



KTO WYGRAŁ
WYBORY? \5



POLACY MIELI
LEPSZĄ OFERTĘ \8



DEBATOWALI
O HISTORII \9



JEDZMY
OLIWKI! \15

PIĄTEK-NIEDZIELA
|26-28|04|2024|

GAZETA WEEKEND OLSZTYŃSKA

GAZETA WARMII I MAZUR

cena 4,99 zł (w tym 8% VAT)



SPORT
CODZIENNIE



175 TYSIĘCY DOLARÓW
W PULI \18



ELBLĄG WSZYSTKO
ZAPLANOWAŁ \20



W OLSZTYNIE STOMIL
ZAGRA Z REZERWĄ \21

ISSN 0137-9127



ROBERT SZEWCZYK: OLSZTYN TO GRA ZESPOŁOWA

CZYTAJ
NOWY
PORTAL

WARSZAWA • RADOM • PŁOCK • OSTROŁĘKA • ŁÓMŻA • SIEDLCE



wawa.info

KALENDARIUM TYGODNIA

95 mld dolarów dla Ukrainy, Izraela i Tajwanu



Ministerstwo Obrony Ukrainy

Amerykański Senat przegłosował we wtorek wieczorem pakiet środków na wsparcie Ukrainy, Izraela i Tajwanu o wartości 95 mld dolarów. Długo oczekiwana ustawa trafi teraz na biurko prezydenta, który zapowiedział, że natychmiast ją podpisze, a sprzęt na Ukrainę trafi w ciągu kilku dni.

Ustawę przyjęto przeważającą większością głosów z poparciem większości senatorów obydwu partii, stosunkiem głosów 79-18. Przeciwno głosowało trzech krytycznych wobec Izraela Demokratów (Jeff Merkley, Peter Welch i Bernie Sanders) i 15 Republikanów, część z których zagłosowała przeciwko, bo domagała się włączenia do ustawy restrykcji imigracyjnych. Decyzja Senatu wieńczy trwający od ponad pół roku spór o pomoc dla Ukrainy.

Ustawa zapewni 60,8 mld dol. środków na wsparcie wojskowe i gospodarcze Ukrainy, 26 mld na uzbrojenie dla Izraela i pomoc humanitarną dla Palestyńczyków, 8 mld na zakup broni dla Tajwanu oraz wzmocnienie bezpieczeństwa w regionie Indo-Pacyfiku. Dodatkowo w ustawie znalazł się szereg uprawnień do nałożenia dodatkowych sankcji na Iran i Rosję, przepisy upoważniające prezydenta do przeznaczenia zamrożonych rosyjskich aktywów (4-5 mld dol.) na pomoc Ukrainie, oraz ustawa, która ma zmusić chińskiego właściciela TikToka do sprzedaży aplikacji w ciągu 12 miesięcy.

„Dziś po ponad sześciu miesiącach ciężkiej pracy, wielu zwrotach i zakrętach, Ameryka wysłała sygnał do całego świata: nie odwrócimy się od naszych sojuszników. Mówimy naszym przeciwnikom: nie zadzierajcie z nami. Mówimy światu: Stany Zjednoczone zrobią wszystko, by zabezpieczyć demokrację i nasz sposób życia” – powiedział przed głosowaniem lider Demokratów w Senacie Chuck Schumer, nazywając ustawę jedną z najważniejszych, jakie Kongres przyjął w ciągu ostatnich lat.

Jego republikański odpowiednik Mitch McConnell podobnie stwierdził, że wtorkowe głosowanie było jednym

z najważniejszych głosów, jakie oddał w swojej karierze każdy z obecnych senatorów. Podczas konferencji prasowej oznajmił też, że jego partia „doszła do siebie” po „izolacjonistycznym momencie”. Przyznał jednocześnie, że „nie ma wątpliwości”, że spowodowana przez jego kolegów partyjnych wielomiesięczna zwłoka zaszkodziła zarówno Ukrainie, jak i interesom Ameryki.

Pakiet trafi wkrótce na biurko prezydenta Bidena, który zapowiadał, że podpisze ustawę wśród i niedługo potem ogłosi przekazanie nowej transzy uzbrojenia dla Ukrainy. Z zapowiedzi Pentagonu i Białego Domu wynika, że w pierwszym pakiecie – który ma zawierać sprzęt o wartości 1 mld dol – znajdzie się amunicja artyleryjska i rakiety obrony powietrznej. Jak powiedział PAP republikański senator Dan Sullivan z komisji ds. zbrojnych, Ukraina – zgodnie z przepisami nowej ustawy – ma również otrzymać rakiety balistyczne ATACMS o zasięgu 300 km.

Sunak i Stoltenberg w Polsce



PAP

Ogłoszenie kolejnego pakietu wsparcia – amunicji, obrony przeciwlotniczej i innych możliwości odpowiedzi na ataki – pokazuje ogromne zaangażowanie Wielkiej Brytanii w pomoc Ukrainie – ocenił w Warszawie sekretarz generalny NATO Jens Stoltenberg.

Premier Wielkiej Brytanii Rishi Sunak oraz sekretarz generalny NATO Jens Stoltenberg, przy okazji wizyty w Polsce, odwiedzili 1. Warszawską Brygadę Pancerną im. gen. Tadeusza Kościuszki.

Na konferencji prasowej Rishi Sunak poinformował, że Wielka Brytania zwiększy wydatki na obronność do 2,5 proc. PKB do 2030 roku.

Stoltenberg podkreślił, że Wielka Brytania jest jednym z kluczowych sojuszników w ramach NATO i ma ogromny wkład w bezpieczeństwo. Dodał, że Wielka Brytania prowadzi siłom Sojuszu w Estonii, a jej samoloty strzegą przestrzeni powietrznej.

– Zjednoczone Królestwo znajduje się także w sercu ćwiczeń Steadfast Defender, które w tej chwili się toczą. Te ćwiczenia w tej chwili angażują ponad 16 tys. osób personelu wojskowego Wielkiej Brytanii – mówił szef NATO.

– Chciałbym potwierdzić ogromną rolę, jaką gra Wielka Brytania w naszym Sojuszu – zaznaczył Stoltenberg.

– Kiedy doszło do nielegalnej, bezprawnej aneksji Krymu, właśnie Wielka Brytania jako pierwsza zaoferowała szkolenia i wsparcie wojskowe Ukrainie. Po pełnoskalowej inwazji (Rosji) w 2022 r. właśnie Wielka Brytania zaoferowała kolejne szkolenia dla żołnierzy ukraińskich i przekazała wartą miliardy funtów pomoc wojskową. Dzisiejsze ogłoszenie kolejnego pakietu wsparcia – amunicji, obrony przeciwlotniczej i innych możliwości odpowiedzi na ataki – pokazuje ogromne zaangażowanie Wielkiej Brytanii w pomoc Ukrainie – ocenił Stoltenberg.

Sunak podczas wizyty w Polsce podkreślał, że jako premier musi mieć na uwadze bezpieczeństwo brytyjskich obywateli i obywaterek, a może to robić dzięki ofiarnej służbie żołnierzy, którzy są gotowi swoje bezpieczeństwo poświęcić w obronie wartości.

Wskazywał na zagrożenie płynące z działań krajów takich jak Rosja, Iran i Korea Północna, które mają dostęp do zaawansowanych technologii. Mówił, że coraz częściej trzeba mierzyć się z atakami hybrydowymi i z dezinformacją. Brytyjski premier podkreślał, że w tej sytuacji konieczne jest przygotowanie się do obrony.

Kiedy rekonstrukcja rządu?



PAP/Radek Pietruszka

Premier Donald Tusk poinformował, że 10 maja odbędzie się rekonstrukcja rządu. Jeszcze w czwartek ogłoszony ma być plan pomocy dla rolników. Szef rządu zapowiedział też, że 7 maja na Europejskim Kongresie Gospodarczym, razem z szefową KE Ursulą von der Leyen przedstawią plan dla Europy.

18 kwietnia premier zapewnił, że rząd jest przygotowany „do kolejnych form pomocy dla tych, którzy stracili nie z własnej winy na wojnie Rosji z Ukrainą”. „Jestem przekonany, że większość rolników rozumie, że my będziemy dalej negocjować” – powiedział wówczas Tusk. Zaapelował do rolników, by nie blokowali przejść granicznych z Ukrainą.

Rolnicy protestowali wówczas na przejściach granicznych z Ukrainą w woj. podkarpackim i lubelskim. Protest wiązał się z tym, że rolnicy nie mogli sprzedać swojego zboża, bo rynek zalewa zboże z Ukrainy. Ich zdaniem uzgodnienia z rządem z marca br. nie były realizowane. Obie strony – rządowa i rolnicy – ustaliły wówczas m.in. utrzymanie embarga na produkty rolne z Ukrainy i uregulowanie relacji handlowych z tym krajem.

Zapowiedziana przez premiera na 10 maja rekonstrukcja rządu wiąże się z tym, że niektórzy obecni ministrowie wystartują w wyborach do parlamentu Europejskiego, które odbędą się w Polsce 9 czerwca.

ŹRÓDŁO: PAP

BURMISTRZ SUSZA

podaje do publicznej wiadomości, że w dniu 25 kwietnia 2024 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Suszu wywieszono na okres 21 dni wykazy nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży: – **dz. 195/2**, obr. 0032 Różnowo, gm. Susz – sprzedaż w drodze przetargu ustnego ograniczonego na rzecz właścicieli nieruchomości przyległych, tj. dz. 118/1, 120/1, 122/4, 117/6, 117/5, 117/4, 117/3; – **dz. 3/3**, obr. 0028 Olbrachtówko, gm. Susz – sprzedaż w drodze bezprzetargowej na poprawienie warunków zagospodarowania nieruchomości sąsiedniej, tj. 3/1, 3/2, 3/4, 2/11, 2/6.

Pełna treść wykazów znajduje się w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Susz pod adresem: bip.susz.pl, w zakładce Nieruchomości, oraz na stronie www.susz.pl. Szczegółowe informacje można uzyskać pod nr. tel. 55 278 60 15 wew. 58 lub 54 w godzinach pracy urzędu.

8524ilzi-a-M

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

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl
DYREKTOR ZARZĄDZAJĄCY
Agnieszka Weder-Gryglewicz

REDAKTORZY WYDANIA
Michał Podolak
Andrzej Mielnicki
wydawca@gazetaolsztynska.pl
sport@gazetaolsztynska.pl
WYDANIE ONLINE internet@gazetaolsztynska.pl
514 800 549

GAZETAOLSZTYNSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 514 800 549
PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@gazetaolsztynska.pl
502 499 531

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 5
tel. 885 998 201
reklama@gazetaolsztynska.pl
CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 514 800 517

REDAKCJA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 505 766 681
gazeta@dziennikelblaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 604 408 305
reklamy@dziennikelblaski.pl
PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@dziennikelblaski.pl
502 499 531

DRUK
Drukarnia Prasowa
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7
tel. 502 499 539



— Gratuluję wyboru na urząd Prezydenta Olsztyna. Oswoił się już pan z myślą, że będzie prezydentem miasta, w którym się urodził?

— Nie do końca. Jeszcze rano muszę to sobie przypominać.

— Co pana zdaniem zdecydowało, że w drugiej turze większość mieszkańców Olsztyna poparta pana, a nie Czesława Jerzego Małkowskiego?

— Przez całą kampanię wyborczą nie odnosiłem się do swoich kontrkandydatów, w tym w drugiej turze do Czesława Jerzego Małkowskiego. Uznałem, że w tych wyborach najważniejsze jest to, co ja mam do zaoferowania mieszkańcom, co chcę zrobić dla naszego miasta i w jaki sposób. Postawiłem na spotkania i dyskusje o Olsztynie.

— Ta strategia się opłaciła, bo stara to zasada, że trzy dobre uściski dłoni to jeden głos.

— Pewnie każdy ma w sobie jakiś wewnętrzny opór, żeby podejść do nieznanego mu osoby i rozpocząć rozmowę. Nie jestem wyjątkiem, ale bardzo szybko ten opór zniknął, ponieważ zobaczyłem, że olsztynianie są otwarci, chcą rozmawiać o swoim mieście i o problemach, z jakimi się spotykają. Oczywiście musiałem się liczyć z różnymi reakcjami i pytaniami. Ale podczas takich spotkań i rozmów naprawdę można poczuć puls miasta, to bezcenne doświadczenie.

— To z pewnością będzie procentowało podczas prezydentury. W czasie kampanii popart pana prezydent Olsztyna Piotr Grzymowicz. Na ile w pana prezydenturze będzie Roberta Szewczyka, a na ile Piotra Grzymowicza?

— Te porównanie to pomysł moich kontrkandydatów w kampanii. Jestem bardzo dumny i wdzięczny, że pierwszym wyborcą, który oddał na mnie głos, był Piotr Grzymowicz – prezydent, który zrobił bardzo wiele dla Olsztyna. Nie można odebrać mu zaangażowania i profesjonalizmu. To on wykorzystał historyczny moment, jakim było wejście Polski do Unii Europejskiej i ogromne środki finansowe, które pojawiły się wraz z naszą akcesją. Nasza infrastruktura miej-



Fot. Zbigniew Wozniak

OLSZTYN TO GRA ZESPOŁOWA

JAK ZAMIERZA RZĄDZIĆ MIASTEM? JAKI MODEL PREZYDENTURY WYBIERZE? CZY WYBRAŁ JUŻ SWOICH ZASTĘPCÓW? JAKIE BĘDĄ JEGO PIERWSZE DECYZJE? O TYM MÓWI ROBERT SZEWCZYK, KTÓRY ZOSTAŁ WYBRANY NA URZĄD PREZYDENTA OLSZTYNA.

ska była w bardzo złym stanie i wykorzystaliśmy swoją szansę, żeby zmodernizować i przebudować główne ulice, sieci miejskie, transport publiczny, wybudować elektrociepłownię czy oczyszczalnię ścieków. Ale dziś mamy już to za sobą, teraz czeka nas kolejny etap. Musimy zacząć inwestować w jakość życia, komfort, młodzież, otoczyć szerszą opieką seniorów, których przybywa. I co dla mnie ważne, chcę postawić na lepszą komunikację z mieszkańcami.

— To znowu przyjdzie żyć na budowie...

— Rozumiem obawy, ale spokojnie. Chcę, żeby mieszkańcy byli informowani, co się dzieje w naszym mieście. Gdzie jest jakiś koncert, spotkanie, ale też w razie problemu wiedzieli, gdzie mogą uzyskać pomoc, do kogo się o nią zwrócić. Muszą na bieżąco otrzymywać informacje o planach i decyzjach władz miasta. Olsztynianie bardzo tego

potrzebują, o czym przekonały mnie właśnie rozmowy w czasie kampanii. Dlatego musimy docierać do mieszkańców z informacją o naszym mieście, i to w różnej formie. Myślę, że przyczyni się to też do większej aktywności mieszkańców. To będzie również informacja zwrotna dla nas, czy coś trzeba zmienić, w jakim kierunku zmierzać. Chcę, żeby Olsztyn był miastem otwartym na mieszkańców.

— To będzie nowe otwarcie?

— Tak, to będzie zdecydowanie inna prezydentura niż Piotra Grzymowicza. Dzieli nas wiele: doświadczenie zawodowe, wykształcenie, spojrzenie na miasto, ale też wiek. To nie zarzut, ale jestem trzydzieści lat młodszy, inaczej patrzę na miasto i na problemy mieszkańców, chociażby w kwestiach wychowania, edukacji czy sportu. Mamy też zupełnie inne podejście do zarządzania i zaufania do współpracowników.

— Podzieli się pan władzą z wiceprezydentami?

— Absolutnie tak; oczekuję jak największej kreatywności, samodzielności, odpowiedzialności nie tylko od moich zastępców, ale od wszystkich pracowników, ponieważ Olsztyna nie buduje się w pojedynkę. Olsztyn to jest praca zespołowa, to jest gra zespołowa. Miasta nie zbuduje jedna osoba, musimy robić to wspólnie.

— Co z tzw. szubienicami, czy tu będzie też nowe otwarcie?

— Tak jak mówiłem w kampanii, stoję na stanowisku, że pomnik powinniśmy przenieść, zachowując jego walory historyczne i artystyczne. Teren pod pomnikiem może posłużyć mieszkańcom w o wiele bardziej efektywny sposób.

— Problemów do rozwiązania jest więcej, bo to chociażby kwestia północnej obwodnicy miasta. Drogowcy wybrali korytarz zachodni, którym

ma pójść droga. Pan już wcześniej opowiadał się za korytarzem wschodnim. Co pan robi, żeby tak się stało?

— Nie zmieniam zdania. Korytarz wschodni, ale oczywiście w wariantcie omijającym Las Miejski, jest korzystniejszy dla miasta. Obwodnica od wschodu bardziej odciąża ruch na al. Wojska Polskiego. Pozwoli też uruchomić tereny inwestycyjne. Oczywiście, że podejmiemy kolejną próbę rozmów w tej sprawie z GDDKiA, musimy też wyjaśnić sposoby finansowania tej inwestycji. Zdaję sobie sprawę, że trwają prace nad wariantami w korytarzu zachodnim, ale dopóki łopata nie została wbita, to trzeba rozmawiać. A nawet jeśli nie przyniesie to efektów, to nie zrezygnujemy z naszych planów budowy obwodnicy po stronie wschodniej i domknięcia komunikacyjnego ringu wokół Olsztyna.

— Na pewno łatwo nie będzie, bo podolsztyńskie gminy popierają korytarz zachodni. Jak w ogóle wyobraża pan sobie współpracę z najbliższymi sąsiadami?

— W pierwszej kolejności muszę zadbać o interesy naszego miasta, jego mieszkańców i osób, które tu płacą podatki. Oczywiście ze wszystkimi będziemy współpracować na zasadach partnerskich, ale to Olsztyn jest motorem rozwoju tego subregionu, a więc także podolsztyńskich gmin.

— Pozostaniemy jeszcze przy komunikacji. Będzie pan rozwijał sieć tramwajową i budował kolejne linie?

— Musimy rozwijać transport publiczny, inwestować w miasto przyjazne mieszkańcom, a jednym z warunków jest bardzo dobry system transportu publicznego.

— Zgoda, ale jak do tej pory korzystają na tym południowe dzielnice miasta. A co z północnymi osiedlami? Kiedyś tramwaj kursował do Stadionu Leśnego.

— Szansą na poprowadzenie linii do północnych osiedli, szeroko rozumianego Zatorza, będzie moment, w którym zaczniemy budować nowy wiadukt na ul. Limanowskiego. Wtedy tak naprawdę ostatecznie od-

powiemy sobie, czy jest to opłacalne, możliwe i jakie przyniesie korzyści. Ale najpierw muszą powstać alternatywne połączenia Zatorza ze Śródmieściem. Dlatego podczas uzbrajania dzielnicy przemysłowej chcemy stworzyć połączenie ul. Zientary Malewskiej z węzłem obwodnicy Olsztyn Wschód. Jest też ciekawy pomysł budowy przejścia pieszko-rowerowego ze Śródmieścia do ul. Kolejowej. Musimy zadbać też o targ na Zatorzu, który jest tak ważny dla mieszkańców. Chciałbym, żeby do „Zatorzanki” wrócił handel, ale pojawiły się tam też i inne usługi. Musimy zmodernizować targowisko przy ul. Grunwaldzkiej. Mamy jeszcze jeden rynek, a więc Stare Miasto, do którego powinien wrócić handel, usługi, może okresowe targi.

— W czasie kampanii obiecał pan darmową komunikację dla uczniów z Olsztyna?

— I nie wycofuję się z tego, bardzo szybko przygotuję projekt takiej uchwały. Nasza młodzież musi korzystać z bezpłatnej komunikacji z dwóch powodów. Raz, że to będzie wsparcie dla olsztyńskich rodzin, a dwa – budowanie dobrych nawyków w poruszaniu się po mieście.

— Wie pan już, kto będzie wiceprezydentami i jaka będzie pana pierwsza decyzja jako prezydenta?

— Znam już swoich zastępców, ale jeszcze za wcześniej na podawanie nazwisk. Trudno też wskazać pierwszą decyzję. Na pewno trzeba będzie dokonać przeglądu stanu finansów miasta i inwestycji. Chcę przyjrzeć się regulaminom pracy, zasadom wynagradzania pracowników. Musimy doprowadzić do sytuacji, w której płace nie będą odbiegać od średniej wynagrodzeń w sektorze publicznym w naszym mieście.

— Z rankingu jednego z ogólnopolskich portali wynika, że Olsztyn jest najlepszym miastem do życia w Polsce.

— Chciałbym, żeby ta opinia wynikała z oceny samych mieszkańców Olsztyna, a nie z rankingów. Jako prezydent zrobię wszystko, żeby tak było.

ANDRZEJ MIELNICKI
a.mielnicki@gazetaolsztynska.pl

STEFAN BRZozowski ZOSTANIE HONOROWYM OBYWATELEM OLSZTYNA

PRZED NAMI OSTATNIA, UROCZYSTA SESJA OLSZTYŃSKIEJ RADY MIASTA, PODCZAS KTÓREJ WRĘCZONY ZOSTANIE M.IN. TYTUŁ HONOROWEGO OBYWATELA OLSZTYNA.

Ostatnia sesja obecnej kadencji odbędzie się 29 kwietnia (poniedziałek). Jaki jest jej program? Zwołana jest ona, by wręczyć Akt Nadania Honorowego Obywatelstwa Olsztyna. Do tego grona dołączy Stefan Brzozowski, lider zespołu Czerwony Tulipan.

– Nadaje się Honorowe Obywatelstwo Olsztyna Panu Stefanowi Brzozowskiemu, zasłużonemu dla kultury Olsztyna kompozytorowi, wykonawcy, menedżerowi estradowemu i animatorowi kultury – czytamy w projekcie uchwały rady miasta.

Dokument w tej sprawie był głosowany na październikowej sesji rady miasta w 2023 roku.

– Twórczość kompozytorska i wykonawcza Stefana Brzozowskiego związana jest z tzw. piosenką literacką, a utwory jego autorstwa weszły do kanonu poezji śpiewanej – czytamy w uzasadnieniu przygotowanego wtedy projektu uchwały.

Stefan Brzozowski urodził się 20 czerwca 1950 roku w Olsztynie. W roku 1970 ukończył olsztyńskie Technikum Samochodowe, jednak już podczas nauki w szkole ujawniła się jego pasja do muzyki. Dowodem było zaangażowanie się w latach 1963-1972 w działalność artystyczną harcerskiego zespołu „Krusyna”.

W roku 1972, będąc studentem Wyższej Szkoły Nauczycielskiej w Olsztynie, związał się z Teatrykiem Piosenki Nie Zawsze Poetyckiej „Niebo” jako wokalista, gitarzysta i kompozytor.

