17:10** Prosto o gospodarce **17:30** Zostań Żołnierzem RP **17:45** Muzyczne chwile **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Serce dla Ukrainy **21:00** Apel

eprasa.pl ca54ee0441

ROZRYWKOWE TO i OWO nr 281

Redaguje: Władysław Firlik

1. NERWOWA PRACA MASZYNISTKI



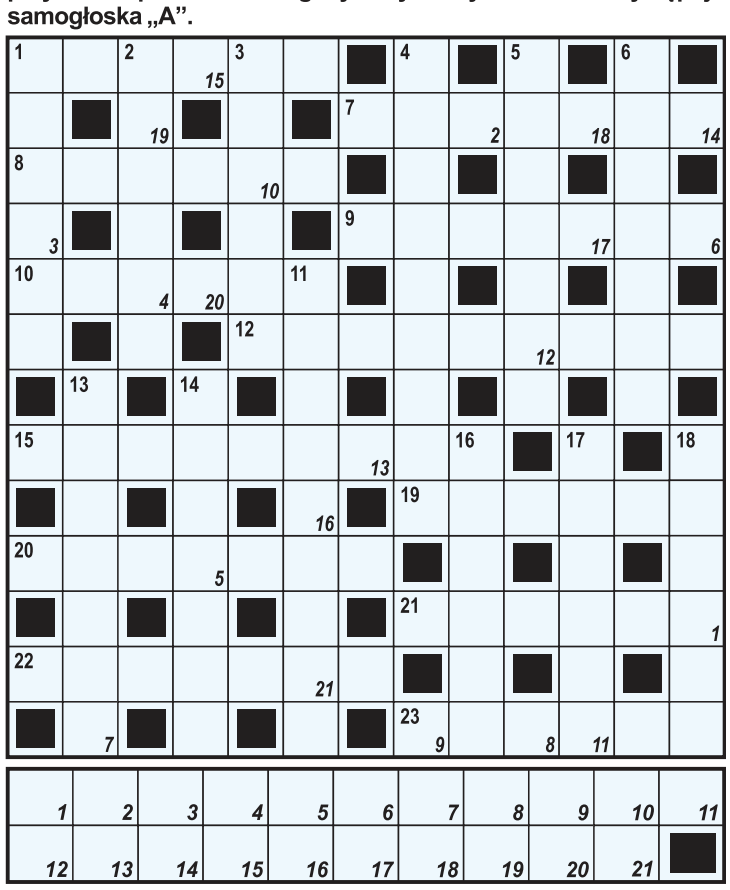
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 37 utworzą wypowiedź koleżanki.

2. KRZYŻÓWKA LIPOGRAMOWA

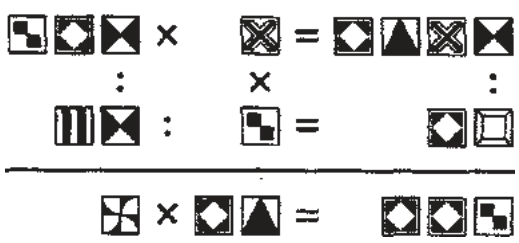
POZIOMO: 1) kędzior, 7) wróbel trzcinowy, 8) styl w pływaniu, 9) małoletni chłopiec lub dziewczyna, 10) wyspa na Morzu Egejskim, 12) przeciwieństwo mnożenia, 15) niżej od kapitana, 19) był nauczycielem Chopina, 20) np. „Quo vadis", 21) sprzysiężenie, zmowa, 22) obcowanie, wspólne życie z kimś, 23) polityk rzymski, przeciwnik Cezara.

PIONOWO: 1) historyczna dzielnica między Dniestrem a Bohem, 2) w teatrze za sceną, 3) wydarzenie zwykle małej wagi, 4) część budynku pod powierzchnią ziemi, 5) forma obrotu bezgotówkowego, 6) marcowy solenizant, 11) pomyślny los, 13) tytoniowy lub spirytusowy, 14) Amor, 16) herbaciany żaglowiec, 17) parlament w Izraelu, 18) szafran.

Litery z pól ponumerowanych dodatkowo od 1 do 21 utworzą przysłowie polskie. W odgadywanych wyrazach nie występuje samogłoska „A".



3. ALGEBRAF

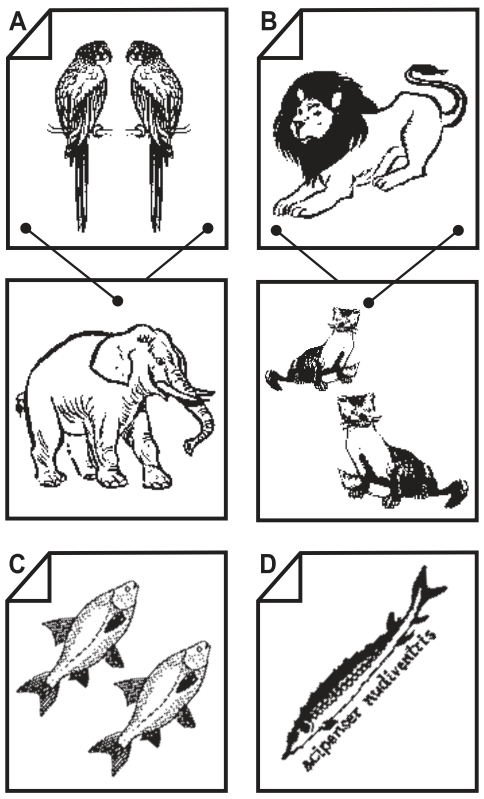


Wiedząc, że jednakowym symbolom odpowiadają jednakowe cyfry, a różnym symbolom - różne cyfry, należy wykonać działania matematyczne. W zadaniu nie występują cyfry 4 i 9.

4. HOMONIM

_ _ _ _ / _ _ terenie Polski
opływa miasta i wioski.
A gdy deszcz _ _ / _ _ _ _ leje,
ta przybiera i szaleje.