W krótkim czasie zespół „Niebo”, funkcjonujący w końcu lat siedemdziesiątych także pod nazwą „Ex Niebo”, stał się jednym z kultowych reprezentantów kultury studenckiej i laureatem Ogólnopolskich Spotkań Zamkowych „Śpiewajmy Poezję”, Festiwalu Piosenki Studenckiej w Krakowie i Festiwalu Artystycznego Młodzieży Akademickiej „FAMA” w Świnoujściu.

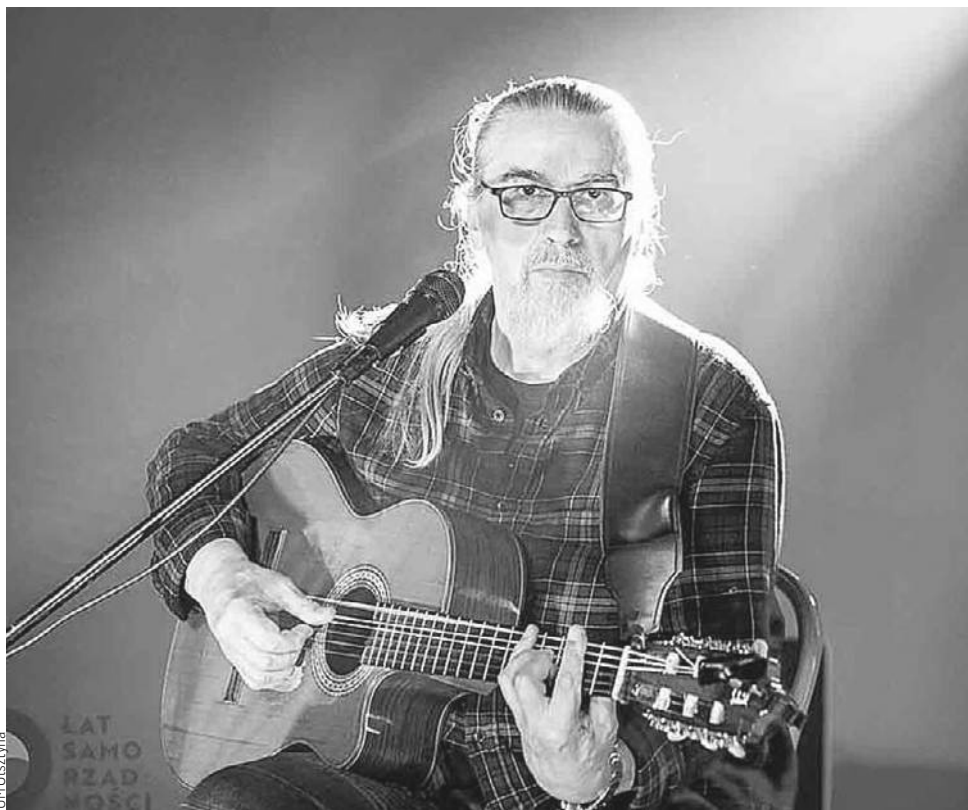
Piosenka „A jednak po nas coś zostanie”, do której muzykę skomponował Stefan Brzozowski, była też motywem przewodnim jednego z koncertów opolskiego Festiwalu Polskiej Piosenki w roku 1980.

Na początku lat osiemdziesiątych Stefan Brzozowski związał się z zespołem Kaczki z Nowej Paczki, a od 1985 roku jest założycielem, liderem i kompozytorem zespołu „Czerwony Tulipan”.

W tym okresie zespół nagrał 14 płyt CD, został także nagrodzony na Ogólnopolskich Spotkaniach Estradowych OSET w Rzeszowie oraz Targach Estradowych w Łodzi.

Na dorobek artystyczny Stefana Brzozowskiego składają się dziesiątki piosenek, a także muzyka do spektakli teatralnych.

– Mieszkańcy Olsztyna doskonale znają twórczość kompozytorską Stefana Brzozowskiego, która była m.in. tematem prac naukowych. W wielu utworach i w licznych wypowiedziach publicznych artysta zawsze podkreśla swoje związki z Olsztynem, czego wyrazem może być choćby piosenka „Olsztyn



Stefan Brzozowski

kocham” – nieformalny hymn mieszkańców naszego miasta – napisali pomysłodawcy przyznania Brzozowskiemu tego wyróżnienia. – Od ponad 50 lat każdy koncert z jego udziałem cieszy się bardzo dużym zainteresowaniem publiczności olsztyńskiej, krajowej i zagranicznej.

– To dla mnie ogromny zaszczyt. Bardzo się cieszę z tego wyróżnienia – mówi

Brzozowski w rozmowie z „Gazetą Olsztyńską”. – To pokazuje, że moja ponad 50-letnia działalność była potrzebna i została dostrzeżona.

Stefan Brzozowski podkreśla, że całe jego życie związane jest z Olsztynem.

– Znalazłem sobie tu swoje miejsce. Jestem również bardzo rodzinnie związany z tym miastem. Tu pochowana jest moja babcia i rodzice – mówi.

Wiktor Wójcik, przewodniczący komisji kultury rady miasta, twierdzi, że „komu jak komu, ale Stefanowi Brzozowskiemu tytuł należy się bardzo”. – To postać kultowa dla Olsztyna i nie tylko – mówi przewodniczący Wójcik. – Cała jego twórczość jest kultowa. Jego poezja i kompozycje są na wysokim poziomie. To nie jest jakieś tam odśpiewanie wierszyków.

Przewodniczący komisji kultury rady miasta zwraca uwagę na jeszcze jeden aspekt związany z twórczością Stefana Brzozowskiego.

– Swoją twórczością, osobowością wyróżnia Olsztyn na arenie Polski. To postać rozpoznawalna – podkreśla Wiktor Wójcik.

– Stefan Brzozowski to wspaniały muzyk, kompozytor, aranżer i kolega – podkreśla Andrzej Brzozowski, założyciel i lider znanej olsztyńskiej grupy Kaczki z Nowej Paczki. – Współpracowało mi się z nim bardzo dobrze zarówno zawodowo, jak i towarzysko.

Lider grupy Kaczki z Nowej Paczki dodaje, że tytuł Honorowego Obywatela Olsztyna należy się Stefanowi Brzozowskiemu „bezapelacyjnie”.

– Należą mu się darmowe przejazdy komunikacją miejską – żartuje Andrzej Brzozowski, nawiązując do niektórych przywilejów Honorowych Obywateli Olsztyna.

Po raz ostatni tytuł Honorowego Obywatela Olsztyna przyznano w kwietniu Jerzemu Sikorskiemu.

Na uroczystej sesji zaplanowanej na 29 kwietnia nastąpią także „podziękowania Radnym Rady Miasta Olsztyna VIII Kadencji”.

GRZEGORZ SZYDŁOWSKI

g.szydowski@gazetaolsztynska.pl

komunikat

Purda, dnia 26 kwietnia 2024 r.

Znak: GP6721.4.2024

OGŁOSZENIE

o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenu położonego w obrębie geodezyjnym Patryki, gmina Purda oraz o przystąpieniu do przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko dla tego dokumentu

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz.U. z 2023 r. poz. 977 z późn. zm.) oraz art. 39 ust. 1, w związku z art. 46 pkt 1 oraz art. 54 ust. 2 i ust. 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz.U. z 2023 r. poz. 1094 z późn. zm.) zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Purda uchwały nr LV/427/2023 z dnia 26 września 2023 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenu położonego w obrębie geodezyjnym Patryki, gmina Purda oraz o przystąpieniu do przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko dla tego dokumentu.

Z treścią ww. uchwały można zapoznać się na stronie internetowej BIP Urzędu Gminy Purda: <https://bip.purda.pl/> (zakładka: Akty Prawne > Uchwały Rady Gminy).

Zainteresowani mogą składać wnioski do ww. planu miejscowego. Wnioski należy składać w formie papierowej (na adres: Urząd Gminy Purda, Purda 19, 11-030 Purda) lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, a w szczególności poczty elektronicznej (na adres mailowy: d.grabowska@purda.pl), w terminie 21 dni od zamieszczenia ogłoszenia.

Wniosek powinien zawierać imię i nazwisko lub nazwę jednostki organizacyjnej, adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy. Organem właściwym do rozpatrzenia wniosku jest Wójt Gminy Purda.

Klauzula informacyjna dotycząca przetwarzania danych osobowych dostępna jest na stronie internetowej BIP Urzędu Gminy Purda: <https://bip.purda.pl/> (zakładka: Inspektor ochrony danych w Urzędzie > Obowiązek Informacyjny).

Wójt Gminy Purda
Teresa Chrostowska

komunikat

Znak: GP6721.5.2024

Purda, dnia 26 kwietnia 2024 r.

OGŁOSZENIE

o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenu położonego w obrębie geodezyjnym Purda, we wsi Purda oraz o przystąpieniu do przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko dla tego dokumentu

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz.U. z 2023 r. poz. 977 z późn. zm.) oraz art. 39 ust. 1, w związku z art. 46 pkt 1 oraz art. 54 ust. 2 i ust. 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz.U. z 2023 r. poz. 1094 z późn. zm.) zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Purda uchwały nr LVII/442/2023 z dnia 22 września 2023 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenu położonego w obrębie geodezyjnym Purda, we wsi Purda oraz o przystąpieniu do przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko dla tego dokumentu.

Z treścią ww. uchwały można zapoznać się na stronie internetowej BIP Urzędu Gminy Purda: <https://bip.purda.pl/> (zakładka: Akty prawne > Uchwały Rady Gminy).

Zainteresowani mogą składać wnioski do ww. planu miejscowego. Wnioski należy składać w formie papierowej (na adres: Urząd Gminy Purda, Purda 19, 11-030 Purda) lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, a w szczególności poczty elektronicznej (na adres mailowy: d.grabowska@purda.pl), w terminie 21 dni od zamieszczenia ogłoszenia.

Wniosek powinien zawierać imię i nazwisko lub nazwę jednostki organizacyjnej, adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy. Organem właściwym do rozpatrzenia wniosku jest Wójt Gminy Purda.

Klauzula informacyjna dotycząca przetwarzania danych osobowych dostępna jest na stronie internetowej BIP Urzędu Gminy Purda: <https://bip.purda.pl/> (zakładka: Inspektor ochrony danych w Urzędzie > Obowiązek informacyjny).

Wójt Gminy Purda
Teresa Chrostowska

O ile kilka miesięcy temu podczas wyborów parlamentarnych zaskoczeniem dla wszystkich była wręcz niespotykana wysoka frekwencja wyborcza, tak w wyborach samorządowych spadła do „średniej”, do której jesteśmy przyzwyczajeni. I choć już to samo jest uważane przez komentatorów za przegraną rządzącego obozu, który doszedł do władzy dzięki mobilizacji szerokich rzesz swoich zwolenników, to zasadniczo zostały zachowane proporcje głosów wobec tych oddanych w październiku 2023 roku.

— Bezspornie najwyższy wynik otrzymało Prawo i Sprawiedliwość — mówi Michał Karnowski, znany dziennikarz, publicysta i komentator polityczny z Warszawy.

— Wybory służą zdobywaniu władzy, a nie największej liczby głosów. Na ogół jedno z drugim się wiąże, ale liczy się przede wszystkim realna władza, stanowiska i funkcje — ripostuje dr Wojciech Szalkiewicz z Olsztyna.

Prawie każdy jest wygrany
Trudność ze wskazaniem jednoznacznego zwycięzcy kwietniowych wyborów spowodowała, że karierę zrobiło określenie użyte przez twórcę Krzysztofa Stanowskiego, twórcę „Kanału Zero” na YouTube, że prawie każdy jest zwycięzcą, bo „prawie każdy ma wśród swoich znajomych kogoś, kto z powodzeniem ubiegał się o mandat radnego w jakiejś miejscowości, a może nawet zna jakiegoś nowo wybranego wójta”.

Przypomnijmy. W wyborach do sejmików województw PiS uzyskało w skali kraju 34,27 proc. głosów, Koalicja Obywatelska – 30,59 proc., Trzecia Droga – 14,25 proc., Konfederacja i Bezpartyjni Samorządowcy – 7,23 proc., Lewica – 6,32 proc. — podała PKW.

Koalicja Obywatelska wygrała wybory w dziewięciu województwach, a PiS w siedmiu — jak wynika z oficjalnych danych udostępnionych przez PKW. Frekwencja w pierwszej turze wynosiła 51,94 proc., w drugiej turze – 44,06 proc.

O ile w pierwszym głosowaniu wybralibyśmy 46 797 radnych wszystkich trzech szczebli, o tyle w drugim wybieraliśmy wójtów, bur-



DR WOJCIECH SZALKIEWICZ:
JEŚLI CHODZI O WYNIKI WYBORÓW NA PREZYDENTÓW NAJWIĘKSZYCH MIAST, TO PIS JEST W WYRAŻNEJ DEFENSYWIE. ODNOSIŁ SUKCES BARDZIEJ W MIASTACH, GDZIE SĄ BURMISTRZOWIE, NIŻ TAM, GDZIE SĄ PREZYDENCI MIAST.

mistrzów i prezydentów tych miejscowości, gdzie żaden z kandydatów nie uzyskał większości w pierwszej turze. I tylko w drugiej turze pracę dostało od nas 748 wójtów, burmistrzów i prezydentów miast.

KTO WYGRAŁ WYBORY?

CHOĆ JUŻ KILKA DNI MINĘŁO OD DRUGIEJ TURY WYBORÓW I SĄ ZNANE OFICJALNE WYNIKI, TO NA PYTANIE: KTO ZWYCIĘŻYŁ TEGOROCZNE WYBORY SAMORZĄDOWE, KAŻDE Z NAJWIĘKSZYCH UGRUPOWAŃ WSKAZUJE NA SIEBIE. KTO WIĘC JEST ZWYCIĘZCĄ? O POMOC W ODPOWIEDZI POPROSILIŚMY KOMENTATORÓW SCENY POLITYCZNEJ.

Demokracja dobrze działa

— Ta teza pana Krzysztofa Stanowskiego na pewno w pewnym stopniu jest prawdziwa. Podczas wyborów samorządowych, szczególnie w gminach, widać było bardzo dużo lokalnych komitetów, gdzie walka była naprawdę zacięta. W wielu miejscach widziałem, jak pewni siebie i swojego zwycięstwa wójtowie czy burmistrzowie zostali obaleni — mówi w rozmowie z „Gazetą Olsztyńską” Michał Karnowski. — I w tym sensie wypada stwierdzić, że demokracja dobrze działa. Oczywiście im wyżej, tym bardziej w grę wchodzi polityka, tam widoczne są szczyły partyjne — dodaje.

— Co do sejmików wojewódzkich, to sytuacja jest trochę podobna jak przy wyborach parlamentarnych. Formalnie PiS do-

był największą ilością głosów, a rządzi Donald Tusk — stwierdza dr Wojciech Szalkiewicz. — W wyborach w sejmikach Wojewódzkich PiS wygrał, a stracił władzę w dwóch sejmikach w stosunku do tego, co miał wcześniej — podkreśla.

Tu jednak przeciwną opinię ma Michał Karnowski. Jego zdaniem spojrzenie na wybory do sejmików wojewódzkich ma szerszy aspekt i nie ogranicza się do prostego przełożenia na sprawowane funkcje i obsadę zarządów województw.

— I tutaj bez wątpienia formacja, która przecież w wyborach parlamentarnych straciła władzę, czyli Prawo i Sprawiedliwość, zwyciężając, i to w przekonujący sposób, pokazała, że przetrwała ten bardzo trudny moment przejścia z rządu do opozycji — stwierdza Michał Kar-



MICHAŁ KARNOWSKI:
PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ, ZWYCIĘŻAJĄC, I TO W PRZEKONUJĄCY SPOSÓB, POKAZAŁO, ŻE PRZETRWAŁO TEN BARDZO TRUDNY MOMENT PRZEJŚCIA Z RZĄDZENIA DO OPOZYCJI.

nowski. — Te plany ze strony rządzącego obozu, żeby dokonać jakiejś anihilacji i żeby PiS stał się jakąś przeszłością po wypchnięciu ze spółek i z mediów, to się nie udało — przekonuje.

Na całym świecie

Michał Karnowski przyznaje, że to obecny obóz rządzący wziął większe miasta. Zastrzega jednak, że zupełnie inaczej

wygląda to już w mniejszych miejscowościach. Jego zdaniem jest to jednak trend znany na całym świecie.

— Tak już jest, że ugrupowania konserwatywne uzyskują lepsze wyniki w mniejszych miejscowościach, a w metropoliach rządzą nurty liberalne. Wystarczy spojrzeć na takie miasta jak Londyn czy Berlin — przekonuje Michał Karnowski.

— Jeśli chodzi o wyniki wyborów na prezydentów największych miast, to PiS jest w wyraźnej defensywie. Odnosił sukces bardziej w miastach, gdzie są burmistrzowie, niż tam, gdzie są prezydenci miast. Formacja Jarosława Kaczyńskiego ma silną pozycję bardziej na terenach wiejskich niż miejskich i to jest bardzo widoczne — mówi, zgodnie z prawicowym publicystą, Wojciech Szalkiewicz.

Socjolog z Olsztyna podkreśla, że wymiar wyborów do powiatów i gmin miał zupełnie inny wymiar. Tym bardziej że w powiatach starostowie są wybierani przez radnych, a nie bezpośrednio. Do gry wchodzi tu komitety lokalne, a aspekt polityczny wyników wyborów do powiatów będzie można oceniać dopiero po ukonstytuowaniu się ich zarządów. Z kolei w wielu gminach zwyciężyły lokalne komitety, które formalnie odłączają się od sztyldów partyjnych. Michał Karnowski, oceniając wyniki wyborów, wskazuje na ich efekty widoczne, jego zdaniem, po rekonstrukcji rządu.

Rekonstrukcja rządu

— Gdyby to było zwycięstwo obozu rządzącego, gdyby tak wszystko świetnie szło, nie byłoby zmiany na trzech kluczowych stanowiskach ministerialnych. Nie wysła się najważniejszych polityków swojej formacji za granicę, a przecież w tym kontekście mówi się też już teraz głośniej także o Sikorskim. Po politykach PiS-u widać też, że nabrali pewności siebie i mają coraz bardziej uśmiechnięte twarze — podsumowuje w rozmowie z „Gazetą Olsztyńską” prawicowy dziennikarz i wydawca między innymi portalu Wpolityce.

STANISŁAW KRYŚCIŃSKI

s.krystinski@gazetaolsztynska.pl

Krajowe Biuro Wyborcze Państwowa Komisja Wyborcza

WYBORY SAMORZĄDOWE 2024

pkw.gov.pl wybory.gov.pl

ZBADAJ BEZPŁATNIE PŁUCA W SZPITALU PULMONOLOGICZNYM

– Płuca to filtry życia, które przetwarzają codziennie średnio 9 tysięcy litrów powietrza – mówi **Wioletta Ślaska-Zyśk**, dyrektor Warmińsko-Mazurskiego Centrum Chorób Płuc w Olsztynie (WMCCP). I zachęca do bezpłatnych badań, jakie oferuje olsztyński szpital mieszkańcom naszego regionu w wieku 55-74 lata. Wystarczy zadzwonić i umówić się na wizytę.

Płuca odpowiadają za wymianę gazów: dostarczają tlenu i usuwają dwutlenek węgla.

– Dbaj o nasze zdrowie i są jedynymi organami wewnętrznymi, które mają bezpośredni kontakt ze środowiskiem zewnętrznym – tłumaczy Wioletta Ślaska-Zyśk, dyrektor WMCCP. – Dlatego tak ważne jest, abyśmy odpowiednio o nie dbali. Dzięki profilaktyce mamy szansę na całkowite wyleczenie w przypadku wykrycia pierwszych zmian nowotworowych. I my tę szansę mieszkańcom Warmii i Mazur oferujemy.

JAK ZADBAĆ O PŁUCA?

Rzucenie palenia to podstawa. Zawsze jest najlepszy moment, aby rozstać się z tym zabójczym nałogiem. Zarówno papierosy tradycyjne, jak i elektroniczne szkodzą płucom. Rzucając palenie, nic nie tracisz, za to wygrywasz zdrowie i możesz zaoszczędzić sporo pieniędzy. Ważne, aby unikać miejsc zadymionych, ponieważ dym niszczy płuca. Pamiętajmy, że palenie wpływa nie tylko na zdolność do oddychania, ale także na ogólną kondycję płuc.

ZBADAJ SIĘ BEZPŁATNIE

W codziennej pracy olsztyńskiego szpitala najważniejsza obok leczenia jest właśnie profilaktyka. Chodzi o to, aby ludzie wiedzieli, co prowadzi do chorób płuc oraz jakie badania profilaktyczne mogą uratować życie.

– Systematycznie kontrolujmy stan zdrowia płuc – zachęca Wioletta Ślaska-Zyśk. – Pamiętajmy, że wczesne wykrycie choroby daje szansę na całkowite wyleczenie. Kondycją swoich płuc powinni być zainteresowani zwłaszcza palacze papierosów.

I właśnie palaczom WMCCP w Olsztynie oferuje bezpłatne badania tomografii komputerowej. Pracownicy szpitala podkreślają, że badania te z roku na rok cieszą się coraz większym zainteresowaniem.

KTO MOŻE SKORZYSTAĆ?

Badanie jest skierowane do osób z województwa warmińsko-mazurskiego w wieku 55-74 lat, które paliły lub nadal palą nałogowo co najmniej 20 lat, a ich okres abstynencji tytoniowej wynosi nie więcej niż 15 lat.

Zbadać się mogą również osoby w wieku od 50 do 54 lat, które dodatkowo mają stwierdzony jeden z czynników ryzyka, taki jak ekspozycja zawodowa na krzemionkę, beryl, nikiel, chrom, kadm, azbest, związki arsenu, spaliny silników diesla, dym ze spalania węgla kamiennego, sadza, ekspozycja na radon.

Zbadać się mogą również osoby, które mają za sobą epizod raka płuc, chłoniaka, raka głowy i szyi lub rak zależny od palenia tytoniu. Do badania kwalifikuje również przewlekła choroba obturacyjna płuc (POChP) lub włóknienie płuc (IPF).



– Jeśli jesteś mieszkańcem Warmii i Mazur, zbadaj bezpłatnie swoje płuca w naszym szpitalu – zachęca Wioletta Ślaska-Zyśk, dyrektor Warmińsko-Mazurskiego Centrum Chorób Płuc w Olsztynie.

Rejestracja jest bardzo prosta, **wystarczy zadzwonić tel. 89 532 29 97 lub kom. 571 606 615 w godz. 8.00-14.00 od poniedziałku do piątku.**

Badania są realizowane dzięki Narodowej Strategii Onkologicznej. Program dofinansowany jest ze środków Ministerstwa Zdrowia.



„Płuca to filtry życia, które przetwarzają codziennie średnio 9 tysięcy litrów powietrza. Dlatego tak ważne jest, abyśmy o nie dbali.”

Wioletta Ślaska-Zyśk,
dyrektor Warmińsko-Mazurskiego Centrum Chorób Płuc w Olsztynie

**Masz od 50 do 74 lat?
Zarejestruj się na bezpłatne badania płuc!**

INFORMACJA I ZAPISY

tel. +48 89 532 29 97 | +48 571 606 615
w godz. 8.00-14.00 od poniedziałku do piątku.

UWAGA! Badanie jest skierowane do osób palących minimum 20 lat, a abstynencja nie może być dłuższa niż 15 lat.

Badania realizowane są w Olsztynie dzięki Narodowej Strategii Onkologicznej. Program dofinansowany jest ze środków Ministerstwa Zdrowia.

Warmińsko-Mazurskie
Centrum Chorób Płuc w Olsztynie
ul. Jagiellońska 78
wmccp.pl | zdrowie jest najważniejsze



I TO WCALE NIE BYŁE JAKIEGO! TEGO LATA TYSIĄCE MŁODYCH LUDZI PONOWNIE BĘDZIE MOĞŁO BEZPŁATNIE PODRÓŻOWAĆ PO EUROPIE, KOLEJĄ WŁAŚNIE. WSZYSTKO DZIĘKI KOMISJI EUROPEJSKIEJ, KTÓRA KILKA DNI TEMU ZAPROSIŁA DO SKŁADANIA WNIOSKÓW W RAMACH PROGRAMU DISCOVEREU. I WARTO SIĘ SPIESZYĆ — DARMOWY BILET MOŻNA ZDOBYĆ TYLKO 30 KWIETNIA, DO POŁUDNIA CZASU ŚRODKOWOEUROPEJSKIEGO.

Kto może?

W sumie dostępnych jest 35 500 karnetów. Aby je otrzymać, młodzi ludzie urodzeni między 1 lipca 2005 r. a 30 czerwca 2006 r. mogą rozwiązać quiz składający się z pięciu pytań na temat UE i jedno pytanie dodatkowe na Europejskim Portalu Młodzieżowym. Wybrani kandydaci otrzymają bezpłatny bilet kolejowy na podróż po Europie na maksymalnie 30 dni w okresie od 1 lipca 2024 r. do 30 września 2025 r.

W konkursie mogą brać udział kandydaci z Unii Europejskiej oraz krajów stowarzyszonych z programem Erasmus+, w tym Islandii, Liechtensteinu, Macedonii Północnej, Norwegii, Serbii i Turcji. Posiadacze biletów mogą planować własne trasy lub wzorować się na istniejących. Mogą na przykład odkryć uruchomioną w zeszłym roku trasę skupiającą się na miastach i miejscach czyniących Unię Europejską „piękną, zrównoważoną i włączającą” zgodnie z zasadami Nowego Europejskiego Bauhausu.

Gdzie może?

Uczestnicy mogą również skorzystać ze Szlaku Kultury DiscoverEU — inicjatywy Europejskiego Roku Młodzieży 2022, która łączy różne kierunki kulturalne, w tym architekturę, muzykę, sztuki piękne, teatr, modę i wzornictwo. Uczestnicy mogą odwiedzić Europejskie Stolicy Kultury znajdujące się na Liście Światowego Dziedzictwa UNESCO, miejsca posiadające Znak Dziedzictwa Europejskiego lub miejsca posiadające certyfikat Access City Award, czyli miasta, które

re zrobiły wszystko, aby stać się bardziej dostępne dla wszystkich.

Nie tylko bilet

DiscoverEU to znacznie więcej niż tylko bilet. Uczestnicy otrzymają także kartę rabatową uprawniającą do ponad 40 000 zniżek na transport publiczny, kulturę, zakwaterowanie, wyżywienie, sport i inne usługi w kwalifikujących się krajach. Ponadto Agencje Narodowe programu Erasmus+ organizują spotkania informacyjne przed wyjazdem, a agencje narodowe we wszystkich krajach uczestniczących w programie Erasmus+ przygotowują spotkania DiscoverEU, czyli programy edukacyjne trwające od jednego do trzech dni.

Włączenie społeczne jest najwyższym priorytetem programu Erasmus+, dlatego uczestnicy niepełnosprawni lub mający problemy zdrowotne otrzymują wsparcie podczas podróży. Od października 2022 r. agencje narodowe programu Erasmus+ wdrażają akcję włączającą DiscoverEU, umożliwiającą organizacjom pracującym z młodymi ludźmi o mniejszych szansach ubieganie się o grant. Akcja ta zapewnia uczestnikom dodatkowe wsparcie w postaci dodatkowego finansowania i możliwości podróżowania z osobami towarzyszącymi. Od pierwszego naboru w październiku 2022 r. agencje narodowe programu Erasmus+ nagrodziły ponad 250 projektów, a w tym roku odbywają się dwa nabory w ramach Akcji Włączającej.

— DiscoverEU to fantastyczna szansa dla młodych ludzi, którzy chcą zwiedzać Europę, odkrywać miejsca i poznawać nowych ludzi

Fot. Freepik

— mówi Iliana Ivanova, komisarz ds. innowacji, badań naukowych, kultury, edukacji i młodzieży. — Z radością ogłaszam wiosenną rundę składania wniosków podczas ekscytującego Europejskiego Tygodnia Młodzieży. Życzę powodzenia wszystkim kandydatom!

Chociaż DiscoverEU zachęca do podróżowania koleją w sposób zrównoważony, dostępne są specjalne rozwiązania dla młodych ludzi z regionów najbardziej oddalonych, okęgów i terytoriów zamorskich, obszarów oddalonych i wysp.

Kto już skorzystał?

Komisja uruchomiła DiscoverEU w czerwcu 2018 r. w następstwie działań przygotowawczych Parlamentu Europejskiego. Jest zintegrowany z programem Erasmus+ 2021-2027.

Od 2018 r. ponad 1 milion kandydatów złożyło wnioski o 284 tys. dostępnych karnetów. Z najnowszego badania ankietowego przeprowadzonego po podróży wynika, że 72 proc. kandydatów zadeklarowało, że po raz pierwszy wyjeżdża pociągiem poza kraj zamieszkania. Dla wielu była to także pierwsza podróż bez rodziców lub towarzyszących im osób dorosłych, a większość wskazała na zwiększone poczucie niezależności. Ponad dwie trzecie stwierdzi-

ło, że bez DiscoverEU nie byłoby w stanie sfinansować biletu podróznego.

Doświadczenie DiscoverEU umożliwiło młodym ludziom lepsze zrozumienie innych kultur i historii Europy oraz poprawiło ich znajomość języków obcych. Uczestnicy mogą zostać Ambasadorami DiscoverEU, którzy będą wspierać tę inicjatywę. Oficjalna grupa #DiscoverEU liczy ponad 96 tys. członków, gdzie młodzi podróżnicy mogą kontaktować się ze sobą, aby dzielić się doświadczeniami i wskazówkami.

Jak?

Aby złożyć wniosek, kwalifikujący się kandydaci na stronie https://youth.europa.eu/discovereu/_en muszą wypełnić quiz wielokrotnego wyboru dotyczący wiedzy ogólnej na temat Unii Europejskiej i innych inicjatyw UE skierowanych do młodych ludzi. Komisja dokona rankingu wnioskodawców na podstawie ich odpowiedzi. Komisja zaofertuje wnioskodawcom bilety podrózne po zajęciu przez nich miejsca w rankingu do wysokości limitu dostępnych biletów.

OPRAC. MMB

7 NOWYCH MIEJSC ZE ZNAKIEM DZIEDZICTWA EUROPEJSKIEGO

Aby uczcić bogate i różnorodne dziedzictwo kulturowe Europy, Komisja Europejska ogłosiła kolejne zwycięskie obiekty objęte Znakiem Dziedzictwa Europejskiego na rok 2023. Otrzymując ten znak, 7 obiektów historycznych z całego kontynentu zostało wyróżnionych za ich znaczącą rolę w historii i kulturze Europy i rozwój Unii Europejskiej.

Zwycięskie miejsca to:

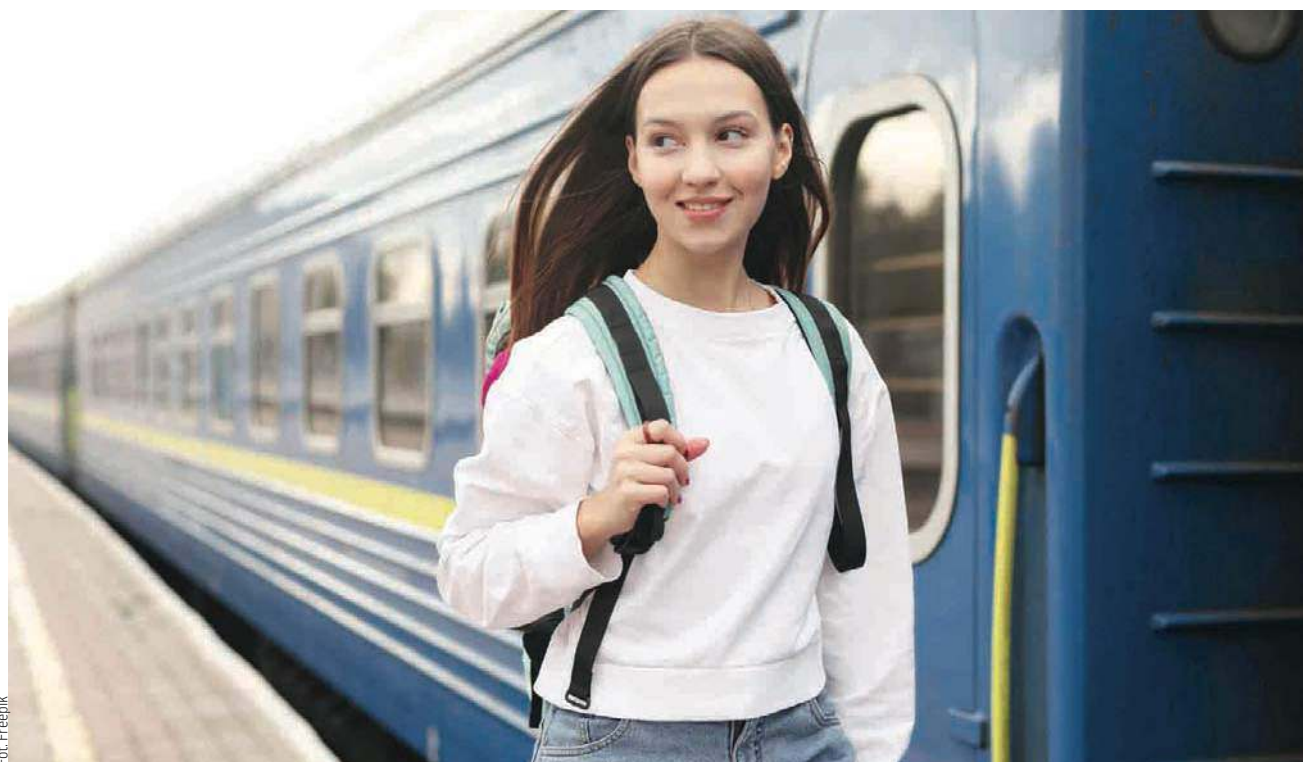
1. Krajobrazy Cysterskie Łączące Europę (Austria, Czechy, Niemcy, Polska, Słowenia)
2. Klasztor San Jerónimo de Yuste, Cuacos de Yuste (Hiszpania)
3. Muzeum Pana Jezusa na Poddaszu (Holandia)
4. Teatr Królewski Toone (Belgia)
5. Kalevala (Finlandia)
6. Ateneum Rumuńskie (Rumunia)
7. Sant'Anna di Stazzema (Włochy)

Znak Dziedzictwa Europejskiego został ustanowiony przez UE w 2011 r. w celu

promowania poczucia przynależności i tożsamości wśród Europejczyków. Znak przyznawany co 2 lata. Wyróżnia miejsca, które odegrały kluczową rolę w kształtowaniu wspólnej historii naszego kontynentu. Znak został po raz pierwszy przyznany w 2013 r. W tym roku łączna liczba obiektów oznaczonych tym Znakiem w całej Europie wynosi 67.

Do miejsc kwalifikujących się do otrzymania Znak zaliczają się pomniki, obiekty naturalne, podwodne, archeologiczne, przemysłowe lub miejskie, krajobrazy kulturowe, miejsca pamięci, dobra kultury, dziedzictwo niematerialne związane z miejscem, w tym dziedzictwo współczesne. Każdy uczestniczący kraj UE może zaproponować maksymalnie 2 obiekty. Europejski panel niezależnych ekspertów wybiera jedną lokalizację z każdego uczestniczącego kraju. Na podstawie tego zalecenia Komisja Europejska wyznacza obiekty, które otrzymają znak. W tegorocznej edycji spośród 16 kandydujących obiektów wybrano 7 obiektów.

WSIAŚĆ DO POCIĄGU...



EUROPE DIRECT
Warmia i Mazury

POLACY MIELI LEPSZĄ OFERTĘ

— LUDZKA GŁOWA KOSZTOWAŁA TRZY ZŁOTE, NOGA – DWA ZŁOTE, GAWRON – TYLE SAMO. MYSZ – ZŁOTÓWKĘ, KOT – OSIEM ZŁOTYCH, A PIES – PIĘTNAŚCIE ZŁOTYCH — ZANOTOWAŁ KIJOWSKI KUPIEC BOŻEK BAŁYK SYTUACJĘ POLSKICH ŻOŁNIERZY BRONIĄCYCH SIĘ NA KREMLU W POCZĄTKACH XVII. A PRZECIEŻ MOGŁO BYĆ INACZEJ I MOSKIEWSKIM CAREM MÓGŁ ZOSTAĆ POLSKI KRÓLEWICZ. ALE CZY TO INACZEJ OZNACZA LEPIEJ DLA RZECZYPOSPOLITEJ?



Andrzej Chwalba, Wojciech Harpula, „Polska-Rosja. Historia obsesji, obsesja historii”, Wydawnictwo Literackie.

Książka-rozmowa Andrzeja Chwalby i Wojciecha Harpuly jest fascynująca. Dla mnie przede wszystkim dlatego, że mogłem poznać inne spojrzenie na polsko-rosyjskie relacje. To dla mnie, zafascynowanego Piłsudskim, także ciężka próba dla moich antyrosyjskich poglądów. Bo o ile nie zgadzam się, że Polacy są rusofobami, to ja nim chyba jestem. Nie przeszkadza mi to jednak specjalnie, bo uważam, że dopóki w Rosji nie dokona się derusyfikacja, to Rosjanie będą naszymi wrogami.

— Jesteśmy więźniami własnych obsesji, które jeśli nawet na jakiś czas znikają, to jedynie po to, by zjeszcze większą mocą ponownie się objawiać. Nasze myślenie o Rosji i Rosjanach oraz wzajemnej historii wciąż jest irracjonalne i silnie nacechowane emocjami, a emocje nie pozwalają na trzeźwą ocenę sytuacji — mówi profesor Chwalba w jednym z miejsc.

I jakby zaprzecza tej tezie winnym.

— Opowiadając o Rosji i jej specyfice, nie sposób pominąć wynikającego z tej koncepcji faktu, że imperatyw parcia na zewnątrz, poszerzania granic, zajmowania nowych ziem to trwały składnik jej państwowej tożsamości. To, co dla nas, Polaków, jest śmiertelnym zagrożeniem, dla Rosjan jest naturalne. Godne pochwały (...). Tylko dwukrotnie w swojej historii — na początku XVII wieku i po rozpadzie ZSRR — Rosja musiała się skupić na swoich wewnętrznych sprawach. Później, gdy okrzepła, wkraczała w stare koleiny, rozpychała się w Europie i na świecie. Obecnie robi to samo — dowodzi Andrzej Chwalba.

— Inaczej nie potrafi? — pyta Wojciech Harpula.

— Nie potrafi, nie może, nie chce. Żeby przestać, musiałaby wymyślić siebie na nowo — odpowiada profesor. Czyż ta opinia nie jest jednak przejawem owej „obsesji”? Bo przecież, żeby wymyślić siebie na nowo, Rosjanie musieliby sami siebie derusyfikować, pozbawić się tej imperialnej tradycji.

Chcieli dać Polsce Serbię

Rozmowa Chwalby i Harpuly toczy się głównie wokół spraw dawnych, a przez to w Polsce zapomnianych, jak choćby szlacheckie pomysły, by na polskim tronie osadzić psychopatę i zbrodniarza cara Iwana Groźnego. Bo historia relacji polsko-moskiewskich nie zaczyna się od wojen, ale od wspomnianego pomysłu z 1572 roku, który był popularny na Litwie, ale i w Koronie miał zwolenników.



Władysław IV przyjmuje kapitulację wojsk moskiewskich pod Smoleńskiem w 1634 roku (sarkofag króla w katedrze na Wawelu)

Car musiałby jednak przejść na katolicyzm, co zgóry cały zamysł sytuowało w sferze fantastyki politycznej. Wtedy pojawił się pomysł, że może królem zostałby jego syn Fiodor. Car zgodził się na to, ale jednym z warunków było, że na króla polskiego na Wawelu koronuje go... moskiewski patriarcha. I tak pomysł upadł, ale po 20 latach i wyprawach Stefana Batorego Fiodor, już jako car, przystał na rozmowy z Rzeczypospolitą. Moskiwczini zaproponowali w ramach przymierza między innymi wspólną wyprawę przeciwko Turcji. Rzeczpospolita po zwycięstwie miała dostać... Bośnię, Serbię oraz Węgry.

Litwini, którzy mocno obstawali za Fiodorem, o którym nie chciała słyszeć szlachta z Korony, proponowali, aby do wyborów dopuścić trzech kandydatów, w tym Fiodora, a wybrać jednego przez... losowanie. Pomysł jednak padł.

A kilkanaście lat później carem moskiewskim prawie został królewicz Władysław. Jeden z warunków: przejście na prawosławie. Wszystko było na dobrej drodze. W cerkwiach wprowadzono do liturgii modlitwy za nowego cara i wybito monetę z jego wizerunkiem. Na objęcie tronu nie zgodził się jednak jego ojciec Zygmunt III Waza, który sam chciał zostać carem, na dodatek katolikiem. Polacy zostali otoczeni na Kremlu i doszło do sytuacji wspomnianej na początku tekstu.

— Jeżeli Zygmunt III zgodziłby się na przejście syna na prawosławie (...) Władysław Zygmuntowicz zostałby zapewne carem (...). Jeżeli (...) utrzymałby się na tronie, to w perspektywie pokolenia, najwyżej dwóch, kremlowscy Wazowie staliby się wyrazicielami interesów Moskwy — uważa Andrzej Chwalba. Więc może w rozbiorach braliby moskiewscy Wazowie?

Pierwsza połowa XVII wieku to był czas, kiedy Rzeczpospolita utrzymywała przewagę nad Moskwą. Wygrała jeszcze wojnę 1632-1634. Potem było już tylko gorzej. Między innymi dlatego, że szlachta nie doceniła pragnienia Kozaków, którzy chcieli stać się jej częścią.

— Kozacy czuli się częścią Rzeczypospolitej, ale ta odmawiała przyznania im choćby ograniczonych praw politycznych (...). Godność kozacka była naruszana przez egoistyczne, krótkowzroczne działania szlachty polskiej — podkreśla prof. Chwalba. I dodaje swoją opinię o Bohdanie Chmielnickim: — Podniósł bunt, bo uznał, że prawa Kozaków i szerzej: ludności ruskiej na Ukrainie nie są szanowane. Był jednak obywatelem Rzeczypospolitej, nie pojmował imperatywu „zbierania ziem ruskich”. Dla niego układ z państwem moskiewskim miał być taktyczną zagrywką. Dla Moskwy był olbrzymią szansą, wydarzeniem o niezwykłej doniosłości.

Potem była jeszcze próba naprawienia tych relacji

w unii hadziackiej 1658 roku, która zakładała przekształcenie Rzeczypospolitej Dwojga w Trojga Narodów. Do Korony i Litwy miało dołączyć Księstwo Ruskie.

Hadziacz nie wyszedł, bo nie chciała go szlachta, ale i dlatego, że zdaniem prof. Chwalby tylko nieliczni Kozacy rozumieli, że „mając do wyboru Rzeczpospolitą i Moskwę, lepiej postawić na Lachów, bo mają lepszą ofertę”.

Wszystkiemu winni romantycy?

Ostatnio przez Rzeczpospolitą przetacza się burza związana z kanonem lektur szkolnych i tym, czego będzie się uczyć na lekcjach historii. Zagrożeni mają być między innymi „romantycy”. Zdaniem Andrzeja Chwalby to oni odpowiadają w głównej mierze za to, że Rosja stała się dla Polaków „piekielną krainą”. Czyli są twórcami czarnego PR-u.

Jesteśmy zatem w XIX wieku. Wielu Polaków swoje polityczne nadzieje wiąże z Napoleonem, który, choć był popularny w Księstwie Warszawskim, to już nie wśród litewskich Polaków. Powstał wtedy nawet plan unii Rosji z Litwą, czyli polską szlachtą. Taki pomysł firmował na przykład Tomasz Wawrzecki, drugi i ostatni naczelnik insurekcji kościuszkowskiej. Car się jednak nie zdecydował na taki krok.

— Wkroczenie Napoleona na Litwę nie wywołało entuzjazmu znanego z kart Pana Tadeusza. Część szlachty, jak Jacek Soplica, przystąpiła do profrancu-

skiej konfederacji, ale to była mniejszość — podkreśla prof. Chwalba. I dodaje, burząc mit o bitwie pod Borodino, w której w 1812 roku Rosjanie pokonali Francuzów: — My pamiętamy o żołnierzach księcia Józefa Poniatowskiego, który walczył u boku Napoleona i zapominamy, że po drugiej stronie „równie mężnie stały pułki polskie po stronie rosyjskiej (...). Służyło w nich wielu dawnych żołnierzy Kościuszki”.

Zwycięski car Aleksander I myślał o jakiejś formie unii personalnej Królestwa Polskiego i Rosji. — Zdzisiejszej perspektywy trudno może zrozumieć, że pierwszej wizycie cara w Warszawie towarzyszył autentyczny entuzjazm. „Boże, coś Polskę”, znana pieśń Alojzego Felińskiego napisana w 1816 roku, pierwotnie nosiła tytuł „Boże, chroń króla” i była śpiewana jako manifest wiary w to, że Polskę pod rządami Aleksandra I czeka jak najlepszy los — przekonuje Andrzej Chwalba. I dodaje, że królestwo kwitło: — Za chlebem zaczęli do nas przyjeżdżać (...) osadnicy z Niemiec, Belgii, Czech i Wielkopolski.