5. ZOO-SZYFROGRAF

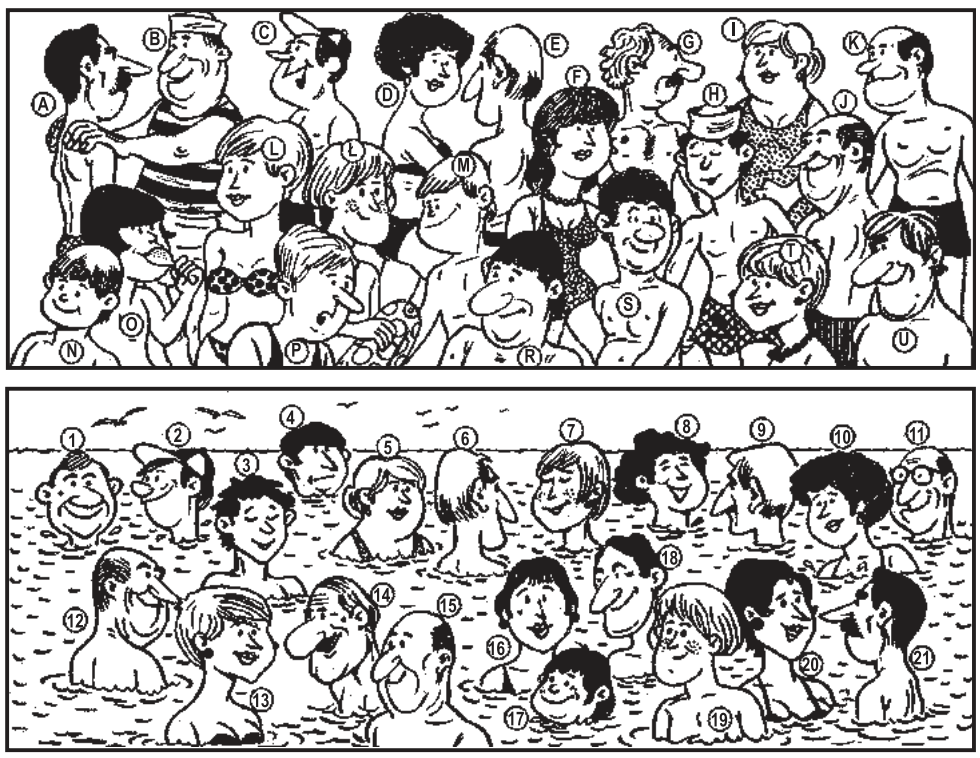


Odgadnięte znaczenia sytuacji rysunkowych i jednego rysunku należy wpisać obok liczby, a następnie litery przenieść do tabelki i odczytać przysłowie polskie.

A) 16__ 27__ 24__ 19__ / 7__ / 9__ 13__ ,
B) 23__ 6__ 25__ 11__ / 2__ 12__ 26__ ,
C) 20__ 1__ 17__ 15__ / 4__ 10__ 21__ 5__ 3__ 18__ ,
D) 22__ 14__ 28__ 8__ .

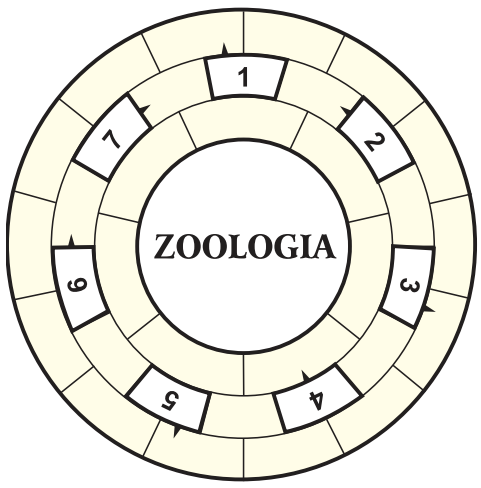
■	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26	27	28	■

6. W KILKA GODZIN PÓŹNIEJ



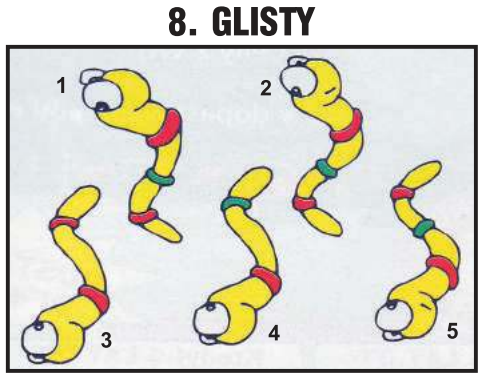
Spośród wielu osób na plaży (rys. górny), tylko 8 z nich spotkało się w kilka godzin później w Bałtyku (rys. dolny). Odszukajcie w morzu co najmniej 5 osób z górnej ilustracji łącząc litery z odpowiednimi numerami.

7. WIRÓWKA OBRAZKOWA



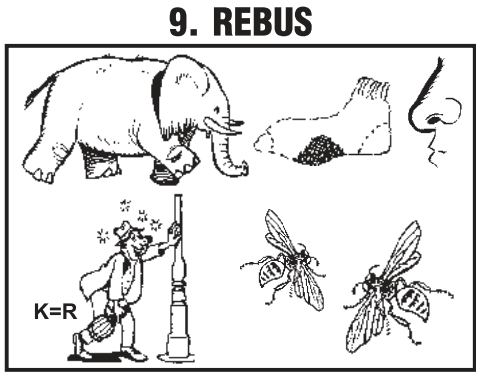
Wpisz do diagramu prawoskrętnie wszystkie nazwy rysunków tak, aby bezbłędnie powstało rozwiązanie tego zadania.

8. GLISTY



Znajdź dwie glisty identyczne.

9. REBUS



Początkowe litery: S. R. S. R.

ROZRYWKOWE TO i OWO
KUPON - 281

eprasa.pl ca54ee0441

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

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

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

OBWIESZCZENIE WOJEWODY MAZOWIECKIEGO

o zapewnieniu możliwości udziału społeczeństwa w trakcie przeprowadzenia ponownej oceny oddziaływania na środowisko przed wydaniem decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej

Działając na podstawie art. 33 ust. 1, w związku z art. 36 oraz 88 ust. 1 pkt 1 i w związku z art. 90 ust. 2 pkt 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2022 r., poz. 1049 ze zm.) informuję, że w tutejszym organie toczy się postępowanie w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: „Budowa drogi ekspresowej S7 na odcinku Płońsk – Czosnów, Odcinek II od węzła „Załuski" (z węzłem) do węzła „Modlin" (bez węzła)".

Inwestorem przedsięwzięcia jest Generalny Dyrektor Dróg Krajowych i Autostrad, działający przez pełnomocnika.

Organem administracji właściwym do wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej dla przedmiotowej inwestycji jest Wojewoda Mazowiecki, zaś organem właściwym do wydania postanowienia w sprawie uzgodnienia warunków realizacji przedsięwzięcia jest Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Warszawie.

Jednocześnie informuję o możliwości zapoznania się z niezbędną dokumentacją sprawy, możliwości składania uwag i wniosków w formie pisemnej, elektronicznej i ustnej do protokołu, w terminie **od 23 sierpnia 2022 r. do 22 września 2022 r.** w Wydziale Infrastruktury Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego w Warszawie, na pl. Bankowym 3/5 pok. 7 **po wcześniejszym umówieniu się telefonicznym pod nr 22 695-62-19. Osoby nie umówione nie będą obsługiwane.**

Czas przeznaczony na zapoznanie się z aktami wynosi 30 min i nie może zostać przedłużony.

Złożone uwagi i wnioski zostaną rozpatrzone przez Regionalnego Dyrektora Ochrony Środowiska w Warszawie przed uzgodnieniem warunków realizacji przedmiotowego przedsięwzięcia.

Zgodnie z art. 35 cytowanej ustawy informuje się, że uwagi i wnioski złożone po upływie terminu, o którym mowa wyżej, pozostawia się bez rozpoznania.

WI-I.7820.1.3.2021.MP

OBWIESZCZENIE STAROSTY NOWODWORSKIEGO

Na podstawie art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003r. - o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tj. Dz. U. 2022r. poz. 176) **zawiadamiam, że na wniosek Wójta Gminy Czosnów** ul. Gminna 6, 05-152 Czosnów **w dniu 19.08.2022r. została wydana decyzja Nr 433/2022** o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej polegającej na **budowie planowanej drogi gminnej – ul. Kwiatowej na odcinku od drogi gminnej nr 240105W - ul. Wiosennej do drogi gminnej nr 240929W – ul. Kwiatowej w miejscowości Cybulice Małe w gminie Czosnów wraz z budową kanału technologicznego oraz przebudową drogi gminnej nr 240105W – ul. Wiosennej w zakresie skrzyżowania** obejmującej niżej wymienione działki ewidencyjne lub ich części:

a. Nieruchomości będące własnością inwestora przeznaczone pod inwestycję:

Gmina Czosnów, obręb 0009 Cybulice Małe, działki nr ew.: 10/142, 37;

b. Nieruchomości lub ich części, z których korzystanie będzie ograniczone w związku z przebudową dróg innej kategorii - przebudowa drogi gminnej nr 240105W – ul. Wiosennej:

Gmina Czosnów, obręb 0009 Cybulice Małe, działka nr ew.: 351;

c. Nieruchomości lub ich części, z których korzystanie będzie ograniczone w związku z budową zjazdów:

Gmina Czosnów, obręb 0009 Cybulice Małe, działki nr ew.: 10/170, 10/156;

d. Nieruchomości lub ich części, z których korzystanie będzie ograniczone w związku z budową sieci uzbrojenia terenu – budowa kanału technologicznego:

Gmina Czosnów, obręb 0009 Cybulice Małe, działka nr ew.: 37;

oraz informuję o możliwości zapoznania się przez strony postępowania z treścią ww. decyzji w Wydziale Architektury i Budownictwa Starostwa Powiatowego w Nowym Dworze Mazowieckim, ul. I. Paderewskiego 1B, w godzinach pracy urzędu.

Stronami postępowania w sprawie są wnioskodawca, dotychczasowi właściciele oraz użytkownicy wieczyści nieruchomości objęci wnioskiem.

Od decyzji stronie przysługuje prawo do wniesienia odwołania do Wojewody Mazowieckiego, za pośrednictwem Starosty Powiatu Nowodworskiego. Zgodnie z art. 49 ustawy – Kodeksu postępowania administracyjnego (Dz. U. 2021r., poz. 735 ze zm.)- doręczenie uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia publicznego ogłoszenia.

Termin na złożenie odwołania wynosi 14 dni od dnia doręczenia decyzji. Publiczne ogłoszenie następuje w Starostwie Powiatowym w Nowym Dworze Mazowieckim, w Urzędzie Gminy Czosnów,w urzędowych publikatorach teleinformatycznych – Biuletynie Informacji Publicznej w/w urzędów, a także w Tygodniku Nowodworskim

STAROSTA
/-/ Krzysztof Kapusta

PRACA

dam pracę

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

Magazynier. Atrakcyjne wynagrodzenie 664473560
LEG 52614

Młodego mężczyznę do przyuczenia 664 473 560
LEG 52616

szukam pracy

- Szukam pracy jako pomoc w sklepie, okolice Nieporętu, Józefów 698543034
LEG 52637
- Zajmę się odprowadzaniem i przyprowadzaniem dzieci ze szkoły lub przedszkola, referencje, Legionowo, tel. 507456999
LEG 52628

AUTO-MOTO

sprzedam

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

ZDROWIE

przychodnie

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

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

inne

- Punkt bezpłatnego wypożyczania sprzętu rehabilitacyjnego (balkoników, kul, wózków) i rowerów w Dąbrowie Chotomowskiej, tel.: 608 063 017
LEG 52647

USŁUGI

remont i budowa

- Budowa domów, elewacje, wykończenia, poddasza, ogrodz. 603458182
PUL 52626
- Glazura solidnie 602670035
NDM 52645
- Kominki, kominy, czyszczenie działek rębakiem 602308926
PUL 52641
- Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757
LEG 52381
- Remonty mieszkań. Tanio i solidnie. Tadeusz. 508-074-201
NDM 52286

ZŁOTA RĄCZKA - usługi budowlane, hydrauliczne, elektryka, mniejsze i większe remonty. Szybko, tanio i solidnie. Referencje. 735953829
LEG 52638

ogrodnicze

- Wycinka drzew metodą alpinistyczną, sekcyjna wycinka drzew, przycinanie, prześwietlanie koron drzew, usuwanie martwych drzew, gałęzi, konarów, usługi rębakiem, zrębkowanie gałęzi oraz wywóz urobku 698-991-470
LEG 52579

naprawy

- Komputery - naprawa, dojazd, sprzedaż, nowe składane, skup 513820998
LEG 52283

finanse i prawo

- **Anna Święcka Prowadzenie Ksiąg Rachunkowych, Ksiąg Podatkowych, VAT, ZUS, Reprezentacja w US i ZUS, Wyprowadzenie zaległości podatkowych. tel:227743594, kom:605859559, e-mail:a.swiecka@wp.pl**
LEG 52365

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA
o I przetargu ustnym nieograniczonym
na sprzedaż działki położonej
w miejscowości Gnaty-Szczerbaki gm. Winnica
oznaczonej nr ewid. 83/1 o pow. 0,4999 ha

Gmina Winnica jest właścicielem działki położonej w miejscowości Gnaty-Szczerbaki gm. Winnica oznaczonej nr ewid. 83/1 o pow. 0,4999 ha dla której Sąd Rejonowy w Pułtusku prowadzi księgę wieczystą nr OS1U/00008554/0. Nieruchomość zbywana jest bez obciążeń.
- Nieruchomość jest niezabudowana. Według stanu w ewidencji gruntów działka stanowi grunty orne.
- Przeznaczenie nieruchomości: teren nie leży na terenie objętym miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego.
- **Termin zagospodarowania nieruchomości:** nie określa się terminu zagospodarowania nieruchomości.

Cena wywoławcza wynosi: 33 800,00 zł.
Wadium wynosi 3 380,00 zł.

Przetarg odbędzie się w dniu 26.09.2022 r. o godzinie 10.00 w sali konferencyjnej Urzędu Gminy w Winnicy, ul. Pułtuska 25, 06-120 Winnica

Ogłoszenie o przetargu zostało opublikowane na stronie internetowej Urzędu Gminy Winnica http://gminawinnica.pl/, w Biuletynie Informacji Publicznej http://bip.gminawinnica.pl oraz wywieszone na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Winnica, ul. Pułtuska 25, 06-120 Winnica.
Dodatkowe informacje na temat przetargu można uzyskać w Urzędzie Gminy w Winnicy, telefonicznie pod numerem (23)691-40-31 lub na stronie internetowej www.bip.gminawinnica.pl

WÓJT GMINY WINNICA
mgr Robert Wróblewski

UBEZPIECZENIA
Wiesława Nawrot

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

inne

- **Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582**
LEG 52403
- Elektryk - złota rączka 515010373
LEG 52617
- Przeprowadzki, transport, pomagam 729662211
LEG 52639
- Stolarnia 608-063-017
LEG 52646
- Własnymi siłami możesz postawić dom - pomogę, nauczę, przeprowadzę krok po kroku przez budowę. od techniki murowanej po technikę drewnianą, materiałami tanimi dostępnymi na wyciągnięcie ręki. 40 lat doświadczenia w branży. Zadzwoń i zapytaj o szczegóły, tel.: 608 063 017
NDM 52640