To zmienił wybuch Powstania Listopadowego, do którego inicjatorów Chwalba nie ukrywa chłodu i twierdzi, że po prostu nie myśleli, bo „gdyby którykolwiek ze spiskowców zadał sobie pytanie o możliwe konsekwencje zbrojnego wystąpienia, to być może podchorążowie zostaliby w koszarach”.

Jego zdaniem to właśnie upadek Powstania zrodził antyrosyjską obsesję, a jego twórcami byli Adam Mickiewicz i inni romantycy. — Po powstaniu i on, i pozostali twórcy tego okresu robili wszystko, by przekonać Polaków o konieczności konfrontacji z Rosją. Nadali walce z Moskalami sankcję moralną — uważa Andrzej Chwalba.

Kto nie zna historii, ten nie ma przyszłości. Zapamiętajmy zatem jego opinię, że Rosja wczoraj i dzisiaj przyjmowała „zachodnie rozwiązania nie po to, aby stawać się częścią szerszej wspólnoty, lecz po to, by lepiej budować własny świat. Po to, by dzięki modernizacji Zachód pokonać”.

IGOR HRYWNA

DEBATOWALI O HISTORII

W WARMIŃSKO-MAZURSKIM OŚRODKU DOSKONALENIA NAUCZYCIELI W OLSZTYNIE ODBYŁ SIĘ REGIONALNY TURNIEJ DEBAT HISTORYCZNYCH ORGANIZOWANY PRZEZ INSTYTUT PAMIĘCI NARODOWEJ. ZWYCIĘŻYŁA DRUŻYNA I LICEUM OGÓLNO-KSZTAŁCĄCEGO IM. JANA BAŻYŃSKIEGO W OSTRÓDZIE.

W turnieju zmierzyły się cztery czteroosobowe zespoły z IV Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Skłodowskiej-Curie w Olsztynie, Uniwersyteckiego XII Liceum Ogólnokształcącego im. Marii i Georga Dietrichów w Olsztynie, I Liceum Ogólnokształcącego im. Jana Bażyńskiego w Ostródzie oraz Liceum Ogólnokształcącego w Lidzbarku Warmińskim.

Turniej był prowadzony w formie debaty oxfordzkiej, a uczniowie dyskutowali na temat wojny obronnej z 1939 r., bitwy pod Falaise, kłamstwa katyńskiego oraz Kościoła katolickiego jako opozycji antykomunistycznej w powojennej Polsce. Drużyna z Ostródy będzie reprezentować nasz region w finałowym Turnieju Debat

Historycznych IPN w Warszawie.

— To były niezwykle debaty, a używana argumentacja powodowała, że mogły trwać dużo dłużej, niż powala na to czas turnieju. Debata o roli Kościoła jako opozycji antykomunistycznej miała szczególnie emocjonujący przebieg — powiedział nam przedstawiciel organizatorów Turnieju.

O dziwo w drużynie zwycięzców nie mają przewagi humaniści. „Kapitan” drużyny uczęszcza do klasy biologiczno-chemicznej.

— Chociaż chodzę do „biol-chemu”, to bardzo interesuje się historią. To dlatego już trzeci raz biorę udział w debacie oxfordzkiej. Również w dwóch poprzednich, z tym że szkolnych, wygraliśmy — powiedział nam Szymon z klasy 2C ILO z Ostródy.

Jury, w którego skład wchodziło przedstawicieli olsztyńskiej delegatury Instytutu Pamięci Narodowej, nie było jednogłośnie w swoim werdykcie. I LO z Ostródy otrzymało dwa z trzech sędziowskich głosów.

— Każda z takich debat to wyjątkowe spotkanie z uczniami, którzy pasjonują się historią. Turniej dla wielu z nich to także okazja do szlifowania umiejętności wystąpień publicznych i widać było, że wśród uczestników są talenty w tej dziedzinie — powiedział nam dr Krzysztof Kierski z IPN w Olsztynie.

Drużynom towarzyszyli nauczyciele, którzy zagrzewali swoich uczniów do walki i zawzięcie im kibicowali. Zwycięzcy zapowiadają, że w Warszawie podczas finałów ogólnopolskich mają zamiar zaważać z najlepszymi.



Zwyciężała drużyna I LO z Ostródy



Walka o laur zwycięstwa była zacięta

— Mamy sprawdzony skład i jesteśmy ze sobą zgrani. Każdy z nas pasjo-

nuje się historią. Zrobimy wszystko, żeby godnie reprezentować Warmię i Mazury — zapowiada Szymon z Ostródy.

SK

REKLAMA

Masz moc!

Przekaz 1,5% podatku Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”

KRS 0000148747
www.przyszloscdladzieci.org

WARMIA RESORT

PAKA RUN

BIEG CHARYTATYWNY DLA DZIECIAKÓW W TARAPATACH

11.05.2024

WARMIA RESORT WORYTY

ORGANIZATOR - WWW.WARMIARESORT.PL

ZAPISY - WWW.SUPERCZAS.PL/RESORTPAKARUN2024
PARTNER SPORTOWY - PAWEŁ PSZCZÓŁKOWSKI

PaKa INNE GAROWANIE

GAZETA OLSZTYŃSKA

PATRONAT HONOROWY WÓJTA GMINY GIETRZWAŁDZIE

WYDARZENIE FB

ZESPÓŁ RYBIK CUKROWY **CUKIERNIA TARANOWSKI** **KONFITURY Z MAZUR** **KINGA NADOLSKA PHOTOGRAPHY** **STYLOWA KWIACIARNIA MAJA** **CENTRUM KULTURALNO-BIBLIOTECZNE W GIETRZWAŁDZIE**

FPL transport **MAJSTER BUDOWA DOM DROG** **GOŁOGÓRA** **SOY OVI** **KAYAK strefa perkusistów** **PSZCZÓŁKOWSKI TEAM**

zaletha **szkoła** **GOŁOGÓRA** **JEZIORANY** **DAR WARMII** **COLEGIA** **Placówka typograficzna** **AUTO-PARTNER** **HOTEL MAZURY**

Jezus jest dżentelmenem
Lektura przypowieści Jezusa o winnym krzewie przynosi kilka interpretacji. Każde jej zdanie jest bogate w treści. Chciałabym jednak zatrzymać się na dwóch aspektach tej alegorii o winnym krzewie. Uderza mnie wypowiedź Jezusa, który mówi o latoroślach, czyli o mnie, o tobie, o nas. Jezus, choć nie był ani ogrodnikiem, ani właścicielem winnicy – a jeśli już, to był ogrodnikiem dusz, którego interesowali ludzie, ich życie i ich zbawienie – używa tego pięknego wyrażenia obrazowego zaczerpniętego z własnego życiowego kontekstu. Chrystus, porównując nas do latorośli, asiebie do winnego krzewu, wyjaśnia precyzyjnie: jedne latorośle, te, które nie przynoszą owocu, odcina. Po prostu, tak jak robi każdy ogrodnik czy każdy, kto zajmuje się choćby kwiatami. Suche fragmenty rośliny odrywa się lub odcina, by dać roślinie szansę, aby dalej zdrowo rosła, pozbywając ją zbędnego balastu. W to miejsce bowiem może pojawić się nowy kwiat, liść lub nowa latorośl. Należy to zrobić bez zbytnich sentymentów. Jest to działanie zupełnie racjonalne. To, co jest już nie do uratowania, wyrzuca się, a potem się pali. Jezus nie jest naiwnym optymistą. Wie doskonale, że nie uda się uratować wszystkich latorośli. Nie da się zachęcić wszystkich, aby przy Nim trwali. Są tacy, którzy porzucają Go, odchodzą od wiary, od Kościoła, sakramentów świętych. Takie są fakty. Co wtedy dzieje się z tymi ludźmi-latoroślami odciętymi od Chrystusa? To, co jest do przewidzenia. Marnieją, więdną, chorują duchowo, mentalnie, czasami nawet fizycznie, wpadają w depresję, nie widzą sensu życia, podejmowanych starań, są zrozpaczeni, smutni, zgorzkniali, uciekają w nałogi, konsumpcjonizm, złudzenia, kupowanie czyjejś uwagi i przywiązania. Po prostu usychają za życia. Ale mimo to nadal nie chcą zwrócić się do Jezusa, nie wierzą Mu, nie są przekonani, że tylko On może dać im wzrost, uratować i wzmocnić ich, zregenerować, zasilić niezbędnymi odżywczymi składnikami, aby znów żyli. Nie wierzą, że sami sobie nie pomagają, ani żaden człowiek już

tego nie robi. Chrystus jest dżentelmenem, nikogo nigdy do niczego nie zmusza. Mówił i zawsze powtarza: „jeśli chcesz”... To był i jest Jego jedyny warunek brzegowy, jaki stawia. Jakże często zapominamy o tych słowach Jezusa: „jeśli chcesz” lub nawet onich nie wiemy, sądząc, że Bóg nas do czegoś przymusza. Bo jeśli jednak chcesz, to nawet jeśli Twoja kondycja będzie bardzo słaba, wątła, krucha, przywiedła, ale będziesz jednak owocował, choćby śliwkami-robaczynkami, małymi gorzkimi jabłuskami, choćby kwaśnymi winogronami, to Jezus może – bo On chce zawsze – tę kondycję zmienić, poprawić, wyleczyć. Czy nie powiedział, że tę latorośl, która przynosi owoc, oczyści, aby przynosiła owoc obfitszy?

Dać się oczyścić
Jak Jezus oczyszcza? Osobiście to robi w Sakramencie Pokuty i Pojednania. Systematyczna spowiedź oczyszcza z wielu brudów, nieczystości tych powierzchniowych, ale też z brudu trudnego do wywabienia, który głęboko wniknął w tkanekę naszego życia, który tak się wgryzł w życie, duszę, psychikę, że żaden terapeuta, psycholog, psychiatra nie jest w stanie tego usunąć, a jedynie może to zrobić Boże przebaczenie i odpuszczenie. Są takie rodzaje zła, grzechów, zranień, które leczy tylko Bóg, oczyszczając z nich człowieka. Znam takie osoby, na które nie działało już nic. Nie było dla nich ratunku. Jednak, gdy zdesperowane zwróciły się do Jezusa z prośbą o pomoc najprostszą z modlitw: „Jezu, ratuj” lub „Jezu, Ty się tym zajmij”, to On naprawdę zajmował się nimi i ich sprawami, ratując od różnych form nieszczęść.

Oczyszczanie to także niedanie tego wszystkiego, o co się modlimy, o co prosimy lub błagamy Boga. Bóg nie zawsze wysłuchuje wszystkich naszych modlitw. To jasne. Dlaczego? Bo On wie wszystko i widzi dalej. I z ojcowską miłością chce nas przed czymś ustrzec. Wie, że pewien rodzaj modlitw ma charakter niepogłębiony, płytki, że raczej są to nasze zachcianki niż realne potrzeby lub że coś nie jest po prostu dobre. Wtedy Bóg nie sprawi, że to do-

staniemy, bo On doskonale zdaje sobie sprawę z tego, że z jakiegoś powodu byłoby to dla nas niekorzystne, niebezpieczne, szkodliwe. Powodu, októrym możemy nawet nie mieć pojęcia, że istnieje, aktóry poznaje się za jakiś czas albo i wcale – może dopiero w wieczności.

Modlitwa natomiast zawsze będzie wysłuchana – trzeba o tym pamiętać,

się z wolą Ojca, a nie z moimi wyobrażeniami i pragnieniami, zawsze przynosi pokój i zawsze jest wysłuchana. Potwierdza to Maryja, gdy sama się modli: „niech mi się stanie według słowa Twego”.

Są jednak sytuacje, wktórych człowiek tak się upiera, że Bóg dopuszcza coś, abyśmy mogli wreszcie zobaczyć opary absurdu naszej prośby, abyśmy mogli

KRZEW WINNY I LATOROŚLE

W V NIEDZIELĘ OKRESU WIELKANOCY KOŚCIÓŁ PROPONUJE NASTĘPUJĄCY FRAGMENT EWANGELII ŚW. JANA: „JEZUS POWIEDZIAŁ DO SWOICH UCZNIÓW: «JA JESTEM PRAWDZIWYM KRZEWEM WINNYM, A OJCIEC MÓJ JEST TYM, KTÓRY GO UPRAWIA. KAŻDĄ LATOROŚL, KTÓRA NIE PRZYNOSI WE MNIE OWOCU, ODCINA, A KAŻDĄ, KTÓRA PRZYNOSI OWOC, OCZYSZCZA, ABY PRZYNOSIŁA OWOC OBFITSZY. WY JUŻ JESTEŚCIE CZYŚCI DZIĘKI SŁOWU, KTÓRE WYPOWIEDZIAŁEM DO WAS. TRWAJCIE WE MNIE, A JA W WAS BĘDĘ TRWAĆ. PODOBNIENIE JAK LATOROŚL NIE MOŻE PRZYNOSIĆ OWOCU SAMA Z SIEBIE – JEŻELI NIE TRWA W WINNYM KRZEWIE – TAK SAMO I WY, JEŻELI WE MNIE TRWAĆ NIE BĘDZIECIE. JA JESTEM KRZEWEM WINNYM, WY – LATOROŚLAMI. KTO TRWA WE MNIE, A JA W NIM, TEN PRZYNOSI OWOC OBFITY, PONIEWAŻ BEZ MNIE NIC NIE MOŻECIE UCZYNIĆ. TEN, KTO NIE TRWA WE MNIE, ZOSTANIE WYRZUCONY JAK WINNA LATOROŚL I USCHNIE. POTEM JĄ ZBIERAJĄ I WRZUCAJĄ W OGIEŃ, I PŁONIE. JEŻELI WE MNIE TRWAĆ BĘDZIECIE, A SŁOWA MOJE W WAS, TO PROŚCIE, O COKOLWIEK CHCECIE, A TO WAM SIĘ SPEŁNI. OJCIEC MÓJ PRZEZ TO DOZNA CHWAŁY, ŻE OWOC OBFITY PRZYNIESIECIE I STANIECIE SIĘ MOIMI UCZNIAMI»”.

choć trudno to przyjąć, gdy do każdej naszej prośby dodamy to niewielkie dopowiedzenie „bądź wola Twoja”, którego nauczył nas Jezus w teorii i w praktyce, pokazując jej zastosowanie we własnym życiu, gdy w Ogrójcu na modlitwie mówił: „Wszakże nie jak Ja chcę, ale jak Ty chcesz”. Modlitwa, którą uzgadnia

doświadczyć czegoś, co nas autentycznie nawróci, abyśmy zdążyli zboczyć z niewłaściwej drogi, która mogłaby zaprowadzić nas tam, gdzie wrzuca się uschnięte latorośle. Nie wszyscy jednak, niestety, zbaczają ze złe obranej drogi...

Czasami, aby nas oczyścić, Bóg zabiera nam coś, pozabawia nas czegoś, nie po-

zwala w coś brnąć, czemuś lub komuś oddać się bez reszty, ponieważ On wie, że to strata czasu, wysiłku, sił, potu, pracy, zaangażowania wewnętrznych zasobów, bezużytecznych wysiłków. Czasami Bóg ucina relacje z innymi, które są jałowe, puste, niebezpieczne, grożą wypaleniem wewnętrznym. Czasami, poprzez spłot wydarzeń, zabiera pozycję, stanowisko, władzę, prestiż, bo w konkretnym przypadku mogłyby zaprowadzić kogoś do utraty zdrowia, życia, wartości wyższych lub mogłyby one wpędzić w pychę, zarozumiałstwo,abrałyby doszczętnie czas na własne życie lub czas, który należy się żonie, mężowi, dzieciom, Bogu, przyjacielowi. Zdarza się, że zabiera po prostu coś, abyśmy służyli czemuś lepszemu, czemuś, do czego jesteśmy powołani, predestynowani, do czego najlepiej się nadajemy. Bo tylko to w konsekwencji może zapewnić nam prawdziwą satysfakcję i życiowy dobrostan. Znam pewnego księdza, który po święceniach ukończył poważne studia w Polsce i za granicą, obronił doktorat. Był on pewien, że robi znaczącą, spektakularną karierę w Kościele, w nauce, a może nawet w watykańskiej dyplomacji. Jakież było jego zdziwienie, gdy po studiach został wezwany do powrotu do Polski. Był wszoku, choć nie tracił nadziei, w duchu nadal licząc na coś intratnego i prestiżowego, przynajmniej w swej diecezji. A jakież było jego rozczarowanie, gdy się dowiedział, że idzie do zwykłej duszpasterskiej pracy w prowincjonalnym miasteczku. Ileż było w nim goryczy, pretensji do Boga, egzystencjalnego smutku sięgającego szpiku kości. Myślał nawet o opuszczeniu kapłaństwa, wściekły na przełożonych, ale i na Boga. Został jednak, przetrwał czas buntu i okazało się, że ta decyzja była jedną z najlepszych. Z czasem przywyknął do swojej pracy, która początkowo nie spełniała jego marzeń, potem ją polubił, potem odmówił prowadzenia wykładów, gdy wreszcie propozycja przyszła, gdyż te kolidowałyby z jego pracą. Wreszcie stał się wziętym, znanym, gorliwym duszpasterzem, doskonałym spowiednikiem, autorem znakomitych konferencji, kierowni-

kiem duchowym dla wielu osób, a przede wszystkim człowiekiem spełnionym. Odebranie mu jego wyobrażeń o tym, co będzie dla niego najlepsze, oczyszczenie go z pewnych pragnień, o których myślał, że są najlepsze na świecie, poddanie się woli Bożej doprowadziło go na tak zielone pastwiska, o jakich nawet nie marzył.

Trwanie to nie sezonowa fascynacja
I jeszcze jeden aspekt tej przypowieści, który dostrzegam. Jezus mówi wyraźnie: „Trwajcie we Mnie”. Co to znaczy „trwać”? „Trwanie” oznacza kontynuowanie lub utrzymywanie się w określonym stanie lub relacji. Jeśli ktoś „trwa w czymś” lub „przy kimś”, to znaczy, że pozostaje w danej sytuacji, zajęciu lub związku przez cały czas, bez przerwy. Może to odnosić się do każdej formy relacji, pracy, pasji czy też jakiegokolwiek innej sfery życia. Trwanie łączy się więc z takimi wartościami jak wytrwałość, lojalność, przywiązanie, cierpliwość, stałość, co powoduje, że coś po prostu kontynuujemy. Relacja z Jezusem nie powinna mieć zatem charakteru okazjonalnego, kapryśnego, doraźnego, chwilowej fascynacji, jednorazowego zauroczenia. Jak mi się zechce, to się pomodlę, pójde do kościoła, wypowiadam się, sięgnę po Biblię. Czy trwanie, poważnie traktowane, to msza św. raz na kwartał, pójście ze święconką do kościoła, wypowiadanie się raz na ruski rok? To jest trwanie? Słowo greckie trwać – „meno” oznacza też mieszkając, a więc koegzystować, być razem, być tak blisko siebie, jak latorośl wszczepiona w krzew winny. Ojciec Augustyn Pelanowski w komentarzu do tego fragmentu Ewangelii mówił, że „Jezus prosi swych uczniów o trwanie w nim, bo jedynie nieprzerwane zamieszkiwanie w Jego łasce powoduje owocowanie, czyli rozwój duchowy. Trwać to być bez przerwy własce uświęcającej!”. Jeżeli zaś my będziemy trwać z Chrystusem, to On, jak Sam dopowiada, będzie w nas trwać – „Ja w was będę trwać”. I wtedy staniemy się prawdziwymi uczniami, jak On sam nas zapewnia.

ZDZISŁAWA KOBYLŃSKA

26 kwietnia - 2 maja 2024



dodatek

TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

Treść programu i foto dzięki uprzejmości: Prasowej Agencji Telewizyjnej, Polsatu, TVP1, TVP2, TVN, TV4, TVN7, TV Puls, TV Trwam, TVP Kultura INFORMUJEMY, ŻE REDAKCJA NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA ZMIANY W PROGRAMACH TV

Wydawca: Dodatek sp. z o.o., ul. Wiatrakowa 11/3, 85-115 Bydgoszcz, tel. 516-018-821, e-mail: iwona@magraf.pl. Redaktor naczelny: Sławomir Grzmieł ISSN 1643-2460 • Skład komputerowy: Magraf sp.j.

Poniedziałek



20:00

TVP

KULTURA

Przełęcz ocалonych
Dramat wojenny, USA, Australia, 2016

Film nawiązuje do biografii Desmonda Dossa, żołnierza Armii Stanów Zjednoczonych. Pełnił służbę wojskową podczas II wojny światowej, był sanitariuszem. Armia amerykańska toczy ciężkie walki z Japończykami na Pacyfiku. Rozpoczyna się amerykański desant na japońską o wyspę Okinawa. Wśród amerykańskich żołnierzy jest także Desmond, sanitariusz, który ze względu na przekonania religijne stanowczo odmawia noszenia i używania broni. Jego postawa sprawia, że oskarża się go o tchórzostwo. Czas pokaże, jak bardzo się wszyscy mylili.

INNE DATY EMISJI: WTOREK, 0:10

Piątek



20:00

TVN 7

Wytańczyć marzenia
Dramat, muzyczny, USA, 2006

Oparta na faktach historia uznanego na arenie międzynarodowej tancerza baletowego Pierra Dulane. Po zakończeniu kariery Dulane jest instruktorem tańca w szkole publicznej w Nowym Yorku. W momencie, kiedy jego metody nauki ścierają się z hip hopowymi instynktami jego uczniów, tworzy zespół, który kreuje nowy styl tańca i staje się jego mentorem.

Sobota



22:45

TVN 7

Frantic
Sensacyjny, USA, Franc., 1988

Przed dwudziestu laty Walkerowie pojechali do Paryża na podróż poślubną. To miasto przyniosło im szczęście. Ich małżeństwo przetrwało niejedno. Na wiadomość o organizowaniu światowej konferencji medycznej w Paryżu, Richard zaproponował Sondrze, by towarzyszyła mu w podróży. Obydwie uznali, że to wspaniały pomysł. Podróż minęła bez problemów. Walkerowie zatrzymali się w pięknym apartamencie słynnego Grand Hotelu. Kiedy Richard brał prysznic, szum płynącej wody zagłuszył wszystko, co działo się w tym czasie w pokoju. Gdy wyszedł, Sondry już nie było.