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

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam mieszkanie

- L-wo Osiedle Młodych 63,5m2, 3p. z czterech, do remontu, piwnica oraz garaż wolnostojący, tel. 504078484
LEG 52612
- L-wo ul. Zegrzyńska, M3, parter z ogródkiem i balkonem 602222431
LEG 52632

sprzedam dom

- Legionowo Przystanek, pow. mieszk. 94m2, gaz ziemny, woda miejska, działka 300 m2, tel. 797824950
LEG 52629
- L-wo, 220m2, działka 850m2, dom dwudziestoletni, murowany, wszystkie media 602222431
LEG 52633

sprzedam działkę

- Olszewnica Stara około 1000m2, prąd, gaz, wodociąg, 300zł/m2 do negocjacji 501833362
LEG 52594
- Sprzedam 4ha gm.Zatory 603458182
PUL 52625

do wynajęcia

- Do wynajęcia w Pułtusku mieszkanie dla kobiety b. tanio 509661909
PUL 52623

poszukuję do wynajęcia

- Szukam mieszkania do wynajęcia w Legionowie, wiarygodny płatnik tel. 509 607 023
LEG 52627

inne

DMK NIERUCHOMOŚCI

- Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie? Zgłoś się do nas. Zapewniamy kompleksową obsługę. Pomagamy w uzyskaniu kredytu.

784-611-270, 605-325-056
NDM 52475

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

eprasa.pl ca54ee0441

ROLNICTWO

sprzedam

■ Kombajn ziemniaczany i piec węglowy nieużywany 518-434-830
PUL 52631

ZWIERZĘTA

na 4 łapy

■ Enduro, to dużej wielkości ciekawski 2-latek, który wrócił po nieudanej adopcji. Psiak jest przyjacielski, pełen pozytywnej energii, ładnie dogaduje się z koleżanką z boksu. Chłopak chętnie zawiera nowe znajomości, lgnie do człowieka i zabiega o jego uwagę. Cudnie osmolony Enduro poleca się do kochania. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52643

■ Ewcia to niewielka, czerwcowa czarnulka, znaleziona na terenie Nowego Dworu Mazowieckiego. Sunia szybko przełamuje swoje obawy i otwiera się na człowieka. Dla kogo spragniona miłości i pieszczot Ewcia? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52642

■ Kalmar, to średniej wielkości 2-letni rudzielec, znaleziony 07.04.2022 na terenie Otwocka. Od tego czasu otworzył się na człowieka, lgnie do jego pieszczot. Ten wesoły chłopak potrafi bardzo ładnie chodzić na smyczy. Pokochaj Kalmara - zyskaj przyjaciela! Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52644

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

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

UROCZYSTOŚCI

organizacja imprez

RESTAURACJA LEGIONOWSKA

■ **RESTAURACJA LEGIONOWSKA; chrzciny, komunie, stypy, urodziny, uroczyste obiady, romantyczne kolacje, catering. Tel. 505-360-809, www.legionowska.pl**
LEG 52607

SPRZĘT IT

MATRYMONIALNE

KOMUNIKATY

RÓŻNE

■ **Kupię szklarnie do rozbiórki mnożarki, gotówka 515924866**
LEG 52390

■ Sprzedam duże drewniane rzeźby, kapliczki 601913597
LEG 52606

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

PRZYCHODNIA DLA ZWIERZĄT
lek. wet. MIROSŁAW KADO
specjalista chorób psów i kotów
ŁAJSKI ul. Nowodworska 93
tel.(cały czas) 22 782 22 82
602 237 021
RENTGEN CYFROWY, USG, EKG
LASER, ANALIZY KRWI,
CHIRURGIA, KRIOTERAPIA,
ULTRADŹWIĘKOWE USUWANIE KAMIENIA
WYDAWANIE PASZPORTÓW, CHIPY

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

ZGŁASZANIE AWARII I USZKODZEŃ ORAZ BIEŻĄCE INFORMACJE O AWARIACH PRACACH PLANOWYCH

PGE TEL. 991

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

POWIAT LEGIONOWSKI

Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
26.08.2022	Góra ul. Warszawska 21, 31, 44, 50 Janówek Drugi ul. Graniczna 22, 24, 32, 96, dz.36/8 ul. Kwiatowa 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 11, 13, 15, 17, 19, 19A, 20, 22, 22A, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 33, 34, 36, 36A, 38, 39, 40, 44, 45, 46, 48, 50, 57, 58, 59A, 61, 62, 63, 66, 67A, 68, 74, 75, 76, 77, 78, 78A, 80, 84, 85, 87, 89E, 94, 97, 99, 99 A, dz.99/4, dz.109; ul. Kwiatowa 9 ul. Żwirowa 13 ul. Sosnowa od 1 do 11 ul. Jagodowa ul. Brylantowa Trzciany ul. Liściasta 8, 10, 12	04-1275 (JANÓWEK DRUGI KWIATOWA), 04-0672 (JANÓWEK 2 PRZEJAZD PKP)	09:30-13:30

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

WYCINKA DRZEW METODĄ ALPINISTYCZNĄ
- SEKCYJNA WYCINKA DRZEW
- PRZYCINANIE PRZEŚWIETLANIE KORONY DRZEW
- USUWANIE DRZEW GAŁĘZI KONARÓW MARTWYCH
- USŁUGI RĘBAKIEM , ZRĘBKOWANIE GAŁĘZI ORAZ WYWÓZ UROBKU
698 991 470
Z PODNOŚNIKA • MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE • PROFESJONALNIE

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

MOTOKLINIKA
mgr inż. Zbigniew Książek
MECHANIKA I ELEKTRYKA SAMOCHODOWA WSZYSTKICH MAREK
Legionowo, Ul. Wrzosowa 11a
tel. 22 784 44 50, 504 688 558
www.motoklinika.auto.pl

eprasa.pl ca54ee0441

Wiedza o kryzysie i praca z emocjami ma ogromne znaczenie w sytuacji wojny

Kryzys związany z wojną za wschodnią granicą wpływa nie tylko na uchodźców, ale na każdego z nas - podkreśla dr Lidia Zabłocka-Żytka, psycholog, psychoterapeutka, naukowczyni z Instytutu Psychologii Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej.

O wojnie na Ukrainie jako sytuacji kryzysowej, a także o możliwych formach pomocy, ekspertka mówiła podczas konferencji Koła Naukowego Psychologii Traumy APS pt. „Wieloaspektowe ujęcie traumy, w obliczu wojny".

Jak podkreśliła, sytuacja kryzysu, jaką jest wojna, wpływa na ludzi bez względu na płeć, wiek, czy zawód. „W związku z kryzysem wojny możemy czuć bezradność i obniżenie sprawstwa" - powiedziała psycholog. „Wiedza o tym, że wojna może wpłynąć na każdego z nas - i o tym, jak może wpłynąć - może pomóc przeciwdziałać traumie, wtórnej traumatyzacji, głębokim zaburzeniom (…). To wsparcie informacyjne ma ogromne znaczenie, podobnie jak praca z emocjami" - podkreśliła ekspertka.

Sytuacja kryzysowa to sytuacja nowa, niepewna, wymagająca innych sposobów poradzenia sobie. Psychologowie i psychoterapeuci pracują z różnymi kryzysami od lat, mają też wypracowane sposoby wpierania osób ich doświadczających. Zabłocka-Żytka, powołując się m.in. na doświadczenia we współpracy z Grekami - którzy kryzysu uchodźczego doświadczyli w 2015 r. - przedstawiła modelowe wspieranie w obszarze zdrowia psychicznego. „Może i powinno być ono wykorzystywane w kryzysie uchodźczym, ale również w ogóle w kryzysie, związanym m.in. z wojną" - zaznaczyła.

Jako najważniejszy obszar wymieniła budowanie poczucie bezpieczeństwa „z wykorzystaniem zasobów pracowników wsparcia społecznego, osób różnych specjalności i wolontariuszy", niekoniecznie - specjalistów z obszaru zdrowia psychicznego. „Okoliczności wojny wpływają na naszą sferę poznawczą, wiążąc się z tym, że bardzo długo świat postrzegamy jako niebezpieczny. Częściej widzimy zagrożenie, jesteśmy zaskoczeni, że takie rzeczy mogą się dziać" - powiedziała psycholog.

Wpływa to m.in. na funkcjonowanie emocjonalne człowieka, powodując często natężenie trudnych emocji, w tym strachu, złości, poczucia winy. „Może to wpływać na sferę behawioralną - sprawiając, że czujemy się bezradni, nie wiemy co robić. Nie robimy nic. Działamy chaotycznie. Mamy poczucie obniżonego sprawstwa"- wymieniała.

Jako kolejny stopień budowania wsparcia w obszarze zdrowia psychicznego psycholog wymieniała wzmacnianie środowisk, w których funkcjonują osoby dotknięte wojną: ich rodzin, szkół czy miejsc pracy. Takie wsparcie nie zawsze wystarcza - czasami niezbędna jest pomoc specjalistyczna - zauważyła psycholog.

Jej zdaniem „część osób będzie potrzebowała wsparcia indywidualnego". Zastrzegła zarazem, że pomoc specjalistów np. lekarzy psychiatrów, psychologów oraz psychoterapeutów, znajduje się dopiero na czubku piramidy wsparcia zdrowia psychicznego. „Pierwsza kwestia to jest zapewnienie poczucia bezpieczeństwa" - podsumowała ekspertka APS.

W sytuacji, kiedy zachwiane jest poczucie bezpieczeństwa danej osoby, powinna być jej oferowana tzw. pierwsza pomoc psychologiczna (opisana na stronach Światowej Organizacji Zdrowia) oraz szeroko rozumiana edukacja. Pierwszej pomocy psychologicznej mogą udzielać osoby różnych profesji czy wolontariusze, którzy są stabilni emocjonalnie i wiedzą, gdzie i jak pokierować uchodźców. „Pierwsza pomoc psychologiczna to metoda pracy w pierwszym kontakcie z osobą, która ucieka od zagrożenia, niebezpieczeństwa - i polega na zapewnieniu opieki i wsparcia" - powiedziała ekspertka.

Chodzi o to, by w jasny sposób określić potrzeby osoby, która ucieka zza wschodniej granicy, i by zgodnie z tymi potrzebami dostarczyć jej podstawowych produktów, np. wody i żywności - ale też informacji. Jak podała ekspertka, bardzo pomocne w pomocy psychologicznej „są tzw. trzy L w jęz. angielskim: Look, Listen and Link – obserwuj, słuchaj uważnie i twórz/łącz/wspieraj. „W ramach pierwszej pomocy psychologicznej dajemy poczucie bezpieczeństwa, chronimy od zagrożenia, od krzywdy. Ze strony osób, które zapewniają tą pierwszą pomoc psychologiczną bardzo ważne jest, żeby zachować spokój" - podkreśliła

ekspertka z APS. Dodała, że ta forma pomocy może być realizowana przez każdego.

Jeśli chodzi o silne, trudne emocje, zdaniem dr Zabłockiej-Żytka pomocne może być narzędzie związane z pięcioma ćwiczeniami, które wpływają na radzenie sobie ze stresem (tzw. Emoction Aid). Jest to metoda nieterapeutycznego wsparcia w samoregulacji stresu także poza gabinetami terapeutycznymi. Psycholog podkreśla, że techniki te mogą być używane przez każdego, w dowolnym miejscu i czasie. „Może to być bardzo pomocne narzędzie, żeby opanowywać bardzo silne napięcie, by móc pracować dalej dla wszystkich, którzy mają kontakt z osobami potrzebującymi" - zaznaczyła dr Zabłocka-Żytka.

W przypadku bardzo silnego natężenia stresu (czyli maksymalne 10 w skali 0-10) przydaje się ćwiczenie nazywane „uściskiem motyla". Polega ono na naprzemiennym dotykaniu swoich ramion (26-28 razy), co pozwala wyciszyć się i stymulować ośrodkowy układ nerwowy. W zależności od tego, jak później szacowany jest poziom stresu u danej osoby, można wprowadzać kolejne kroki.

W kryzysie związanym z wojną ważne są też grupy wsparcia oraz indywidualna psychoterapia. „Przy poczuciu bezradności, obniżonym poczuciu sprawstwa, bardzo ważna jest aktywizacja" - zaznaczyła psycholog. Dodała, że chodzi o aktywizację uchodźców, ale też o grupy samopomocowe i wolontariuszy. „My również, radząc sobie z niepewnością, próbujemy działać, np. włączając się w działania wolontarystyczne. Może to być dla nas pomocne i wpływać na nasze poczucie sprawstwa i zmniejszenie poczucia bezradności" - zauważyła dr Lidia Zabłocka-Żytka.

Organizowane są różne grupy wsparcia, np. tematyczne dla kobiet lub nastolatków, dla uchodźców, ale też dla osób pomagających. „Można się tam dzielić wiedzą i doświadczeniem. To może być dobra forma obniżenia napięcia i lęku" - zauważyła ekspertka. Aby z kryzysu nie przejść w traumę bardzo istotne jest – jak mówiła - aby „otrzymywać wsparcie, być w jakiejś grupie, czuć przynależność, czuć, że ktoś jest „ze mną i obok mnie".

Ekspertka podkreśla, że grupy wsparcia powinny być moderowane i kierowane przez specjalistę. „Jest tam wiele silnych emocji. A w pracy z silnymi emocjami w grupie powinien być ktoś stabilny, kto dobrze radzi sobie z emocjami. Wtedy może wspierać te osoby, które zmagają się z silnymi i trudnymi emocjami" - mówiła ekspertka.

Zaznaczyła, że czasami w pracy z silnymi emocjami potrzebna jest terapia indywidualna, stanowiąca końcowy fragment piramidy dot. ochrony zdrowia psychicznego. „Jest ona niezbędna, kiedy w związku z doświadczeniem konfliktu zbrojnego uaktywniają się zaburzenia lękowe, PTSD (syndrom stresu pourazowego)" - wymieniła ekspertka. Dodała, że niezbędna jest ona także wobec osób, które przyjeżdżają z wcześniejszym doświadczeniem kryzysu psychicznego, z niepełnosprawnościami, których trudności pojawiły się przed wojną".

„Psychoterapia bywa niezbędna, gdy nakładają się kryzysy" - dodała ekspertka. Osoby, które przyjeżdżają do Polski, przeżywają kryzys uchodźczy, ale część z nich ma od lat dodatkowe kryzysy, np. w związku, związane z rozwodem czy innym problemem relacyjnym.