Niedziela



1:05

TVP 1

1917
Dramat wojenny, Wielka Brytania, USA, 2019

Kanwą obrazu stały się wspomnienia żołnierza brygady strzelców i pisarza Alfreda Mendesa. Głównymi bohaterami opowieści o brytyjskich żołnierzach służących na froncie zachodnim I wojny światowej są dwaj szeregowcy Will Schofield i Tom Blake. U schyłku wojny wyruszają z niebezpieczną tajną misją, od której powodzenia zależy życie ich towarzyszy. Mają za zadanie dotrzeć do żołnierzy i wstrzymać operację ofensywną z góry skazaną na przegraną. Aby tego dokonać muszą przedrzeć się za linię wroga i przekazać rozkaz odwołujący atak.

INNE DATY EMISJI: SOBOTA, 21:20

Wtorek



21:10

TVP 1

Zimna wojna
Dramat, Wielka Brytania, Polska, Francja, 2018

Akcja filmu to wpleciona w historyczny kontekst opowieść o trudnej miłości. Trwają przesłuchania do ludowego zespołu „Mazurek”. Jedną z kandydatek jest uroczą Zula o mocnym głosie, która swoim wdziękiem i talentem przykuwa uwagę kompozytora Wiktora. Między młodą, prostolinijną dziewczyną z prowincji a znanym artystą nawiązuje się płomienny romans. Za jego namową Zula decyduje się na wyjazd z komunistycznej Polski. Przed nią perspektywa występów na europejskich scenach. Ale życie na obczyźnie też nie jest usłane różami...

Środa



23:30

TVP 1

La La Land
Musical, USA, 2016

Do Los Angeles w poszukiwaniu szczęścia trafia para bohaterów, marzyciele z wielką pasją, którzy poznają się tu i zakochują w sobie. Czy uda im się pielęgnować to kruche uczucie i jednocześnie walczyć o swoją przyszłość i spełnienie marzeń? Ona - Mia Dolan - jest dobrze zapowiadającą się aktorką, ale zanim podbije ten trudny rynek, musi zarabiać na życie jako kelnerka w barze. On - Sebastian Wilder - to zdolny pianista, który marzy o własnym klubie jazzowym. Aby przeżyć tymczasem chałturzy w podrzędnej knajpie, grając narzucane mu kawałki i ledwie wiąże koniec z końcem...

Czwartek



20:00

TV PULS

Jak upolować faceta
Komedia, USA, 2012

Stephanie Plum (Katherine Heigl) to 30 letnia rozwódka bez grosza przy duszy. Szukając nowej pracy, prosi kuzyna Vinniego (Patrick Fischler), by dał jej szansę zarobić szybką gotówkę jako łowca nagród. Jej pierwszym zleceniem jest schwytanie lokalnego policjanta Joe Morelli (Jason O'Mara), poszukiwanego za morderstwo. To dokładnie ten sam facet, który w szkole średniej uwiódł ją, a potem porzucił. Dziewczyna chce odnaleźć przestępcę nie tylko dla pieniędzy, ale też dla zemsty. W przygotowaniach do pierwszej misji pomaga jej łowca nagród - Ranger (Daniel Sunjata).

PIĄTEK • 26 kwietnia

TVP 1

04:45 Klan - telenowela TVP
05:15 Dziedzictwo - serial, Turcja
06:05 Złoty chłopak - serial obycz.
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Agape Blisko Ciebie - mag.
08:00 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial krym.
08:50 Ranczo - serial obycz., Polska
09:45 Komisarz Alex - serial krym.
10:45 Ojciec Mateusz - serial
11:35 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:35 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
12:55 Natura w Jedynce
- U wybrzeży Nowej Zelandii - Manawatawhi - dok., N. Zel., 2022
14:00 Złoty chłopak - serial obycz.
14:55 Jaka to melodia?
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja

TVP 2
05:30 M jak miłość - serial, 2021
06:20 Anna Dymna - spotkajmy się
06:55 Rodzinka.pl - serial kom.
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym Panorama Flesz
11:15 Operacja zdrowie - magazyn medyczny
11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2024
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Akacja 38 - serial kostiumowy, 2016
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularny
15:05 Górcy ratownicy - serial obyczajowy, Niemcy, 2023
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - serial obyczajowy, Turcja, 2020
18:10 Va Banque - teleturniej

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn śniadaniowy
11:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
12:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
14:45 Detektywi - program krym.
15:45 Doradca smaku - program kulinarny
15:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
16:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
18:00 Detektywi - program krym.
19:00 Fakty
19:30 Sport; Pogoda

POLSAT

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

TVP Kultura

08:00 Muzyczne poranki
08:20 Wędrowiec Polski - Ziemia kowicka - rep.
09:00 Komediantka - serial, 1987
10:10 Dzieci słońca - dram., Iran, 2020
11:55 Słobrodzanie - magazyn
12:35 Legendy opery - Enrico Caruso - dok., Wlk. Bryt., 2018
13:35 Kot - dram., psycholog., Franc., 1971
15:10 Śpiewnik Komedy - koncert, 1995
17:05 Krafftówna w krainie czarów - dok., Polska, 2021
18:40 Reżyserzy - John Carpenter - dok., Wlk. Bryt., 2018
19:40 Portrety - Elżbieta Jaroń - reportaż
20:00 Wieczór kinomana - Wstęp do filmu - Noc myśliwego

TV Puls

06:00 Nash Bridges - Podczas śledztwa w sprawie narkotyków, Joe zostaje wystawiony na działanie groźnych chemikaliów...
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy
12:00 Miasteczka. Nie ufaj nikomu - 25-letnia Emilia jest samotną matką 3-letniego Kapra i pracuje w fabryce kosmetyków. Pewnego dnia Emilia zostaje przyłapana na wynoszeniu produktów z fabryki...
14:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
16:00 Miasteczka. Nie ufaj nikomu - serial paradokumentalny
17:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny

TVN 7

05:00 Szkoła - Gimnazjalistka Asia Stępień marzy, by dzięki popularności w Internecie zarabiać pieniądze.
06:55 Szpital - program obycz.
07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:00 Detektywi - program krym.
12:00 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
12:45 Szpital - Matka przynosi do szpitala 10-miesięcznego syna, który przez jej nieuwagę spadł ze schodów i złamał rękę.
13:50 Sąd rodzinny - program sądowy
14:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
16:55 Zagadki losu - program obyczajowy
17:55 Szpital - program obycz.

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 08:00 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
10:00 Trudne sprawy - program obyczajowy
12:00 Policjanci i Policjanci - serial paradok.
13:00 Gliniarze - serial paradokumentalny
14:00 Na ratunek 112 - serial obyczajowy
15:00 Pomóż mi - serial fabularny
16:00 Policjanci i Policjanci - serial paradok.
18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 19:00 Policjanci i Policjanci - serial paradok.
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny
23:00 13 posterunek 2 - serial komediowy
02:25 STOP Drogówka - serial policyjny
03:25 Disco Polo Life - program muz.
04:25 Top 10 - Lista Przebojów
05:30 Teleszkapy TV Okazje

TV Trwam

09:35 Św. na każdy dzień 09:45 Jestem Mamą 10:00 Inf. dnia 10:15 Rozmowy niedok. 11:25 Głos Polski 11:45 Życie wg. św. Jana Pawła II 12:00 Regina Coeli 12:03 Inf. dnia 12:20 Lotte - małopolska Inka 13:25 Św. na każdy dzień 13:30 Msza św. 14:30 Drzwi do lasu 14:55 Słowo życia 15:00 Modlitwa do Bożego Miłosierdzia 15:20 Mocni w Wierze 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Siódmy Sakrament 16:40 Prosto o gosp. 17:00 Spór o Morskio Oko 17:30 Geopolityka 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Inf. dnia 18:15 Westerplatte Młodych 19:00 Warto zauważyć... 19:30 Brat Franciszek 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia 21:40 Polski Punkt Widzenia 22:00 7 Kościołów Apokalipsy

eprasa.pl f2ab8a4440

SOBOTA • 27 kwietnia		TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
TVP 1	TVP 2	05:35 Uwaga! - program interw. 05:50 Nastolatki rządzą... kasa 06:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn śniadaniowy 11:35 Na Wspólnej Omnibus - serial obyczajowy, Polska 13:35 Niezwykłe Stany Prokopa - program podróżniczo-rozrywkowy 14:10 Maski - kom., USA, 1994 16:20 MasterChef Nastolatki - program kulinarno-rozrywkowy 17:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 19:00 Fakty 19:25 Sport 19:30 Raport Speedway Grand Prix 19:35 Pogoda 19:45 Uwaga! - program interwencyjny	06:00 Nowy dzień z Polsat News 07:55 Fernando - anim., USA, 2017 10:10 Ewa gotuje - program kulinarny 10:40 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 11:40 Gliniarze - Dochodzi do napaści i ciężkiego pobicia 18-lletniej Marceli. Nieprzytomna dziewczyna walczy o życie w szpitalu. 15:45 Dagmara szuka męża - serial obyczajowy 16:45 Więzienie kobiet - program paradokumentalny 17:45 Chłopaki do wzięcia - serial paradokumentalny 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Prezydenci i Premierzy - rozmowy Jarosława Gugały 19:45 Sport; Pogoda	08:00 Nikt tylko ty - program muzyczny 08:45 Tamte lata, tamte dni - Dorota Kolak - magazyn 09:25 Serialowa nostalgia - Kariera Nikodema Dyzmy - serial, 1979 10:30 Achante i Cephise - opera, Franc., 2020 12:00 Słowobranie - magazyn 12:40 Dokument tygodnia - Świat myśli - dok., Niderl., 2019 14:00 Zeniac - kom. obycz., Polska, 1983. Stach, trzydziestoparoletni góral, dobry gospodarz, rusza na poszukiwanie wybranki życia. Szuka w ogłoszeniach, na wsi, w mieście... 15:25 Cafe pod Minogą - kom., Polska, 1959 17:10 Wydarzenie aktualne 17:35 Retro kino - Opowieści Hoffmana - muzyczny, Wlk. Bryt., 1951	06:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki. 07:00 Miasteczka. Nie ufaj nikomu - Witek, 35-letni właściciel tartaku odziedziczonego po ojcu, martwi się o matkę, chorującą na Alzheimera. Choroba postępuje, Zofia wymaga stałej opieki, a żona Witka, nie zgadza się na mieszkanie z teściową. 10:00 Lombard. Życie pod zastaw - Jan Wilk to młody audiofil i dźwiękowiec. Kiedy pewnego dnia nagrywa swoim sprzętem dźwięki miasta, grupa nastolatków podkruca pod mikrofon petardę... Wskutek tego zdarzenia mężczyzna traci słuch.	05:05 Szkoła - program obyczajowy 06:00 Wiza na miłość - serial paradokumentalny 07:05 Batwheels I - animacja 07:40 Piotrus! Wyprawa do Nibylandii - przyg., Australia, USA, Wlk. Bryt., 2015 10:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:00 Detektywi - program krym. 14:00 Razem odNowa - reality show 15:05 Jaś Fasola: Nadiąga totalny kataklizm - kom., Wlk. Bryt., USA, 1997 16:55 Człowiek ze stali - przyg., USA, Kan., Wlk. Bryt., 2013. Krypton jest na krawędzi reporterów 02:25 STOP Drogówka - serial policyjny 03:25 Disco Polo Life 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje	06:00 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, zagadki ze świata nauki i techniki 11:00 Max - familijny, przyg., USA, 2015. Max, doskonale wyszkolony pies wojskowy, po śmierci swojego opiekuna, trafia z Afganistanu do jego rodziny w USA. 13:30 Zwierzak - kom., przyg., USA, 2001 15:05 13 posterunek 2 - serial komediowy 17:00 Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny 21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 00:00 Prawdziwa jazda - akcja, kom., USA, 2014 02:05 Interwencja - magazyn reportażowy 02:25 STOP Drogówka - serial policyjny 03:25 Disco Polo Life 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje
							
15:55 Sanatorium miłości - reality show 17:00 Teleexpress; Pogoda 17:35 Ojciec Mateusz - serial 18:25 Kulisy serialu Ojciec Mateusz - felieton 18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 19:30 Program inform. 19.30 20:05 Pogoda; Sport 20:20 Komisarz Alex - serial krym. 21:20 Hit na sobotę - 1917 - dram. wojenny, Wlk. Bryt., USA, 2019 ● 23:30 Medicus - dram. historyczny, Niemcy, 2013 02:10 Jak rozpętałem II wojnę światową , - Wśród swoich - kom., Polska, 1970 03:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 04:30 Film dokumentalny	23:10 Panorama - program informacyjny 23:45 Małgorzata Ostrowska na dobry wieczór - widowisko muzyczne 00:55 Wyciszyć z czasem - SF, USA, 2011. Akcja rozgrywa się w 2169 roku. To opowieść o świecie, w którym proces starzenia się został zatrzymany. Rodzący się ludzie są genetycznie zmodyfikowani, każdy z nich ma cyfrowy zegar, który włącza się, kiedy kończą 25 lat... 02:55 Wymarzony - fab., USA, 2013. Młody pisarz z Nowego Jorku, Sam, jest zakochany w ulicznej artystce, która pracuje w małej kawiarence.	20:00 Mam talent - program muzyczno-rozrywkowy 22:25 Pieniądze to nie wszystko - kom., Polska, 2001. Kapitalny, satyryczny obraz wsi polskiej zaplajającej beznadzieję wzmocnionym winem owocowym. 00:40 Sierota - horror, USA, Kan., Franc., Niemcy, 2009. Młode małżeństwo przeżywa dramat po stracie dziecka. 03:00 Bartosz Zmarzlik. Ścigając marzenia. - program dokument 03:30 Szpital - program obycz. 04:20 Uwaga! - program interwencyjny 04:35 Nauka jazdy - reality show 05:00 Recepta na stary dom - program edukacyjny	20:00 Krudowie 2: Nowa era - anim., USA, 2020. Krudowie przetrwali już jadłowicie bestie, kleski żywiołowe, a nawet młodzieńczą miłość, lecz teraz zmuszeni są stawić czoła swojemu największemu wyzwaniu: innej rodzinie! 22:05 Mroczne umysły - thriller, USA, 2018. Film o nastolatkach, którzy w tajemniczy sposób nabywają niezwykłych mocy... 00:20 Zakładnik z Wall Street - thriller, USA 02:45 Straszny film 4 - kom., USA, Kan. 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	20:00 Bilet do kina - I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże! - kom., Franc., 2019. Dalsze, zabawne perypetie państwa Verneuil z czterema pięknymi córkami, bohaterkami poprzedniej części. 21:50 Jazz.pl - Young Power - koncert, 2023 23:25 Wieczór kinomana - Noc myśliwego - dram., USA, 1955 01:15 Kino nocne - Piękność dnia - fab., Franc., 1967 03:05 Nic śmiesznego - kom., Polska, 1995 04:55 Teledyski 05:15 Podróż z historią - dok. 05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl	20:00 Jeden strzał - akcja, Wlk. Bryt., 2021. Jake Harris (Scott Adkins) jest dowódcą elitarnego oddziału Navy Seals. Zostaje mu powierzona bardzo ważna misja, której powodzenie zapobiegnie atakowi terrorystycznemu. 22:00 Uprowadzona 3 - akcja, Franc., USA, Hiszp., 2014 00:10 Next - akcja, USA, 2007. Cris Johnson (Nicolas Cage) urodził się z niezwykłym darem widzenia przyszłości, który staje się jego przekleństwem. 02:05 Dyżur - serial medyczny 03:20 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 04:00 Szalone fabryki polskiej muzyki! 05:00 Dyżur - serial medyczny	20:00 Saga Zmierzch: Zaćmienie - horror, USA, 2010. Wampirzyca Victoria (Bryce Dallas Howard) pragnie zemścić się na Belli (Kristen Stewart) za zabicie jej ukochanego - Jamesa. Wraz z grupą oddanych jej wampirów postanawia zniszczyć rodzinę Cullenów. 22:45 Frantic - sens., USA, Franc., 1988 ● 01:05 Plaga - horror, USA, 2007. Katherine, profesor uniwersytecki stała się wybitną demaskatorką rzekomych cudów... 03:00 Mój sąsiad morderca - serial kryminalny 03:55 Druga strona medalu - talk-show	09:00 Telewiz. Uniwersytet Biblijny 10:00 Inf. dnia 10:15 Retrospekcja 10:35 Słowo życia 10:40 Polski Punkt Widzenia 11:00 Kropelka radości 12:00 Regina Coeli 12:03 Inf. dnia 12:20 Warto zauważyć... 12:50 Siódmy Sakrament 13:20 Ocalić od zapomnienia 13:30 Msza św. 14:30 Przegląd Tyg. „Niedziela” 14:35 Słowo życia 14:40 Św. na każdy dzień 14:45 Jak wygrać małżeństwo? 15:00 Polskie dziedzictwo 15:30 Wierzę w Boga 15:50 Krótka Historia Zbawienia 16:00 Inform. dnia 16:10 Historia PL 17:00 Z Parlamentu Europ 17:30 Nowa Ewangelizacja 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozm. niedok. 19:25 Św. na każdy dzień 19:30 Manna z Nieba 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia

NIEDZIELA • 28 kwietnia		TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
TVP 1	TVP 2	05:40 Uwaga! - program interwencyjny 05:55 Wyluzuj, Scooby-Doo! - serial animowany, USA 06:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn śniadaniowy 11:45 Niezwykłe Stany Prokopa - program podróżniczo-rozrywkowy 12:20 Co za tydzień - magazyn rozrywkowy 13:10 Mam talent - program muzyczno-rozrywkowy 15:35 Bella i Sebastian III - przyg., Franc., 2017 17:25 The Traitors. Zdrójcy - reality-show 19:00 Fakty; Sport 19:30 Kronika Speedway Grand Prix 19:35 Pogoda 19:45 Uwaga! - program interwencyjny	06:00 Nowy dzień z Polsat News 07:25 Mustang z Dzikiej Doliny: Droga do wolności - anim., familijny, USA, Jap., 2021 09:20 Małolaty na obozie - familijny, kom., USA, 2007. Dwaj ojcowie przyjmują na siebie prowadzenie letniego obozu. Bez żadnej wiedzy na temat życia poza domem i umiejętności przetrwania... 11:00 Krudowie 2: Nowa era - anim., USA, 2020 13:20 Skołowani - kom. romant., Polska, 2023 15:40 Twoja Twarz Brzmi Znamo - program muzyczno-rozrywkowy 17:40 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:20 Sport; Pogoda 19:30 Państwo w Państwie - program interwencyjny	07:10 Rozmowy niewygodne 08:00 Nabożeństwo luteraniskie w Lesznie 09:05 Segantini, powrót do natury - dok., Włochy, 2017 11:10 Od ucha do ucha - Praktyczny pan - anim., Polska, 2020 11:35 Thierry Śmiełek - serial przyg.-histor., Franc., 1963 12:55 Tamte lata, tamte dni - Dorota Kolak - magazyn 13:35 Bilet do kina - I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże! - kom., Franc., 2019 15:25 Księga Przestrzeni - Retrospekcje 16:05 Kariera Nikodema Dyzmy - serial, 1979 17:15 Niedziela z...rolami Jana Kobuszewskiego 18:10 Niedziela z...rolami Jana Kobuszewskiego - Hallo Szpicbródka czyli ostatni występ Króla Kasiarzy - kom., Polska, 1978	06:00 Miasteczka. Nie ufaj nikomu - 40-letni Marian swoim uzależnieniem od alkoholu doprowadził do rozpadu małżeństwa z Danką. Mężczyzna wyjechał z miasteczka... 07:55 Gamoń - kom., Franc., 1965 10:05 Nowe przygody Aladyna - przyg., Franc., 2015. Podczas ucieczki w domu towarowym, dwaj złodzieje znajdują schronienie na dziale przeznaczonym dla dzieci... 12:10 Bracia przyrodni - kom., USA, 2008 14:35 Na pewno, być może - kom., USA, 2008. Will Hayes (Ryan Reynolds) jest 30-letnim ojcem w trakcie rozwodu. Jego 10-letnia córka Maya (Abigail Breslin) pyta go o jego życie przed tym, jak poślubił jej matkę.	05:05 Szkoła - Marta Mus jest zazdrosna o królika swojego chłopaka. Rafał jest tak przejęty swoim pupilem, że zapomina o urodzinach Marty. 06:00 Wiza na miłość - serial paradokumentalny 07:00 Batwheels I - animacja 07:30 Skok przez płot - kom., USA, 2006 09:10 Ten moment - program obyczajowy 09:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:45 Pokonaj mnie, jeśli potrafisz - reality show 13:50 Detektywi - program krym. 14:55 Razem odNowa - reality show 15:55 Jestem na tak - kom., USA, Australia, 2008 18:10 Wakacje Jasia Fasoli - kom., Wlk. Bryt., Franc., Niemcy, 2007	06:00 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe 07:00 Bój o Colę - dokument, USA, 2018 08:50 Jaś Fasola radzi - serial komediowy 09:00 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe 11:00 Max 2 - bohater Białego Domu - familijny, USA, 2017 12:50 1000 lat po Ziemi - przyg., SF, USA, 2013 15:00 Pamiętniki z wakacji - serial obycz. 19:00 Gliniarze - serial paradokumentalny 21:00 Prawdziwa jazda 2 - akcja, kom., USA, 2016 23:05 Navy Seals - tajna broń Ameryki - dokument, USA, 2016 01:05 STOP Drogówka - serial policyjny 02:05 Interwencja - magazyn reportażowy 02:25 STOP Drogówka - serial policyjny 03:25 Disco Polo Life - program muzyczny 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje
							