Jej zdaniem specjaliści zdrowia psychicznego pracujący z uchodźcami będą mieć coraz częściej do czynienia również z doświadczeniem żałoby, która dotyczy nie tylko straty osoby, ale i dawnego życia, mieszkania, mienia, zwierzęcia, zdrowia.

PAP-Nauka w Polsce

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

eprasa.pl ca54ee0441

PAŁAC W JABŁONNIE
#poczujnaszahistorie

KONCERT

TANGO MYCH MARZEŃ I SNÓW

Gang Tango & Kaja Mianowana

28.08. niedziela

19:00

SALA BALOWA

NORMALNY: 120 ZŁ

ULGOWY: 80 ZŁ

KUP BILET:

NA MIEJSCU W GODZ. 10-18

ON-LINE: WWW.BILETYNA.PL

REZERWACJE:

INFO@PALACJABLONNA.PAN.PL

+48 509 081 438 / 535 585 661

Wykonawcy:

Anna Wandtke - skrzypce

Piotr Kopietz - bandoneon

Mirosław Feldgebel - fortepian

Sebastian Wypych - kontrabas

Kaja Mianowana - śpiew

eprasa.pl ca54ee0441

LEONCIN

Aktywność bez barier

Współpraca organizacji pozarządowych z Leoncina to przykład wzorowej relacji i korzyści dla obu stron. Stowarzyszenie Enjoy Leoncin i Fundacja A kuku pracują na rzecz społeczności lokalnej od 2017 roku, kiedy to ich drogi skrzyżowały się na terenie gminy. Od kiedy Fundacja prowadzi Warsztat Terapii Zajęciowej w Sercu Kampinosu na terenie Górek, wspólnych działań przybywa

O początku sierpnia uczestnicy WTZ pod okiem instruktorki ze Stowarzyszenia Enjoy Leoncin pani Małgorzaty Rychter i instruktorów z WTZ spacerują z kijami Nordic Walking po Puszczy Kampinoskiej. Jest to możliwe dzięki dotacji, które Stowarzyszenie Enjoy Leoncin otrzymało od Samorządu Województwa Mazowieckiego na realizację zadania „Jesteśmy aktywni". Odpowiednio dobrane trasy, ćwiczenia oraz uniwersalność techniki daje uczestnikom możliwość aktywności na świeżym powietrzu, radość ze wspólnych wypadów do lasu oraz poprawę formy zarówno fizycznej jak i psychicznej.

Kampinoski Park Narodowy objął projekt patronatem

Puszcza okazała się przyjazna i bez barier dla osób z niepełnosprawnościami, pokazała swoją terapeutyczną moc. Trasy są tak zaplanowane, by każdy uczestnik WTZ mógł ja przebyć samodzielnie lub z pomocą instruktorów. Słowa uznania należą się Małgorzacie Rychter, instruktorce Nordic Walking, która po ukończeniu kursu dalej doskonali swoje umiejętności oraz zgłębia tajemnice Puszczy. Rezultatem projektu oprócz zajęć dla osób z niepełnosprawnościami, a po wakacjach z uczniami leoncińskich szkół, będzie również broszura z trasami do uprawiania Nordic Walking ze zdjęciami oraz opisami interesujących miejsc, które można spotkać spotkać po drodze.

Od pasji - do instruktora Nordic Walking

Swoją przygodę pani Małgorzata rozpoczęła dwa lata temu. Jest jedną z założycielek grupy

„Z kijami po Puszczy". Mieszkanki i mieszkańcy gminy spotykają się co tydzień, by razem maszerować w Stylu Nordic Walking po Kampinoskim Parku Narodowym. Potem zrodził się pomysł projektu i zrobienia uprawnień instruktora. - *Nordic Walking daje mi motywację do aktywności i dawania innym przykładu, że ten rodzaj spacerów nie ma ograniczeń - ani wieku ani sprawności. Cieszę się, że mogę przekazać swoją energię ludziom, którzy z tak wielkim zaangażowaniem włączają się w ćwiczenia* – mówi nam Małgorzata Rychter.

Po zakończeniu projektu uczestniczy otrzymają czapeczki z logo projektu, będzie wspólne ognisko i te chwile pozostaną we wszystkich na zawsze, a wzbogaceni o nowe doświadczenia spotkają się zapewne przy następnym projekcie. Powiedzenie razem można więcej nabiera tu realnego wymiaru.

Marzena Dobraczyńska

POMIECHÓWEK

Osobista kronika wizualna Sylwii Regulskiej

W piątkowe popołudnie, 12 sierpnia 2022 r. w Bibliotece Publicznej Gminy Pomiechówek odbył się wernisaż obrazów Sylwii Regulskiej

Młoda artystka, studentka Wydziału Konserwacji i Restauracji Dzieł Sztuki warszawskiej Akademii Sztuk Pięknych zaprezentowała 28 prac stanowiących przegląd jej umiejętności i dotychczasowej drogi artystycznej.

Dyrektor biblioteki Ewa Mróz, przedstawiając artystkę wspomniała także o jej poza artystycznych zainteresowaniach, a mianowicie pracy w Stowarzyszeniu Promocji Wolontariatu jako koordynatorki wymiany międzynarodowej. To poprzez to działanie od ponad 6 lat w Bibliotece gościmy wolontariuszki z zagranicy.

Na wystawie, licznie zgromadzeni goście mogli oglądać prace starsze, z okresu liceum jak i najnowsze. Zebrane obrazy to przegląd różnych technik (prace olejne, tempery, rysunki węglem, akryle) oraz tematów i twórczych inspiracji.

Szczególną uwagę zwracał portret „*The Ring Lady*" olej na płótnie wykonany w 2017 r. przedstawiający starszą kobietę, Borneankę, seniorkę roku z grupy etnicznej Bidayuh oraz obrazy wykonane na studiach tzw. kopie i interpretacje. To prace zgłębiające techniki charakterystyczne dla danej epoki np. „*Pejzaż barokowy holenderski*" i „*Pejzaż renesansowy*" czy prace polegające na próbie uchwycenia charakterystycznego stylu danego artysty np. *„Portret wg Henryka Siemiradzkiego"*

Obecna wystawa jest pierwszą indywidualną wystawą Sylwii Regulskiej i bardzo cieszy fakt, że właśnie pomiechowską bibliotekę publiczną wybrała na swój artystyczny debiut.

Obrazy można oglądać w godzinach pracy biblioteki do 2 września 2022 r.

Zapraszamy serdecznie!