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 19:30 Program informacyjny 19.30 20:05 Pogoda 20:10 Sport 20:20 Matylda - serial kostiumowy, 2024 21:20 Sanatorium miłości - reality show 22:10 Sanatorium miłości. Kulisy programu - felieton 22:20 Magazyn Ekspresu Reporterów - program reporterski 23:25 Kochaj - komedia, Polska, 2016 01:05 1917 - dramat wojenny, Wlk., Bryt., USA, 2019 ● 03:15 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny	20:00 Źródło nadziei - dram., Australia, USA, 2014. Akcja filmu rozpoczyna się krótko po zakończeniu I wojny światowej i koncentruje się wokół losów australijskiego farmera Joshuy Connora. Nie doczekawszy się powrotu synów, Joshua wyrusza do Turcji, by odszukać ciała synów i sprowadzić do kraju. 22:05 Panorama 22:45 Kino bez granic - Idol - obycz., USA, 2015. Starzejący się rockandrol-łowy gwiazdor wciąż maksymalnie korzysta z życia, nie myśląc o innych... 00:40 Ludzie i bogowie - serial 02:35 Wyciszyć z czasem - SF, USA, 2011	20:00 MasterChef Nastolatki - program kulinarno-rozrywkowy 21:35 Elita złodziei - film, USA, Fin., 2021. Kryminalista Richard Pace zostaje wciągnięty w skomplikowaną kradzież złota 23:40 Matrix: Zmartwychwstania - film, USA, Australia, 2021 02:35 Szpital - program obycz. 03:30 Uwaga! - program interwencyjny 03:45 Nauka jazdy - reality show 04:10 Recepta na stary dom - program edukacyjny 04:35 Jak to jest zrobione? - serial popularnonaukowy 05:00 Kto was tak urządził - program poradnikowy	20:00 Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami - program taneczno-rozrywkowy 22:05 Na linii ognia - dram., sens., USA, 1993. W USA rozpoczyna się kampania prezydencka. Horrigan to twardziel, weteran wśród agentów ochrony rządu. Zostaje wyznaczony do działań operacyjnych. 00:55 W stronę słońca - thriller, akcja, USA, 2005. Gdy gubernator Tokio zostaje zamordowany, do pomocy młodemu funkcjonariuszowi FBI zostaje przydzielony były agent CIA Travis Hunter. 03:05 Świat według kiepskich 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	20:00 Atak paniki - kom., Polska, 2017 21:50 Teatroteka nocą - Gardenia - spektakl teatralny, 2017 22:50 Więcej niż fikcja - Pauline Kael: sztuka recenzji filmowej - dok., USA, 2019 00:40 Noc krótkich filmów - Córka - Siostra - filmy animowane 01:20 Kino nocne - Życzenie śmierci - sens., USA, 1974 03:05 Reżyserzy - John Carpenter - dok., Wlk. Bryt., 2018 04:05 Teledyski 05:05 Podróż z historią - Legenda „Czarnej Włóki” - dok., Polska, 2015 05:40 Jeszcze więcej kultury	16:50 Hobbit: Pustkowia Smauga - przyg., USA, 2013. Bilbo Baggins, czarodziej Gandalf i trzynastu krasnoludów pod wodzą Thorina Dębowej Tarczy muszą stawić czoła przerażającemu Smokowi Smaugowi. 20:00 Niezniszczalni - akcja, USA, 2010 22:00 G.I. Joe: Odwet - akcja, USA, 2013 00:05 Brick Mansions. Najlepszy z najlepszych - akcja, USA, 2014 02:00 Dyżur - serial medyczny 03:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 04:00 Dyżur - serial medyczny 05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny	05:05 Szkoła - Marta Mus jest zazdrosna o królika swojego chłopaka. Rafał jest tak przejęty swoim pupilem, że zapomina o urodzinach Marty. 06:00 Wiza na miłość - serial paradokumentalny 07:00 Batwheels I - animacja 07:30 Skok przez płot - kom., USA, 2006 09:10 Ten moment - program obyczajowy 09:45 Ukryta prawda - program obyczajowy 12:45 Pokonaj mnie, jeśli potrafisz - reality show 13:50 Detektywi - program krym. 14:55 Razem odNowa - reality show 15:55 Jestem na tak - kom., USA, Australia, 2008 18:10 Wakacje Jasia Fasoli - kom., Wlk. Bryt., Franc., Niemcy, 2007	06:00 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe 07:00 Bój o Colę - dokument, USA, 2018 08:50 Jaś Fasola radzi - serial komediowy 09:00 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe 11:00 Max 2 - bohater Białego Domu - familijny, USA, 2017 12:50 1000 lat po Ziemi - przyg., SF, USA, 2013 15:00 Pamiętniki z wakacji - serial obycz. 19:00 Gliniarze - serial paradokumentalny 21:00 Prawdziwa jazda 2 - akcja, kom., USA, 2016 23:05 Navy Seals - tajna broń Ameryki - dokument, USA, 2016 01:05 STOP Drogówka - serial policyjny 02:05 Interwencja - magazyn reportażowy 02:25 STOP Drogówka - serial policyjny 03:25 Disco Polo Life - program muzyczny 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje

PONIEDZIAŁEK • 29 kwietnia	
TVP 1	TVP 2
04:50 Klan - telenowela TVP 05:15 Dziedzictwo - serial, Turcja 06:10 Złoty chłopak - serial obycz. 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Studio Raban - magazyn 08:00 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial krym. 08:50 Ranczo - serial obycz. 09:45 Komisarz Alex - serial krym. 10:45 Ojciec Mateusz - serial 11:35 Korona królów. Jagiellonowie - serial historyczny 12:10 Agrobiznes; Agropogoda 12:35 Magazyn Rolniczy 12:55 BBC w Jedyńce - Zielona Planeta - dok., Wlk. Bryt. 14:00 Złoty chłopak - serial obycz. 14:55 Jaka to melodia? 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja 17:00 Teleexpress; Pogoda 17:20 Jaka to melodia? 17:55 Klan - telenowela TVP 18:25 Leśniczówka - serial obycz.	04:35 Na dobre i na złe - serial 05:30 M jak miłość - serial, 2021 06:25 Dobre historie - Rozwijając skrzydła - magazyn 06:55 Rodzinka.pl - serial kom. 07:30 Pytanie na śniadanie - magazyn 11:15 Dla niesłyszących - Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2024 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Akacja 38 - serial kostiumowy, 2016 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany 15:00 Koło Fortuny - extra - teleturniej 15:05 Na dobre i na złe - serial 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej
	
19:00 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19:25 Pytanie dnia 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:05 Pogoda 20:10 Sport 20:15 Reporterzy - magazyn 20:30 Korona królów. Jagiellonowie - serial historyczny, Polska, 2024 21:10 Teatr Telewizji. Studio Teatralne Dwójki - Ballada o Zakacawiu - spektakl teatralny, 2001 22:55 Świat bez fikcji - Tajwan. Życie w cieniu Chin - dok., Polska, 2023 24:00 Balans bielei - magazyn 00:45 Firma - sens., USA, 1993 03:30 Party przy świecach - film TVP, 1980	17:15 Zakazany owoc - serial obyczajowy, Turcja, 2020 18:10 Va Banque - teleturniej 18:40 Mini audycja VK 18:45 Akacja 38 - serial kostiumowy, 2016 19:35 Barwy szczęścia - serial obycz., 2023 20:45 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial, 2024 21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany 22:30 Panorama 23:10 Stulecie Winnych - serial 23:55 Wojna - dram. wojenny, Franc., Dania, 2015 02:05 O mnie się nie martw - serial komediowy TVP, 2019 03:05 Idol - obycz., USA, 2015 04:55 Rodzinka.pl - serial kom.

TVN	POLSAT
05:40 Uwaga! - program interw. 05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn śniadaniowy 11:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 12:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 14:45 Detektywi - program krym. 15:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 16:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 18:00 Detektywi - program krym. 19:00 Fakty 19:40 Sport; Pogoda 19:55 Uwaga! - program interwencyjny	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny 09:40 Sekrety rodziny - program obyczajowy 10:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny 11:40 Gliniarze - Zostaje porwane niemowlę. Szybko okazuje się, że rodzice ukrywają przed policją niektóre fakty... 12:50 Wydarzenia - program informacyjny 13:20 Interwencja - magazyn reporterów 13:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja - magazyn reporterów
	
20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy - program rozrywkowy 21:35 Skazana - serial, Polska 22:45 Stolen - sens., USA, 2012 00:40 Co za tydzień - magazyn rozrywkowy 01:15 Pokonaj mnie, jeśli potrafisz - reality show 02:15 Dowody zbrodni - serial krym., USA 03:10 Szpital - program obycz. 04:05 Uwaga! - program interwencyjny 04:20 Nauka jazdy - reality show 04:45 Recepta na stary dom - program edukacyjny 05:10 Jak to jest zrobione?	16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:25 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:45 Sport; Pogoda 20:05 MEGA HIT - Szybcy i wściekli 8 - akcja, Chiny, USA, Jap., 2017 23:00 Proceder - miniserial 00:00 Ukrojenie - thriller, USA, 2015 02:20 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:40 Disco Gramy - program muzyczny 05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura	TV Puls
08:00 Muzyczne poranki 08:40 Portrety - Elżbieta Jaroń - reportaż 09:05 Thierry Śmiałek - serial przyg.-historyczny, Franc., 1963 10:25 Śpiewnik Komedy - koncert, 1995 12:20 Słobobranie - magazyn 13:00 Reżyserzy - John Carpenter - dok., Wlk. Bryt., 2018 13:55 Tysiąc i jeden drobniaków - anim., Polska, 1972 14:20 Retro kino - Opowieści Hoffmana - muzyczny, Wlk. Bryt., 1951 16:40 Komediantka - serial, 1987 17:50 Wydarzenie aktualne 18:15 Pastor. Cztery akty - dok., Polska, 2022 19:40 Zaginiona Skarby - „Madonna Głogowska” - anim., Polska, 2020	06:00 Nash Bridges - Grupa zbiegłych więźniarek szuka zabiętego na okaziela o wartości 5 milionów dolarów. 08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny 10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy 12:00 Miasteczka. Nie ufaj nikomu - 38-letnia Dominika jest szczęśliwa, gdy jej mąż Wojtek wraca na stałe po wielu latach spędzonych w Anglii. Pewnego dnia okazuje się... 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny 16:00 Miasteczka. Nie ufaj nikomu - serial paradokumentalny 17:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
	
20:00 Przełęcz ocalonych - dram. wojenny, USA, Australia, 2016 22:30 Lincz - dram., Polska, 2010. Film przedstawia wydarzenia we Włodowie, gdzie w 2005 roku doszło do samosądu na recydywistę terroryzującym mieszkańców. 00:05 Scena muzyczna - Bum Bum Orkestar - koncert, 2020 01:10 Atak paniki - kom., Polska, 2017 03:00 Zaginiona Skarby - „Madonna Głogowska” - anim., Polska, 2020 03:20 Kronos - Podróż - mag. kulturalno-społeczny 04:10 Neon - dok., Polska, 2013 05:50 Jeszcze więcej kultury	20:00 Cudzoziemiec - akcja, Wlk. Bryt., Chiny, 2017. Film przedstawia historię mężczyzny, który szuka zemsty za śmierć swojej ukochanej córki... 22:10 Blitz - akcja, Wlk. Bryt., Franc., USA, 2011 00:10 Komórka - akcja, Niemcy, USA, 2004. Jessica Martin zostaje porwana przez zamaskowanych mężczyzn. Kobięcie udaje się zadzwonić... 02:05 Dzielnica strachu - serial kryminalny 03:05 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument 04:05 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7	TV 4
05:00 Szkoła - Patryk Wiśniewski z licealnej 1a chce zakończyć swój związek z Dżesiką, która zamęcza go planowaniem wspólnej przyszłości. 06:55 Szpital - program obycz. 07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:00 Detektywi - program krym. 12:00 W-11 Wydział Śledczy - Komisarze z W11 są świadkami wypadku samochodowego. Kierowca, oprócz innych obrażeń, ma również rany klute brzucha... 12:45 Szpital - program obycz. 13:50 Sąd rodzinny - program sądowy 14:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy 16:55 Zagadki losu - program obyczajowy	06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 08:00 STOP Drogowka - serial policyjny 10:00 Trudne sprawy - program obyczajowy 12:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 13:00 Gliniarze - serial paradok. 14:00 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 15:00 Pomóż mi - serial fabularyzowany 16:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 19:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 21:00 Obóz integracyjny - kom., USA, Wlk. Bryt., 2013 23:00 Love Island. Wyspa miłości - reality show 01:25 Wspaniali ludzie 01:55 Śmierć na, 1000 sposobów 02:55 SuperLudzie - serial o osobach z niepełno-sprawnościami 05:30 Telezakupy TV Okazje
	
17:55 Szpital - Doktor Michał Morawski przyjmuje kobietę pogryzioną przez zwierzę. 18:55 Ukryta prawda 20:00 Hotel Paradise - reality show 21:00 Testosteron - kom., Polska, 2007. Ślub Kornela (Piotr Adamczyk) z piosenkarką Alicją (Magda Boczarowska) ma być atrakcją towarzyską sezonu. Będzie to jednak wesele inne niż wszystkie... 23:35 Kłamstwo doskonałe - obycz., USA, Wlk. Bryt., 2019 01:55 Mój sąsiad morderca - serial kryminalny 03:40 Druga strona medalu - talk-show	09:30 Moja katolicka rodzina 09:55 Św. na każdy dzień 10:00 Inf. dnia 10:15 Rozm. niedok. 11:20 Stan Bezp. Państwa 11:30 Warto być ojcem 11:45 Śląskie ślady Świadka Prawdy - błogosławiony Ryszard Henkes SAC 12:00 Regina Coeli 12:03 Inf. dnia 12:20 Kościusko - Jeszcze Polska zatańczy 13:30 Msza św. 14:30 NŻS Buntownicy 15:00 Kuźnia Redemptorystów 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Sanktuaria polskie 16:30 Porady Medyczne Bonifratrów 17:00 Świadkowie 17:20 Rejs jachtu gen. Kuklińskiego 17:30 Zwycięskie Powstanie Wlkp. 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 Św. na każdy dzień 19:30 Król Chwały 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnogórski

WTOREK • 30 kwietnia	
TVP 1	TVP 2
04:45 Klan - telenowela TVP 05:15 Dziedzictwo - serial, Turcja 06:05 Złoty chłopak - serial obycz. 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Kościół z bliska 08:00 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial krym. 08:50 Ranczo - serial obycz. 09:45 Komisarz Alex - serial krym. 10:45 Ojciec Mateusz - serial 11:35 Korona królów. Jagiellonowie - serial historyczny 12:10 Agrobiznes 12:35 Rok w ogrodzie Extra - magazyn 12:55 U wybrzeży Nowej Zelandii - Kuki Airani - dok., N. Zel., 2022 14:00 Złoty chłopak - serial obycz. 14:55 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja 17:00 Teleexpress	05:35 M jak miłość - serial, 2021 06:25 Inicjatywa Nehemiasz 06:50 Rodzinka.pl - serial komediowy 07:30 Pytanie na śniadanie - reportaż 11:15 Mieszkając piękniej - magazyn 11:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2023 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Akacja 38 - serial kostiumowy, 2016 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany 15:05 M jak miłość - serial, 2024 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:15 Zakazany owoc - serial obyczajowy, Turcja, 2020 18:10 Va Banque - teleturniej 18:45 Akacja 38 - serial kostiumowy, 2016
	
17:20 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 17:55 Klan - telenowela TVP 18:25 Leśniczówka - serial obycz. 19:00 Jeden z dziesięciu - telet. 19:30 Program inform. 19.30 20:05 Pogoda; Sport 20:15 Reporterzy - magazyn 20:30 Korona królów. Jagiellonowie - serial historyczny 21:10 Zimna wojna - dramat, Wlk. Bryt., Polska, Franc., 2018 22:50 Przebiegła gra - akcja, Australia, USA, 2013 00:30 Magazyn Ekspresu Reporterów - program reporterski 01:35 Bóg zemsty - thriller, USA, 2010 03:30 Kochaj - komedia, Polska, 2016	19:35 Barwy szczęścia - serial obycz., 2023 20:45 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial, 2024 21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany 22:30 Panorama 23:10 Stulecie Winnych - serial 23:55 Superprodukcja - kom., Polska, 2002. Tym razem Juliusz Machulski za cel obrał środowisko filmowe: producentów, reżyserów, scenarzystów, aktorów i krytyków filmowych. 01:45 Wojna - dram. wojenny, Franc., Dania, 2015 03:50 Jak wychować nastoletniego mordercę - dok., Dania, Belgia, 2022 04:55 Rodzinka.pl - serial kom.

TVN	POLSAT
05:40 Uwaga! - program interw. 05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn śniadaniowy 11:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 12:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 14:45 Detektywi - program krym. 15:45 Doradca smaku - program kulinarny 15:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 16:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 18:00 Detektywi - program krym. 19:00 Fakty 19:40 Sport; Pogoda	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny 09:40 Sekrety rodziny - program obyczajowy 10:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny 11:40 Gliniarze - W podwarszawskiej miejscowości zostaje porwana córka rolnika. Kuba i Natalia przejmują śledztwo... 12:50 Wydarzenia - program informacyjny 13:20 Interwencja - magazyn reporterów 13:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja - magazyn reporterów
	
19:55 Uwaga! - program interwencyjny 20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial 20:55 Milionerzy - program rozrywkowy 21:35 Pokonaj mnie, jeśli potrafisz - reality show 22:40 Kuba Wojewódzki - talk-show 23:40 Superwizjer - magazyn reporterów 00:15 Skazana - serial, Polska 01:25 Dowody zbrodni - serial krym., USA 02:20 Szpital - program obycz. 03:05 Uwaga! - program interw. 03:20 Nauka jazdy - reality show 03:45 Recepta na stary dom 04:10 Jak to jest zrobione? 04:35 Kto was tak urządził	16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 17:00 Gliniarze - paradokument obyczajowy 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia - informaje 19:25 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:45 Sport; Pogoda 20:05 Wojna o planetę małp - dram., akcja, SF, USA, Kan., 2017. Cezar i jego małpy uwikłane zostają w zbrojny konflikt z armią ludzi, na czele której stoi bezwzględny Pułkownik. 23:10 Split - thriller, USA, Jap., 2017 01:50 Godzilla - akcja, USA, 1998 04:45 Disco Gramy - program muzyczny 05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura	TV Puls
08:00 Muzyczne poranki - teledyski 08:25 Zaginione-odnalezione - Arrasy Wawelskie - mag. 08:50 Zaginiona Skarby - „Madonna Głogowska” - anim., Polska, 2020 09:05 Komediantka - serial, 1987 10:10 Szczęśliwy człowiek - obycz., Polska, 2000 11:50 Wędrowiec Polski - Roztocze - reportaż 12:30 15 stron świata - dok., Polska, Niemcy, 2014 14:00 Matisse. W poszukiwaniu światła - dok., Franc., 2020 15:05 Fredek uszczęśliwia świat - kom., Polska, 1936 16:45 Komediantka - serial, 1987 18:00 Rozmowy niewygodne 19:00 Mistrzowie muzyki filmowej - Lata osiemdziesiąte - dok., Wlk. Bryt., 2019	06:00 Nash Bridges - W San Francisco grasuje zawodowy włamywacz, który wraz ze zespołem współników przeprowadza serię zbrojnych napadów. 08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny 10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy 12:00 Miasteczka. Nie ufaj nikomu - serial paradokumentalny 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - Maciej Zubrzycki od wielu lat prowadzi na wsi sklep wielobranżowy. We okolicy powstaje dyskont, który powoduje kłopoty Macieja. 16:00 Miasteczka. Nie ufaj nikomu - paradokument fabularny 17:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
	
20:00 Teatr Telewizji - Oświadczyń. Jubileusz - spektakl teatralny, 1971 21:15 Lekkie obyczaje - Oto my - dram., Izrael, Włochy, 2020 23:00 Françoise Gilot - harda muza Picassa - dok., Franc., 2021 00:10 Kino Mocnych Wrażeń - Przełęcz ocalonych - dram., USA, Australia, 2016 02:40 Jakiego koloru jest miłość? - dok., Polska, 2015 03:45 Celnik Rousseau albo wstęp do nowoczesności - dok., Franc., 2016 04:35 Teledyski 05:25 Afisz kulturalny ekstra 05:45 Kultura 2	20:00 Zakon - akcja, USA, 2002. Kiedy ojciec Rudy'ego zostaje uznany za zaginionego, Rudy wyrusza na misję do Izraela, aby go odnaleźć. 21:50 Quest - akcja, USA, Kan., 1996 23:50 Mad Max: Na drodze gniewu - akcja, Australia, RPA, USA, 2015. Na surowych pustkowioch u schyłku cywilizacji ludzie mają tylko jeden cel: przetrwanie. 02:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny 03:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny 04:00 Menu na miarę - program kulinarny 04:35 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7	TV 4
05:00 Szkoła - Maturzysta z 3c, Tomasz Kosowicz, chodzi z dwoma dziewczynami jednocześnie. 06:55 Szpital - program obycz. 07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:00 Detektywi - program krym. 12:00 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny 12:45 Szpital - Pacjentem dr Anny Nowickiej są bracia, którzy zjedli tabletki do zmywarki, żeby zrobić na złość swojemu ojczymowi. 13:50 Sąd rodzinny - program sądowy 14:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy 16:55 Zagadki losu - program obyczajowy 17:55 Szpital - program obycz. 18:55 Ukryta prawda - program obyczajowy	06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 08:00 Dlaczego ja? - serial paradok. 10:00 Trudne sprawy - program obyczajowy 12:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 13:00 Gliniarze - serial paradokumentalny 14:00 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 15:00 Pomóż mi - serial fabularny 16:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 19:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 21:00 13 godzin: Tajna misja w Benghazi - dram., akcja, USA, 2016 00:00 Love Island. Wyspa miłości - reality show 02:25 Śmierć na, 1000 sposobów 02:55 SuperLudzie - serial o osobach z niepełno-sprawnościami 05:30 Telezakupy TV Okazje
	
20:00 Hotel Paradise - reality show. Kolejni uczestnicy zawalczą o miłość i wielkie pieniądze. Aby przetrwać w raj, muszą stworzyć pewną relację z partnerem lub partnerką. 21:00 Miami Vice - sens., USA, Niemcy, 2006. Podczas polowania na zabójców, partnerzy James Crockett i Ricardo Tubbs spotykają wynajmowaną przez kartel finansistkę Isabelle. Pierze ona i inwestuje mafijne pieniądze. 23:50 Plaga - horror, USA, 2007 02:10 Hotel Paradise - reality show 03:00 Mój sąsiad morderca - serial kryminalny 03:50 Druga strona medalu	09:25 Św. na każdy dzień 09:30 Czas wielkiej próby 10:00 Inf. dnia 10:15 Jak my to widzimy 10:45 Zew natury 11:05 Mocni w Wierze 11:35 Słowo życia 11:40 Ma się rozumieć 11:50 Św. na każdy dzień 12:00 Regina Coeli 12:03 Inf. dnia 12:20 Marianne w Kazachstanie 12:35 Zapomniane meczestwo 13:30 Msza św. 14:30 Kierownik duchowy Sekret. Bożego Miłos. 15:00 Historia we fraszkach 15:25 Kolor Boga 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Jestem mamą 16:40 Zdrowie z Bożej Apteki 16:55 Życie wg. Św. Jana Pawła II 17:10 Prosto o gosp. 17:30 Zostań Żołnierzem RP 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 Św. na każdy dzień 19:30 Każdy maluch to potrafi 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasn.

ŚRODA • 1 maja		TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
TVP 1	TVP 2						
05:15 W pustyni i w puszczy - przyg., Polska, 1973 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Zrzuńcowani odbudowani - magazyn 08:00 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial krym. 08:50 Ranczo - serial obycz. 09:50 Komisarz Alex - serial krym. 10:45 Ojciec Mateusz - serial 11:40 Polska w Unii Europejskiej. 20 lat później - felieton 11:55 Ranczo Wilkowyje - kom., Polska, 2007 13:35 Polska w Unii Europejskiej. 20 lat później - felieton 13:45 Ogniem i mieczem - dram. historyczny, 1999 17:00 Teleexpress 17:25 Polska w Unii Europejskiej. 20 lat później - felieton	05:45 Tylko na lato - obycz., Kan., 2020 07:20 Polska w UE. 20 lat później - felieton 07:30 Pytanie na śniadanie 11:50 Polska w UE. 20 lat później - felieton 12:00 Legalna blondynka - kom., USA, 2001 13:40 Polska w Unii Europejskiej. 20 lat później - felieton 13:50 Koło Fortuny - extra - teleturniej 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole, 2024 - widowisko muzyczne 16:15 Tak to leciało - teleturniej muzyczny 17:05 Polska w Unii Europejskiej. 20 lat później - felieton	05:40 Uwaga! - program interw. 05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn śniadaniowy 11:20 Bociany - kom., USA, 2016 13:05 Mój przyjaciel delfin - przyg., USA, 2011 15:20 Chłopiec i wilk - film rodzinny, Franc., Belgia, 2019 17:00 Wredne dziewczyny - kom., USA, Kan., 2004 19:00 Fakty 19:25 Sport; Pogoda 19:45 Uwaga! - program interwencyjny 20:05 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:40 Milionierzy - program rozrywkowy 21:15 The Traitors. Zdraycy - reality-show	06:00 Nowy dzień z Polsat News 06:45 Fernando - anim., USA, 2017 09:00 Ron Usterka - anim., familijny, USA, Wlk. Bryt., 2021 11:30 Rycerze z Szanghaju - kom., przyg., USA, 2003 13:50 Doktor Dolittle - familijny, USA, Chiny, Wlk. Bryt., 2020. Gdy młoda królowa zapada na śmiertelną chorobę, nieustraszony doktor wyrusza w pełną przygód podróż na mityczną wyspę, gdzie spodziewa się znaleźć lekarstwo dla królowej. 16:10 Pani Doubtfire - kom. dram., USA, 1993 18:50 Wydarzenia - informacje 19:25 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:45 Sport; Pogoda 20:05 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy	08:00 Muzyczne poranki 08:35 Zaginione-odnalezione - „Ołtarz mariacki Wita Stwosza” - magazyn 09:05 Komediantka - serial, 1987 10:15 Fredek uszczęśliwia świat - kom., Polska, 1936 11:50 Tamte lata, tamte dni - Dorota Kolak - magazyn 12:30 Mistrzowie muzyki filmowej - Lata osiemdziesiąte - dok., Wlk. Bryt., 2019 13:25 20 lat w Unii Europejskiej 13:35 Latarnik - film TVP, 1976 14:40 Przygoda na Mariensztacie - kom., Polska, 1953 16:30 Jan Serce - serial, 1981 17:40 20 lat w Unii Europejskiej 17:50 Rzecz Polska - Crystal i Alexis - dok., 2018 18:10 20 lat w Unii Europejskiej 18:20 Floren Władysława Łokietka - magazyn 18:30 Klasyczna literatura i kino Romantyczna miłość - dok., Wlk. Bryt.	05:35 Złoto Mackenny - akcja, USA, 1969. Rok 1872, Arizona. Szeryf Mackenna (Gregory Peck) po wpadnięciu w zasadzkę wodza Apaczów wdaje się z nim w bójkę. 08:15 Zwariowany weekend - kom., Franc., 1968 10:10 Power Rangers - przyg., USA, Hongkong, Jap., Meksyk, 2017 12:30 Całkowicie nowe przygody Aladyna - przyg., Franc., 2018 14:30 Hobbit: Pustkowia Smauga - przyg., USA, 2013 17:35 Sahara - przyg., Wlk. Bryt., Hiszp., Niemcy, USA, 2005. Badacz i poszukiwacz przygód Dirk Pitt trafia do Afryki i przypadkowo staje się posiadaczem historycznej monety, która jest potwierdzeniem legendy o skarbie z czasów wojny secesyjnej.	05:00 Szkoła - Gimnazjalista Łukasz Marczak przyjaźni się z Ewelina Osuch odkąd jego ojciec związał się z matką dziewczyny... 06:55 Szpital - program obycz. 07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 08:55 Bugs Bunny Builders - animacja 09:25 Agencje, podaj łapę - kom., USA, 2001 11:30 Piotrus: Wyprawa do Nibylandii - przyg., Australia, USA, Wlk. Bryt., 2015 13:50 Przychodzi facet do lekarza - film, Franc., Belgia, 2014. Romain Faubert jest zdrowy jak ryba, nie chce jednak w to uwierzyć. Jest przekonany, że jego organizm jest kłębowskiem bakterii, wirusów i wszelkiego rodzaju chorób.	06:00 Kung Fu Panda: Tajemnice zwoju - anim., familijny, USA, 2015 06:30 Legenda o Smoku Gnatochrupie - anim., USA, 2010 06:50 Gierka - familijny, przyg., USA, 2014 08:45 K-911 - akcja, kom. krym., USA, 1999 10:40 Mistrz kierownicy ucieka - akcja, kom., USA, 1977 12:45 Klik: i robisz, co chcesz - fantasy, kom., USA, 2006 14:55 Zwierzak - kom., przyg., USA, 2001 16:45 Mission Impossible - sens., USA, 1996 19:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 21:00 Prawdziwa jazda - akcja, kom., USA, 2014 23:05 Eksperyment - dram., thriller, USA, 2010 01:05 Love Island. Wyspa miłości - reality show 03:25 Disco Polo Life 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy
							
17:35 Ojciec Mateusz - serial 18:25 Polska w UE. 20 lat później - felieton 18:40 Jaka to melodia? 19:30 Program inform. 19.30 20:05 Pogoda; Sport 20:15 Polska w UE. 20 lat później - felieton 20:30 Urodziny w Europie! Dobrze, że jesteśmy razem - widowisko 22:20 Od zera do milionera - 20 lat w Unii - dokument 23:20 Polska w UE. 20 lat później - felieton 23:30 La La Land - musical, USA, 2016 01:50 Przebiegła gra - akcja, Australia, USA, 2013 03:30 Jaka to melodia? 04:30 Tacy byliśmy Jak pracowaliśmy... - reportaż	17:20 Asterix na olimpiadzie - kom., Belgia, Franc., Hiszp., Niemcy, 2008 19:25 Rodzinka.pl - serial kom. 20:00 Spectre - sens., Wlk. Bryt., USA, 2015 22:30 Panorama 23:00 Polska w Unii Europejskiej. 20 lat później - felieton 23:15 Godziny strachu - fab., Kan., USA, 2007. Życie rodziny Randallów załamuje się, gdy zostaje porwana ich córka... 00:55 Polska w Unii Europejskiej. 20 lat później - felieton 01:05 Co się zdarzyło w Las Vegas - kom., USA, 2008 02:55 Zainwestuj w miłość - kom., USA, 2019	22:15 Eagle Eye - sens., USA, Niemcy, 2008 00:35 Superwizjer - magazyn reporterów 01:15 Dowody zbrodni - serial krym., USA 02:10 Szpital - program obyczajowy 03:00 To tylko kilka dni - program o osobach z niepełnosprawnościami 03:45 Uwaga! - program interwencyjny 04:00 Nauka jazdy - reality show 04:25 Recepta na stary dom - program edukacyjny 04:50 Jak to jest zrobione? - serial popularnonaukowy, Kanada 05:15 Kto was tak urządził - program poradnikowy	21:05 Duże dzieci - kom., USA, 2010. Adam Sandler, Kevin James, Chris Rock, David Spade i Rob Schneider dają niesamowity i prze zabawny popis swoich talentów, wcielając się w role przyjaciół z dzieciństwa, którzy spotykają się po latach, by powspominać stare dobre czasy. 23:20 Gang Dzikił Wieprzy - kom., przyg., USA, 2007. Grupa przyjaciół postanawia ożywić codzienną rutynę i wybiera się w podróż na legendarnych Harleyach. 01:45 Holmes i Watson - kom., przyg., USA, Kan., 2018 03:35 Nasz Nowy Dom 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	19:25 20 lat w Unii Europejskiej 19:40 Ukraińska czytanka - Taras Prochaśko - Czechy, Polska, 2016 20:00 Kingsajz - kom., Polska, 1988 21:50 20 lat w Unii Europejskiej 22:05 Profesor T - serial, Niemcy, Wlk. Bryt., Belgia, 2020 23:10 Jazz.pl - Young Power - koncert, 2023 00:40 20 lat w Unii Europejskiej 00:55 Lekkie obyczaje - Oto my - dram., Izrael, Włochy, 2020 02:45 Klasyczna literatura 03:10 Jeszcze dzień życia - anim., Franc., Polska, Hiszp., Niemcy, Belgia, 2018 04:45 Teledyski 05:15 Afisz kulturalny ekstra 05:35 Jeszcze więcej kultury	20:00 Tomb Raider - akcja, USA, 2018. Lata Croft zostawia wszystko za sobą i udaje się na poszukiwanie śladów ojca. Aby tego dokonać, musi odnaleźć osławiony grobowiec na mitycznej wyspie u wybrzeży Japonii. 22:20 Solomon Kane: Pogromca zła - przyg., Franc., Czechy, Wlk. Bryt., 2008. Tytułowy bohater mierzy się z siłami zła, aby zyskać zbawienie... 00:20 Żelazny rycerz - przyg., USA, Wlk. Bryt., 2011 02:55 Dzielnica strachu - serial kryminalny 04:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny	16:00 Karol. Człowiek, który został papieżem - miniserial obyczajowy, Polska, Franc., Kan., Niemcy, Włochy, 2005. 20:00 Joe Black - obycz., USA, 1998. William Parrish jest bardzo bogatym i wpływowym człowiekiem. Pewnego dnia pojawia się u niego niezapowiedziany gość... 23:30 Wzgórze krwi - horror, USA, Kan., 2015 01:55 Hotel Paradise - reality show 02:45 Mój sąsiad morderca - serial kryminalny 03:35 Medium z Long Island - program paradokumentalny 04:25 Druga strona medalu - talk-show	09:30 Sanktuarium polskie 09:50 Św. na każdy dzień 10:00 Audycja Generalna Ojca Św. Franciszka z Watykanu 11:00 Ostatni rzeźbiarz w szkole 11:25 Jestem mamą 11:40 Prosto o gosp. 12:00 Regina Coeli 12:03 Inf. dnia 12:20 Zofia Czeska - błogosławiona na nasze czasy 12:40 Fenomen polskości 13:30 Msza św. 14:30 Granica Nadziei 15:00 Leśni mocarze 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Na zdrowie 16:30 Czas wielkiej próby 17:00 Po stronie prawdy 17:55 Poczet Wielkich Polaków 18:00 Regina Coeli 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 Św. na każdy dzień 19:30 Opowieści z Księgi Cnót 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Mysłąc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia 21:40 Polski Punkt Widzenia 22:00 Dziewczyny z tamtych lat

CZWARTEK • 2 maja		TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
TVP 1	TVP 2						
05:20 W pustyni i w puszczy - przyg., Polska, 1973 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Dobre historie - Arka w Bydgoszczy - magazyn 08:00 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial krym. 08:50 Ranczo - serial obycz., Polska, 2012 09:45 Komisarz Alex - serial krym. 10:45 Ojciec Mateusz - serial 11:35 Korona królów. Jagiellonowie. Taka historia - telenowela dokumentalna, 2023 12:10 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny 12:50 Natura w Jedynce - Film dokumentalny 13:45 Potop Redivivus - histor., Polska, 2014 17:00 Teleexpress; Pogoda 17:20 Jaka to melodia?	05:35 Footloose - dram., USA, 1984 07:30 Pytanie na śniadanie 12:10 Legalna blondynka 2 - kom., USA, 2003 14:00 Familiada - teleturniej 14:35 Koło fortuny - teleturniej 15:15 Postaw na milion - teleturniej 16:15 Tak to leciało - teleturniej muzyczny 17:15 Ptasek na uwięzi - kom., USA, 1989 19:10 Przepis dnia 19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2023 20:50 Postaw na milion - teleturniej 21:50 Na sygnale - serial fabularyzowany 22:30 Panorama 23:00 Erynie - Flegeton - serial krym., Polska, 2022 23:50 Hala odlotów - talk-show	05:40 Uwaga! - program interw. 05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn śniadaniowy 11:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 12:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 14:40 Detektywi - program krym. 15:45 Doradca smaku - program kulinarny 15:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 16:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 18:00 Detektywi - program krym. 19:00 Fakty 19:25 Sport; Pogoda	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:40 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny 09:40 Sekrety rodziny - program obyczajowy 10:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny 11:40 Gliniarze - paradokument 12:50 Wydarzenia - informacje 13:20 Interdysja - magazyn reporterów 13:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny 15:50 Finał Pucharu Polski 16:00 Pogoń Szczecin-Wisła Kraków 18:05 Finał Pucharu Polski Studio 18:50 Wydarzenia - informacje 19:15 Lepsza Polska - prog. publicystyczny 19:45 Sport; Pogoda 20:05 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy	08:00 Muzyczne poranki 08:40 Ukraińska czytanka - Taras Prochaśko - Czechy, Polska, 2016 09:05 Jan Serce - serial, 1981 10:15 Przygoda na Mariensztacie - kom., Polska, 1953 12:05 Rzecz Polska - Crystal i Alexis - dok., 2018 12:35 Floren Władysława Łokietka - magazyn 12:55 ABC miłości - kom., Polska, 1935 14:25 Klasyczna literatura i kino Niezapomniane przygody - dok., Wlk. Bryt., 2000 15:30 Tajemnica Raoula Taburina - kom., Franc., Belgia, 2018 17:10 Jan Serce - serial, 1981 18:20 Tamte lata, tamte dni - Dorota Kolak - magazyn 19:00 Legendy opery - Montserrat Caballe - dok., Wlk. Bryt., 2018	06:00 Nash Bridges - Magazyn brygady antynarkotykowej zostaje napadnięty przez grupę narkomanów. 08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny 10:00 Zbuntowany anioł - serial 11:55 Igrając z ogniem - kom., USA, 2019 13:50 Niania w Nowym Jorku - kom., USA, 2007 15:55 Agent z przypadku - kom., Hongkong, 2001. Pewnego dnia zwykły, niczym nie wyróżniający się mężczyzna Buck Yuen (Jackie Chan) jest świadkiem napadu. 17:45 McImperium - kom., USA, 2019. Ray Kroc (Keaton) to energiczny biznesmen, który od lat walczy o swoje pięć minut sławy. Jednak każdy jego pomysł przeradza się w klęskę, do czasu gdy...	05:00 Szkoła - Licealista Darek Wrzesiński pasjonuje się informatyką, ale ma słabe oceny i nie wierzy w swoje możliwości. Mimo to, zgłasza się do konkursu informatycznego... 06:55 Szpital - program obycz. 07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:00 Detektywi - program krym. 12:00 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny 12:45 Szpital - Pacjentką dr. Michała Morawskiego jest panna młoda, która uciekając sprzed ołtarza, rozbiła sobie głowę. 13:50 Sąd rodzinny - program sądowy 14:50 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy 16:55 Zagadki losu - program obyczajowy	06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 08:00 Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. 09:00 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny 11:00 Trudne sprawy - prog. obyczajowy 13:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 14:00 Gliniarze - serial paradok. 15:00 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 16:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 19:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 21:00 1000 lat po Ziemi - przyg., SF, USA, 2013 23:05 Błękitna głębia - przyg., USA, 2005 01:30 Love Island. Wyspa miłości - reality show 04:05 Interwencja - magazyn reporterów 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje
							
17:55 Klan - telenowela TVP 18:25 Leśniczówka - serial obyczajowy 18:55 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:05 Pogoda 20:10 Sport 20:15 Reporterzy - magazyn 20:35 Ojciec Mateusz - serial 21:30 Sprawa dla reportera 22:30 Mel Brooks, genialny komik - dok., Franc., 2017 23:40 Morderstwa na Belle-Ile - dram., Franc., 2020 01:25 Likwidator - fab., USA, 2013 03:25 Tabu - serial kostiumowy, Wlk. Bryt., USA, 2017 04:35 Tacy byliśmy Gdy nam śpiewał Krzysztof Krawczyk - reportaż	00:55 Moonraker - sens., Franc., Wlk. Bryt., USA, 1979. Jedenasty film z „bondowskiego” cyklu, wyróżniony w 1979 r. nominacją do Oscara za efekty specjalne i uchodzący za jeden z najbardziej spektakularnych. James Bond otrzymuje zadanie zbadania tajemniczej sprawy zniknięcia promu kosmicznego w przestrzeni próbnego lotu. 03:10 Superprodukcja - kom., Polska, 2002. Tym razem Juliusz Machulski za cel obrał środowisko filmowe: producentów, reżyserów, scenarzystów, aktorów i krytyków filmowych.	19:45 Uwaga! - program interwencyjny 20:00 Doradca smaku - program kulinarny 20:05 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:40 Milionierzy - program rozrywkowy 21:15 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 22:15 Gotowi na wszystko. Exterminator - kom., Polska, 2017 00:45 Elita złodziei - film, USA, Fin., 2021 02:35 Szpital - program obycz. 03:25 Uwaga! - program interw. 03:40 Nauka jazdy - reality show 04:05 Recepta na stary dom 04:30 Jak to jest zrobione? 05:00 Kto was tak urządził	21:10 Przyjaciółki - serial obycz. 22:10 Nadchodzi Polly - kom. romant., USA, 2004. Ruben zostaje zdradzony przez żonę. Wtedy na jego drodze staje koleżanka z dzieciństwa - Polly, która wywraca jego ustabilizowane życie do góry nogami. 00:10 Czarownia - fantasy, USA, 2005. Isabel (Nicole Kidman) to naiwna i pełna dobrych intencji czarownica. Marzy o zwykłej rodzinie, kochającym mężu i domu pełnym dzieci... 02:20 Gang Dzikił Wieprzy - kom., przyg., USA, 2007 04:45 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje	20:00 Hala odlotów - magazyn kulturalno-społeczny 21:05 Czwartkowy klub filmowy - Ramen. Smak wspomnień - dramat, Singapur, Franc., 2018. Masato to młody kucharz, który pakuje walizkę i przeprowadza się z japońskiego Takasaki do Singapuru, gdzie ma nadzieję odkryć tajemnicę związku swoich rodziców. 22:50 Oficerowie - serial kryminalny, Polska, 2006 23:50 Kingsajz - komedia, Polska, 1988 01:55 Kino nocne - Złodziej - dram., Polska, 1988 04:45 Podróże z historią - dok. 05:45 Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2	20:00 Jak upolować faceta - kom., USA, 2012 21:55 Asy bez kasy - kom., USA, 2016. Dave mimo społecznego niedopasowania, stara się rzetelnie wykonywać pracę konwojanta. Dzień w dzień transportuje cudze miliony, marząc o własnej fortunie. 23:50 Kochanie, poznaj moich kumpli 2 - kom., Australia, 2016 01:35 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny 02:50 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 03:25 Menu na miarę - program kulinarny 04:10 Dzielnica strachu - serial kryminalny	17:55 Szpital - program obyczajowy 18:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Hotel Paradise - reality show 21:00 Wieczór gier - kom., USA, 2018 23:10 Idealny facet dla mojej dziewczyny - kom., Polska, 2009 01:35 Mój sąsiad morderca - serial kryminalny 02:30 Medium z Long Island - program paradokumentalny 03:00 Nagi instynkt przetrwania 03:50 Druga strona medalu - talk-show 04:20 Druga strona medalu - talk-show	08:55 Św. na każdy dzień 09:20 Opowieści z Księgi Cnót 09:45 Historie obzowe 10:00 Inf. dnia 10:15 Rozmowy niedok. 11:25 Mysłąc Ojczyzna 11:35 Przyroda i ludzie 12:00 Regina Coeli 12:03 Inf. dnia 12:20 Wykłady z Kongresu, Katolicy a cielosność 12:50 Muzeum 303 13:20 Przegląd Tyg. 13:30 Msza św. 14:30 Nadzieja 15:00 Bogu i ludziom - ks. Stanisław Sudół 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Z wędka nad wodę 16:35 Sól ziemii 17:00 Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu 19:25 Akademia pro-life 19:30 Przyjaciele i bohaterowie 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Głos Polski 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia 21:40 Polski Punkt Widzenia 22:00 Telewizyjny Uniwersytet Biblijny 23:00 Święta Teresa z Lisieux

Amało jest smakolów tak zdrowych i tak bogatych w składniki odżywcze jak oliwki, które mnie jednoznacznie kojarzą się z grecką sałatką, ale i z daniem, które Włosi zwą olive ascolane — czyli z oliwkami nadziewanymi mięsem... I to właśnie oliwki są bardzo bogate w witaminę E i inne silne przeciwutleniacze, ale wspomagają też serce, mogą chronić przed osteoporozą i rakiem, a zapewniając uczucie sytości, skutecznie wspierają w walce z nadwagą.

Oliwka, czyli co dokładnie?

Oliwki są owocem drzewa oliwnego *Olea europaea*, co oznacza 'oliwka europejska'. Należą do grupy owoców zwanych pestkami lub owocami pestkowymi i są spokrewnione z mango, wiśniami, brzoskwiniami, migdałami i pistacjami. Drzewa oliwne uprawia się w całym basenie Morza Śródziemnego, a także w Ameryce Południowej, Afryce Południowej, Indiach, Chinach, Australii, Nowej Zelandii, Meksyku i Stanach Zjednoczonych. Jako się rzekło — oliwki różnych odmian są głównym składnikiem dań kuchni śródziemnomorskiej i znaczącą uprawą eksportową w Hiszpanii, Włoch, Grecji, Turcji i Maroka. Niektóre niedojrzałe oliwki są zielone i po dojrzeniu stają się czarne. Inne pozostają zielone nawet w pełni dojrzałe. Najpopularniejszymi oliwkami są te zielone i czarne, choć popularne są również oliwki kalamata, które mają barwę od ciemnoczerwonej do burgundowej i pochodzą z greckiego Peloponezu.

Oliwki są podstawą diety śródziemnomorskiej, ale pasują również do wielu schematów żywieniowych. Prawie nie zawierają węglowodanów, co czyni je dobrym wyborem w przypadku planów niskowęglowodanowych, takich jak keto, i są dobrą przekąską również dla osób przestrzegających diety roślinnej. Oferują różnorodne smaki. Wszystkie oliwki są słone, ale niektóre przyprawy nadają im inny smak. Wśród śródziemnomorskich specjałów można znaleźć także oliwki nadziewane czosnkiem czy czerwoną papryką.