BP Gm. Pomiechówek

eprasa.pl ca54ee0441

XVII Legionowski Festiwal Muzyki Kameralnej i Organowej

2022

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

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

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

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

21 sierpnia
godz. 16.30
Jan Bokszczanin – organy
recital organowy

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

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

Dyrektor artystyczny: prof. dr hab. Jan Bokszczanin

organizatorzy

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

patronat honorowy

Romuald Kamiński
Biskup Warszawsko-Praski

patronat medialny

toiowo
idziemy
MIEJSCOWA na weekend
TV

eprasa.pl ca54ee0441

Odkrywali Twierdzę Modlin

Miłośnicy historii, militariów i poszukiwacze historycznych artefaktów spotkali się w miniony weekend w Twierdzy Modlin. Przez trzy dni (od 19 do 21.08) trwały Dni Twierdzy Modlin oraz Zlot Detektorów. Atrakcji nie brakowało

Wydarzenie zorganizowała **Fundacja Nasza Historia i Spółka Modlin sp. z o.o.** – właściciele kompleksu koszar obronnych. Współorganizatorem Zlotu Detektorystów i partnerem wydarzenia było **Stowarzyszenie Historyczno-Badawcze – TRIGLAV.**

Już w piątek można było zwiedzać teren Twierdzy Modlin i budynku koszar po zachodzie słońca. W sobotę zwiedzający co godzinę mogli wejść z przewodnikiem na teren dziedzińca koszar. W strefie Wieży Czerwonej odbywał się z kolei Piknik Militarny. Na gości czekały pokazy sprzętu wojskowego przygotowane przez żołnierzy i rekonstruktorów. Każdy mógł z bliska przyjrzeć się, a nawet wsiąść do licznych pojazdów. Największym zainteresowaniem zarówno dzieci, jak i dorosłych cieszył się... czołg. Równie chętnie przymierzano żołnierski ekwipunek oraz strzelano do tarczy. Na uczestników imprezy czekały stoiska m.in. Muzeum Kampanii Wrześniowej i Twierdzy Modlin, Odziału PTTK w Nowym Dworze Mazowieckim czy Mazowieckiej Regionalnej Organizacji Turystycznej. Dzień później, w niedzielę, odbył się piknik rodzinny z atrakcjami dla dzieci.

Do Twierdzy, na Zlot z całej Polski zjechali detektorzy, którzy przy pomocy wykrywaczy metali penetrowali wyznaczony teren. Poszukiwaczom, którzy odkopali najbardziej cenne znaleziska, zostały wręczone nagrody. Pierwsze miejsce zajął Maciej Malewicz, któremu udało się odnaleźć Licznyj znak 4. roty, 3 pułk grenadierów artylerii Nowogieorgiewsk (Twierdza Modlin). 2. miejsce zajął Łukasz Kloch, którego znaleziskiem był rewolwer oraz 3. miejsce Norbert Sieradzki, który wykopał orzełka Legionów Polskich oraz orzełki wz 19.

red.

Przedstawiciele Stowarzyszenia Historyczno-Badawczego Triglav na Zlocie Detektorów

SHB Triglav

eprasa.pl ca54ee0441

PIŁKA NOŻNA

Czwarte zwycięstwo z rzędu: Świt wciąż liderem

W minionym tygodniu piłkarze Świtu Nowy Dwór Mazowiecki rozegrali dwa spotkania, z Ursusem Warszawa i Bronią Radom. Podopieczni trenera Mariusza Miecznikowskiego dwukrotnie triumfowali, przedłużając zwycięską passę i utrzymując się na fotelu lidera

Zwycięstwo z Traktorkami

W środę 17 sierpnia Biało-zieloni podejmowali na własnym stadionie Ursusa Warszawa. Rywale Świtu rozpoczęli sezon od remisu 2:2 z Błonianką Błonie i zwycięstwa nad Bronią Radom 3:2. Dotychczasowe wyniki obu ekip zapowiadała wyrównany pojedynek.

Jednak to nowodworzanie dominowali na boisku od pierwszego gwizdka sędziego, spychając gości do głębokiej obrony. Częściej znajdowali się pod bramką rywali i stwarzali sobie sytuacji strzeleckie. W 14. minucie piłka uderzona głową przez **Jana Nawotczyńskiego** trafiła w słupek, wywołując jęk zawodu na trybunach.

Wynik tego pojedynku otworzył w 40. minucie **Kamil Wiśniewski**. Pomocnik Świtu po otrzymaniu prostopadłego podania znalazł się w sytuacji sam na sam z bramkarzem Ursusa. **Wiśnia** zachował zimną głowę i celnym strzałem umieścił piłkę w siatce.

Jeszcze przed przerwą nowodworzanie prowadzili 2:0. **Arkadiusz Ciach** znalazł się z piłką na 11. metrze i płaskim strzałem po ziemi, umieścił futbolówkę w bramce.

Po zmianie stron to Świt był nadal stroną przeważającą. W 56. minucie Biało-zieloni wznawiali grę z rzutu wolnego. **Łukasz Sosnowski** dograł piłkę idealnie na głowę **Ciacha**, który po raz drugi tego dnia pokonał bramkarza Ursusa, podwyższając prowadzenie na 3:0. Kiedy napastnik opuszczał plac gry w 67. minucie był żegnany gromkimi brawami

Biało-zieloni mieli jeszcze kilka dogodnych okazji do powiększenia prowadzenia, ale wynik ostatecznie nie uległ zmianie, a 3 punkty pozostały w Nowym Dworze.

- Zagraliśmy całkiem niezły mecz. Stworzyliśmy dość dużo sytuacji, żeby zdobyć trzy bramki. Mogliśmy więcej, ale jesteśmy zadowoleni z tego wyniku. Nasza gra jest coraz bardziej płynna. Z meczu na mecz zawodnicy co raz lepiej funkcjonują na boisku. Trochę obawialiśmy się przeciwnika, który nie przegrał w pierwszych dwóch kolejkach. Przestrzegaliśmy zawodników, że muszą podejść do tego pojedynku z odpowiednim nastawieniem. To się udało. Drużyna pokazała charakter i waleczność – powiedział po meczu **trener Miecznikowski**.

Wyjazdowe zwycięstwo z Bronią

Nowodworzanie nie mieli zbyt wiele czasu na regenerację. Już w sobotę 20 sierpnia udali się do Radomia, gdzie zmierzyli się z zajmującą 3. miejsce Bronią. Gospodarze głośno wyrażali nadzieję, że lider przyjedzie do Radomia i tam pozostanie.

Od początku było to niezwykle wyrównane spotkanie. Pierwsi do otwarcia wyniku mieli okazje nowodworzanie po uderzeniu **Ciacha**. Jednak to podopieczni **trenera Pulkowskiego** w 11. minucie wyszli na prowadzenie.

Bramkarza Świtu **Michała Kota** uderzeniem pod poprzeczkę pokonał **Marcin Szymczak**.

W 26. minucie sędzia wskazał na wapno, po tym jak w polu karnym został sfaulowany jeden z zawodników Świtu. Rzut karny na bramkę zamienił **Ciach,** mimo że ta odbiła się jeszcze od nogi interweniującego golkipera.

Jak się okazało był to punkt zwrotny w całym spotkaniu. Chwile później arbiter wyrzucił z boiska piłkarza gospodarzy **Wojciecha Kalinowskiego** za faul w środkowej strefie boiska.

W 38. minucie **Kamil Wiśniewski** dostał dobre podanie za plecy obrońców i w sytuacji sam na sam z bramkarzem, dał Świtowi prowadzenie 2:1. W przerwie czerwoną kartkę otrzymał trener gospodarzy po tym jak wdał się w dyskusje z arbitrem zawodów.

Po przerwie gospodarze ruszyli do ataku chcąc doprowadzić do wyrównania. Dobrze interweniował jednak **Kot,** zatrzymując radomian.

W 65. minucie na boisku pojawił się **Jewhen Radionow**, który zaliczył „wejście smoka". Po rzucie rożnym bramkarz gospodarzy wypiąstkował piłkę poza pole karne. Na 20. metrze dopadł do niej 32-letni napastnik i uderzeniem zza „16" umieścił ją w siatce, podwyższając prowadzenie na 3:1.

W końcówce spotkania po zamieszaniu pod bramką gospodarzy zupełnie niepilnowany z piłką znalazł się **Sebastian Cuch**, który ustalił wynik rywalizacji na 4:1.

Tym samym lider pojechał i wrócił z Radomia do Nowego Dworu. Po 4 kolejkach Świt ma na swoim koncie komplet zwycięstw i przewodzi ligowej stawce. Następny mecz podopieczni trenera Miecznikowskiego rozegrają 27 sierpnia. Podejmą wówczas na własnym stadionie zespół Błonianki Błonie. Początek tego spotkania o godzinie 17:00.

Świt Nowy Dwór – Ursus Warszawa 3:0 (2:0)

Bramki:

40` Wiśniewski, 45` 56` Ciąch.

Świt:

Kot – Zborowski, Kamiński, Cuch, H. Michalik – Basiuk (70` Tkaczyk), Sosnowski (70` B. Michalik), A. Yampol – Nawotczyński (78` Buczkowski), Wiśniewski (70` Kowalczyk), Ciach (67. Radionow).

Broń Radom – Świt Nowy Dwór 1:4 (1:2)

Bramki:

11` Szymczak – 28; Ciach, 38` Wiśniewski, 64` Radionow, 82` Cuch.

Świt:

Kot – Zborowski, Kamiński, Cuch, H. Michalik – Basiuk, B. Michalik, A. Yampol – Y. Yampol, Wiśniewski, Ciach.

Wojciech Lewandowski

PIŁKA NOŻNA

Dotkliwa porażka Żbika

W niedzielne popołudnie (21 sierpnia) piłkarze Żbika Nasielsk rozegrali pierwsze domowe spotkanie w sezonie 2022/2023. Ich rywalem w ramach 2 kolejki V ligi gr. mazowieckiej I był MKS Ciechanów. Na pierwsze domowe zwycięstwo kibice będą musieli jeszcze poczekać

Pojedynek lepiej rozpoczął się dla drużyny gości. W 7. minucie jeden z nasielszczan faulował zawodnika z Ciechanowa we własnym polu karnym. Sędzia bez wahania podyktował jedenastkę, którą na bramkę zamienił **Łukasz Barankiewicz**.

Po chwili przyjezdni prowadzili już 2:0. W 15. minucie po zamieszaniu w polu karnym **Barankiewicz** pokonał **Kotleszkę** po raz drugi, uderzając tuż pod poprzeczkę. Zespół z Ciechanowa całkowicie zdominował nasielszczan, kontrolując przebieg tego spotkania.

Po przerwie sytuacja nie uległa zmianie. Zielono-czerwoni wprowadzali na boisko kolejnych zawodników, ale na niewiele się to zdało. W 52. minucie bramkę kontaktową zdobył **Krzysztof Ząbczyk**, wlewając nadzieję w serca kibiców przybyłych tego dnia na stadion w Nasielsku. Najbliżej strzelenia drugiej bramki dla Żbika był **Marek Osiński,** lecz piłka uderzona z ostrego kąta poszybowała wysoko nad bramką.

W 75. minucie hat-tricka skompletował **Barankiewicz**, podwyższając prowadzenie gości na 3:1. W samej końcówce spotkania w wyniku nieporozumienia z obroną **Kotleszka** musiał faulować atakującego zawodnika gości. Z nadzieją na kolejne trafienie do piłki podszedł **Barankiewicz**, ale golkiper Żbika wyczuł intencje strzelającego i wybronił strzał.

Nie był to najlepszy mecz wykonaniu gospodarzy i niestety trzeba to przyznać, że zasłużenie przegrali to spotkanie. Muszą wyciągnąć wnioski z tej porażki i jak najszybciej o niej zapomnieć.

Następne ligowe spotkanie nasielszczanie rozegrają na wyjeździe. W sobotę 27 sierpnia w ramach 3. kolejki ligowej zmierzą się z Drukarzem Warszawa. Warszawianie podobnie jak Żbik mają na swoim koncie porażkę z KTS-em Weszło 0:6 i zwycięstwo nad rezerwami warszawskiej Polonii 1:0.

Żbik Nasielsk – MKS Ciechanów 1:3

Bramki: 52` Ząbczyk - 7` 15` 75` Barankiewicz.

Żbik:

Kotleszka – Ząbczyk (80` Kaczorek), Zalewski, Macias, Rutkowski (45` Bieliera) – Stańczak, Adamski (80` Branicki), Osiński (85` Chołody), Bramowicz, K. Sękulski (65` Walczak) – Gałązka (60` Morwaski).

Wojciech Lewandowski

eprasa.pl ca54ee0441

NOWY DWÓR MAZ.

Lato z NOSiR na sportowo

Od 11 lipca do 5 sierpnia na obiektach Nowodworskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji organizowane były sportowe półkolonie dla dzieci z nowodworskich szkół podstawowych. Łącznie w czterech, jednotygodniowych turnusach wzięło udział 230 dzieci

Młodzi uczestnicy mieli okazję popluskać się w basenie, poznać zasady i zagrać m.in. w tenisa ziemnego z panem Stanisławem Życieńskim, poznać podstawy boksu z trenerami z Klubu Bokserskiego Nowy Dwór Mazowiecki, złapać „bakcyla" na naukę gry tenisa stołowego, którego zajęcia prowadzili trenerzy z KTS Nowy Dwór Mazowiecki.

Ponadto,„półkoloniści"każdorazowo uczestniczyli w pokazie zasad udzielania pierwszej pomocy, które prowadzili młodzi druhowie z Młodzieżowej Drużyny Pożarniczej im. Druha Edmunda Witolda Kuty, działającej przy OSP Nowy Dwór Mazowiecki.

O pracy i zawodzie funkcjonariusza policji oraz zasadach bezpiecznego poruszania się ulicą opowiadała podkom. Joanna Wielocha z Komendy Powiatowej Policji w Nowym Dworze Mazowieckim, której towarzyszył również czworonożny funkcjonariusz – owczarek beligijski Mirt. O bezpieczeństwie nad wodą i zasadach udzielania pierwszej pomocy opowiedzieli druhowie z OSP – Ratownictwo Wodne, którym towarzyszył również czworonożny druh - labrador Maks.

Animatorzy z DL Events za każdym razem zapewniali młodym uczestnikom dawkę rywalizacji w postaci różnego rodzaju konkurencji, a w piątki każdy mógł wyszaleć się w dmuchanej rakiecie i posilić się watą cukrową. Zajęcia odbywały się od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-16:00, pod czujnym okiem instruktorów.

Celem akcji było propagowanie aktywnych form spędzania wolnego czasu wśród dzieci i młodzieży, promocja bezpiecznych zachowań podczas wypoczynku, szerzenie poprzez zajęcia sportowe wartości takich jak: tolerancja, solidarność, praca w zespole oraz stosowanie zasad fairplay, a także uzupełnienie działań prowadzonych w ramach programu profilaktyki uzależnień.

Tekst i foto: **Ewa Gruszka, NOSIR**

eprasa.pl ca54ee0441