Spożywanie oliwek w całości lub używanie oliwy z oli-



Wikipedia

wek do niektórych posiłków może pomóc w ochronie przed różnymi problemami zdrowotnymi. W przepisach greckich i włoskich oliwki często używane są w całości lub kroi się je w plasterki. Natomiast tłoczona z nich oliwa — jeden z kluczowych składników niezwykle zdrowej diety śródziemnomorskiej i główny rolny produkt eksportowy tego regionu — to temat nie tylko na osobny artykuł, ale zgola na traktat o zdrowiu...!

W czym tkwi zdrowie?

Oliwki to odżywcza bomba. Chociaż składają się głównie z tłuszczu, jest to tłuszcz jednonienasycony, czyli ten typ, który ma właściwości zdrowotne. To tłuszcz, który nie jest wrogiem! Raczej powinniśmy traktować go jak wielkiego przyjaciela naszego serca.

Ponadto oliwki są bogate w inne korzystne dla organizmu składniki odżywcze, w tym witaminę E i przeciwutleniacze — substancje chroniące komórki przed uszkodzeniem. Mają też żelazo: zwłaszcza czarne oliwki są jego bogatym źródłem, a to ważne dla czerwonych krwinek w transporcie tlenu. Sporo w nich miedzi: minerału bardzo ważnego, ajakże często brakuje go w typowej zachodniej diecie. Niedobór miedzi może zwiększać ryzyko chorób serca. Oliwki to także wapń, najobficiej występujący minerał w organizmie, który jest niezbędny do funkcjonowania kości, mięśni i nerwów. I do tego jeszcze sód, którego większość oliwek zawiera duże ilości.

Dlatego właśnie oliwki powinniśmy jeść w miarę regularnie. Dlaczego konkretnie?

Bo poprawiają zdrowie serca

Większość planów zdrowego odżywiania zachęca do stosowania oliwy z oliwek jako ulubione-

Dostarczają zdrowych tłuszczów

Chwalona dieta śródziemnomorska promuje spożywanie zdrowych tłuszczów, w tym oliwek, a także oliwy z oliwek. Tłuszcz ma więcej kalorii niż węglowodany czy białko. Ale jeśli chodzi o zdrowie serca, specjaliści zapewniają, że rodzaj spożywanego

Zwiększają zawartość błonnika w diecie

Większość z nas nie spożywa wystarczającej ilości błonnika w swojej diecie. Oliwki są dobrym źródłem składników odżywczych: zawierają 1,5 g błonnika w około pół filiżanki. A ten błonnik pomaga utrzymywać dobre trawienie, zmniejsza ryzyko chorób serca, zapewnia uczucie sytości na dłużej. A oliwki, które zawierają dużo tłuszczu, są przekąską sycącą. Dzieje się tak dlatego, że tłuszcz trawi się dłużej, dzięki czemu czujemy się pełni. Czyli zasadniczo oliwki robią to, czego oczekujemy od przekąski: są dobre dla zdrowia i powstrzymują uczucie głodu aż do następnego posiłku. Jeśli zjemy niewielką ilość oliwek, będą one zdrową przekąską: 10 oliwek ma tylko około 50 kalorii.

Zdrowa dawka witaminy E

Witamina E to potężna witamina. Jest przeciwutleniaczem chroniącym komórki przed uszkodzeniami, które mogą zwiększać ryzyko chorób takich jak rak i choroba Parkinsona. To także ona zmniejsza stany zapalne, podrażnienia i obrzęki, odgrywa rolę w zapobieganiu miażdżycy, gdy tętnice stają się sztywne. Jednak przyjmowanie suplementów witaminy E może być niebezpieczne — może powodować poważne skutki uboczne. Dlatego lepiej jeść produkty bogate w witaminę E. Na przykład oliwki.

Zmniejszają ryzyko raka

Oliwki zawierają składniki odżywcze, w tym przeciwutleniacze. Badania wskazują, że te przeciwutleniacze zmniejszają stany zapalne, które mogą uszkadzać zdrowe komórki i prowadzić do raka.

Na zdrowe kości

Osteoporoza charakteryzuje się zmniejszoną masą kostną i jakością kości. Może zwiększyć ryzyko złamań. W krajach śródziemnomorskich wskaźniki osteoporozy są niższe niż w pozostałej części Europy, co prowadzi do spekulacji, że oliwki mogą chronić przed tą chorobą. W badaniach wykazano, że niektóre związki roślinne występujące w oliwkach i oliwie z oliwek pomagają zapobiegać utracie kości. Kolejne badania obserwacyjne sugerują, że przestrzeganie diety śródziemnomorskiej może zmniejszać ryzyko złamań kości.

Pomagają kontrolować poziom cukru we krwi

Osoby stosujące dietę bogatą w tłuszcze jednonienasycone, takie jak te znajdujące się w oliwkach, zwykle lepiej kontrolują poziom cukru we krwi. W jednym z badań porównano wpływ kwasu oleinowego na palmitynian — czyli tłuszcz nasycony występujący w oleju palmowym i maśle. Palmitynian miał większy wpływ na insulinooporność w porównaniu z kwasem oleinowym. A insulinooporność wiąże się z wyższym poziomem cukru we krwi, co niechybnie zwiastuje cukrzycy.

Ile oliwek dziennie?

Starajmy się jeść garść dziennie — to ilość, która zapewni wszystkie zalety owocu. Kto nie lubi podjadać oliwek z puszki lub słoika, może dodać je do niemal wszystkiego, a i tak uzyskać pożądany zdrowotny efekt. Czyli do sałatki, pizzy, obiadu z kurczakiem, a nawet do śniadania. Oczywiście najzdrowsze są te, które przebyły najkrótszą drogą i można je zjadać prosto ze stołu z widokiem na Akropol lub Koloseum. Smacznego!

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA

Korzystałam ze stron healthline.com, webmd.com oraz z Encyclopædia Britannica.

JEDZMY OLIVKI!

NIC NIE CHCĘ MÓWIĆ, ALE MAJÓWKA ZA PASEM, A TAKA GRECJA LUB WŁOCHY — OSTATECZNIE NIE AŻ TAK DALEKO... PRZY OKAZJI WIZYT W POŁUDNIOWYCH ZAKĄTKACH EUROPY — PRÓCZ PRZEWODNIKÓW O WIELKIM DZIEDZICTWIE STAROŻYTNYCH ATEN, NIEPOWTARZALNEJ KULTURZE SYCYLII CZY FLORENCKIEJ KOŁĘBCE RENESANSU — WARTO TEŻ KIEROWAĆ SIĘ SMAKIEM I ŻOŁĄDKIEM. I KORZYSTAĆ Z TEGO, CO NA GRECKICH I WŁOSKICH STOŁACH NAJZDROWSZE!

go oleju do gotowania. Oliwa z oliwek zawiera również kwas oleinowy, który może podnieść do bry cholesterol, a za to obniżyć wysokie ciśnienie krwi. Jedzenie oliwek może być również dobrym posunięciem dla serca, bo zawierają również kwas oleinowy.

tłuszczu jest ważniejszy niż jego ilość. Wiele lat temu panował trend w kierunku diet niskotłuszczowych. Tymczasem lekarze odkryli jednak, że kiedy ludzie ograniczali spożycie tłuszczów, jedli więcej słodkich pokarmów. I jednocześnie zaobserwowali wzrost liczby osób cierpiących na otyłość...!



9 CZERWCA – WYBORY „DO BRUKSELI”

Dziś o czymś, co będzie miało miejsce już niedługo, bo za nieco ponad miesiąc. Oto bowiem 9 czerwca odbędą się w Polsce po raz piąty w historii wybory do Parlamentu Europejskiego. Tym razem jest to jednak sytuacja całkiem wyjątkowa, bo dotychczas w latach 2004, 2009, 2014, 2019 wybory europejskie odbywały się w maju. Elekcje do parlamentu z siedzibami w Brukseli i Strasburgu (ale także w Luksemburgu – tam znajduje się część administracyjno-finansowa i tam posłowie nie jeżdżą) w 27 krajach Unii Europejskiej trwać będą przez cztery dni. Zaczyna Królestwo Niderlan-

dów w czwartek 6 czerwca, ale aby nie wpływać na wybory w innych krajach, będzie musiało utajnić (!) wyniki wyborów przez 72 godziny do zakończenia wyborów w reszcie państw UE. Następnego dnia, w piątek 7 czerwca, wybory odbędą się jeszcze w dwóch krajach: Irlandii i Czechach. W tym drugim kraju będą one tradycyjnie dwudniowe. Jest jeszcze jeden kraj, w którym elekcja potrwa dwie doby – i są to Włochy. Skądinąd przez Italię wyniki wyborów w Polsce możemy poznać nie o 21:00, kiedy się one u nas – nad Wisłą, Wartą i Odrą – zakończą, ale godzinę później, gdy urny zamknięte zostaną właśnie na Półwyspie Apenińskim. Bołączką Rzeczypospolitej była bardzo słaba frekwencja w wyborach do europarlamentu. W 2004 i 2009 roku sytuowała ona nas na szarym końcu państw członkowskich Unii – obok Słowacji i Litwy. Przełomem były ostatnie



Fot. PAP

wybory europejskie w roku 2019, gdzie frekwencja była znacznie wyższa (45,68 proc.). Pamiętam, że wyprzedziliśmy wówczas nawet niespodziewanie ojczyznę lubiącego nas pouczać i krytykować Fransa Timmermansa, czyli wspomnianą już Holandię. Trzykrotnie wybory europejskie wygrywała Platforma Obywatelska, tylko raz Prawo i Sprawiedliwość, co pokazuje, że dla

PiS są to wybory trudniejsze niż prezydenckie, parlamentarne czy samorządowe. Rekordowy wynik w wyborach europejskich miała jednak właśnie partia Jarosława Kaczyńskiego, uzyskując w roku 2019 aż 27 mandatów. Rekord PO to wynik osiągnięty w roku 2009 – 25 mandatów. Na te wybory warto iść w sposób szczególny, bo – jak mało kto zdaje sobie z tego

sprawę – aż 3/4 polskiego ustawodawstwa tak naprawdę powstaje w parlamencie z siedzibami w Belgii i Francji, a stamtąd dopiero jest implementowane i wdrażane przez Sejm i Senat RP. Pamiętajmy, że jak mówi stare polskie przysłowie: „Nieobecni nie

mają racji”. Zwłaszcza że Unia – Unią, integracja – integracją, globalizacja – globalizacją, ale w UE każdy naród i każde państwo walczy przede wszystkim o własne interesy.

RYSZARD CZARNECKI,
EUROPOSEŁ
PRAWA I SPRAWIEDLIWOŚCI

REKLAMA



Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Olsztynie

informuje o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu planu urządzenia lasu dla

Nadleśnictwa Kudypy oraz Nadleśnictwa Korpele.

Projekt planu urządzenia lasu wraz z Prognozą Oddziaływania na Środowisko jest dostępny w siedzibie RDLP; ul. Kościuszki 46/48, Olsztyn; pok. nr 203, w godzinach 8.00-13.00, w terminie 30 dni od daty ogłoszenia.

Podstawa prawna: art. 51 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. nr 199, poz. 1227) w ramach prac dotyczących sporządzenia planu urządzenia lasu dla nadleśnictw.

50224otbr-a -P

Zalety szkoły poza miastem? Proszę bardzo!

GMINA GIETRZWAŁD// – Brak zgiełku, bliski kontakt z przyrodą, zycziwe środowisko i mniej liczne klasy. Długo można wyliczać zalety szkoły na wsi – mówi Małgorzata Ilnicka, dyrektorka Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Biesalu.

Rodzice często stają przed dylematem, jaką szkołę wybrać. Niewielką w okolicy zamieszkania czy też dużą w mieście, gdzieś w pobliżu pracy? – Niewątpliwą zaletą szkoły na wsi jest jej bliskość od domu czy znajomość środowiska. Dzięki temu uczniowie mają kontakt ze sobą zarówno podczas zajęć lekcyjnych, jak i poza nimi – mówi Małgorzata Ilnicka, dyrektorka Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Biesalu i dodaje: – Wówczas dzieci nie czują się wyalienowane, a relacje rówieśnicze dla rozwoju osobowości są bezcenne.

Dużym plusem są mniejsze liczebnie klasy. Jeden nauczyciel na kilkunastu uczniów to wielka zaleta. Ma wtedy więcej czasu dla każdego wychowanka, tym samym przerobi więcej materiału. To atut w erze nieobowiązkowych prac domowych. – Szkoła nieco na uboczu to brak ulicznego zgiełku i kontakt z przyrodą – wylicza Małgorzata Ilnicka.

W temacie edukacji musi pojawić się kwestia poziomu nauczania. Należy jednak podkreślić, że bez względu na to, gdzie położona

jest szkoła, nauczyciele muszą realizować podstawę programową.

– Jeżeli nauczyciel potrafi zachęcić uczniów do pracy i wprowadzić ich w fascynujący świat nauki, to wielkość placówki nie ma znaczenia. W tym miejscu chciałabym pochwalić się naszą wykwalifikowaną kadrą, która cały czas podnosi swoje umiejętności – podkreśla dyrektorka z Biesala. – Po wiem więcej, prawdziwa interakcja nauczyciel-uczeń jest możliwa po lepszym poznaniu się, a to jest bardziej realne, w mniej licznej klasie. W procesie edukacyjnym budowanie relacji ma ogromne znaczenie.

Nowoczesna placówka to również baza. Ta w Biesalu jest cały czas ulepszana. Oprócz pozyskania nowoczesnego wyposażenia sal dydaktycznych, szkołę czeka remont sali gimnastycznej razem z sanitariatami. Poza tym dobudowane zostaną dwa pomieszczenia pomiędzy szkołą, a salą gimnastyczną. Warto dodać, że placówka posiada nowoczesne boisko o nawierzchni tartanowej.

Szkoła w niewielkiej miejscowości nie musi być zdana sama na siebie. Nie brakuje tu inicjatyw międ-

zyszkolnych. Kolejny rok z rzędu podstawówka z Biesala razem ze Szkołą Podstawową w Gietrzwałdzie organizuje turniej wiedzy dla klas ósmych. – Uczniowie sprawdzą się podczas zdrowej rywalizacji – mówi Małgorzata Ilnicka. – Nie zabraknie pytań z języka polskiego, matematyki, historii, geografii i wiedzy o regionie. Będą więc ćwiczyć umysł oraz mięśnie podczas sportowego współzawodnictwa.

Dyrekcja razem z nauczycielami przygotowuje się do patriotycznego pikniku majowego. W jego ramach odbędzie się rajd rowerowy szlakiem polskich partyzantów.

Do tych wszystkich działań potrzebna jest energia. Gdzie ją pozyskać? – Na szkolnej stołówce – odpowiada z uśmiechem dyrektorka. – Żaden catering nie może się równać posiłkom z garnka. Pannie w kuchni starają się o to każdego dnia.

W szkole w Biesalu działa również przedszkole, gdzie bez problemu można zapisać swoją pociechę. Jest otwarte od 6.30 do 16.30. Pierwszych pięć godzin jest nieodpłatnych.



Fot. ZSP w Biesalu



Fot. ZSP w Biesalu



WEEKENDOWY
REPERTUAR HELIOS

Piątek, 26 kwietnia
CHALLENGERS / napisy: 12:40, 16:15, 18:15, 20:30
MÓJ PIES ARTUR / familijny / od 10 lat / dubbing: 12:15, 17:00, 19:30
MÓJ PIES ARTUR / familijny / od 10 lat / napisy: 19:30
NIEPOKALANA / napisy: 14:50, 18:30, 21:00
KICIA KOCIA W PRZEDSZKOLU / dubbing: 12:00, 13:15, 14:30, 16:00
BACK TO BLACK. HISTORIA AMY WINEHOUSE / napisy: 13:30, 15:30, 17:45, 20:45
KUNG FU PANDA / familijny / od 6 lat / dubbing: 12:00, 16:30
GODZILLA I KONG: NOWE IMPERIUM / dubbing: 15:15
GODZILLA I KONG: NOWE IMPERIUM / napisy: 20:15
ZA DUŻY NA BAJKI 2 / familijny / od 7 lat: 11:45
CIVIL WAR / napisy: 14:00, 18:45
OMEN: POCZĄTEK / napisy: 21:15
CZERWONE MAKI: 15:45
ABIGAIL / napisy: 13:30, 20:00
SZKOŁA MAGICZNYCH ZWIERZĄT. TAJEMNICA SZKOLNEGO PODWÓRKA / familijny / od 6 lat / dubbing: 12:50
DIUNA. Część druga / napisy: 14:15
PRZYSIĘGA IRENY / napisy: 17:15

Sobota, 27 kwietnia
CHALLENGERS / napisy: 12:30, 16:30, 18:15, 20:15
MÓJ PIES ARTUR / familijny / od 10 lat / dubbing: 11:20, 13:45, 17:15
MÓJ PIES ARTUR / familijny / od 10 lat / napisy: 20:00
NIEPOKALANA / napisy: 12:45, 14:50, 18:30, 21:00
KICIA KOCIA W PRZEDSZKOLU / dubbing: 10:20, 11:40, 13:00, 16:45
BACK TO BLACK. HISTORIA AMY WINEHOUSE / napisy: 11:00, 15:30, 17:30, 20:45
KUNG FU PANDA / familijny / od 6 lat / dubbing: 10:30, 14:10
GODZILLA I KONG: NOWE IMPERIUM / dubbing: 17:00
GODZILLA I KONG: NOWE IMPERIUM / napisy: 11:30, 19:45
ZA DUŻY NA BAJKI 2 / familijny / od 7 lat: 11:10, 13:30
CIVIL WAR / napisy: 12:20, 16:15, 18:45
OMEN: POCZĄTEK / napisy: 21:15
CZERWONE MAKI: 15:45
ABIGAIL / napisy: 14:20, 18:00
SZKOŁA MAGICZNYCH ZWIERZĄT. TAJEMNICA SZKOLNEGO PODWÓRKA / familijny / od 6 lat / dubbing: 10:10
DIUNA. Część druga / napisy: 14:00
PRZYSIĘGA IRENY / napisy: 20:30

Niedziela, 28 kwietnia
CHALLENGERS / napisy: 12:30, 16:30, 18:15, 20:15
MÓJ PIES ARTUR / familijny / od 10 lat / dubbing: 11:20, 13:45, 17:15
MÓJ PIES ARTUR / familijny / od 10 lat / napisy: 20:00
NIEPOKALANA / napisy: 12:45, 14:50, 18:30, 21:00
KICIA KOCIA W PRZEDSZKOLU / dubbing: 10:20, 11:40, 13:00, 16:45

BACK TO BLACK. HISTORIA AMY WINEHOUSE / napisy: 11:00, 15:30, 17:30, 20:45
KUNG FU PANDA / familijny / od 6 lat / dubbing: 10:30, 14:10
GODZILLA I KONG: NOWE IMPERIUM / dubbing: 17:00
GODZILLA I KONG: NOWE IMPERIUM / napisy: 11:30, 19:45
ZA DUŻY NA BAJKI 2 / familijny / od 7 lat: 11:10, 13:30
CIVIL WAR / napisy: 12:20, 16:15, 18:45
OMEN: POCZĄTEK / napisy: 21:15
CZERWONE MAKI: 15:45
ABIGAIL / napisy: 14:20, 18:00
SZKOŁA MAGICZNYCH ZWIERZĄT. TAJEMNICA SZKOLNEGO PODWÓRKA / familijny / od 6 lat / dubbing: 10:10
DIUNA. Część druga / napisy: 14:00
PRZYSIĘGA IRENY / napisy: 20:30

WEEKENDOWY
REPERTUAR
KINA AWANGARDA
W OLSZTYNIE

Piątek, 26 kwietnia
Perfect Days - prod. Japonia, Niemcy: godz. 17.45
Mój pies Artur - prod. USA: godz. 17.45
Latanie dla początkujących - prod. Islandia, Wielka Brytania: godz. 17.45
Delikwenci: godz. 19.30
Challengers - prod. USA: godz. 19.45
Back to Black. Historia Amy Winehouse - prod. Wielka Brytania, USA: godz. 19.45

Sobota, 27 kwietnia
Strefa interesów - prod. Wielka Brytania, Polska, USA: godz. 15.30
Kobieta z ... - prod. Polska, Szwecja: godz. 15.30
Back to Black. Historia Amy Winehouse - prod. Wielka Brytania, USA: godz. 15.45
Perfect Days - prod. Japonia, Niemcy: godz. 17.30
Latanie dla początkujących - prod. Islandia, Wielka Brytania: godz. 17.45
Mój pies Artur - prod. USA: godz. 18.00
Wśród wyschniętych traw: godz. 19.30
Challengers - prod. USA: godz. 19.45
Back to Black. Historia Amy Winehouse - prod. Wielka Brytania, USA: godz. 20.00

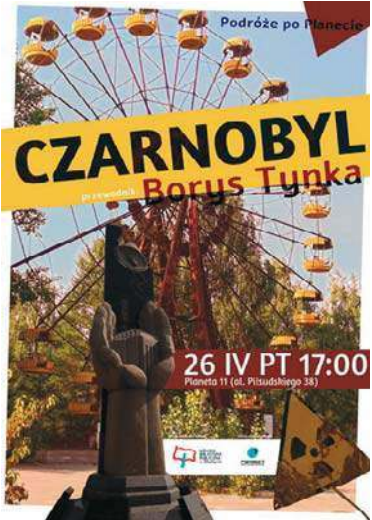
Niedziela, 28 kwietnia
Strefa interesów - prod. Wielka Brytania, Polska, USA: godz. 15.30
Kobieta z ... - prod. Polska, Szwecja: godz. 15.30
Back to Black. Historia Amy Winehouse - prod. Wielka Brytania, USA: godz. 15.45
Perfect Days - prod. Japonia, Niemcy: godz. 17.30
Latanie dla początkujących - prod. Islandia, Wielka Brytania: godz. 17.45
Mój pies Artur - prod. USA: godz. 18.00
Wśród wyschniętych traw: godz. 19.30
Challengers - prod. USA: godz. 19.45
Back to Black. Historia Amy Winehouse - prod. Wielka Brytania, USA: godz. 20.00

26 KWIETNIA
KATOD – Elektroniczna
podróż w czasie



Olsztyn
KATOD - instrumentalna muzyka elektroniczna wykonywana na starych komputerach Commodore 64, syntezatorach oraz gitarze elektrycznej. Cofniemy się do lat 80. i 90. Posłuchamy wykonywanej na żywo muzyki inspirowanej gramami komputerowymi, muzyką filmową lat 80., czy klasyczną elektroniką z dodatkiem rockowego gitarowego pazura.
Godz. 18.00, Olsztyńskie Planetarium, Al. Piłsudskiego 38.

26 KWIETNIA
Podróże po Planecie:
Borys Tynka - Przewodnik
o Czarnobylu



Olsztyn
To już druga wizyta podróznika w Planecie 11 – w 2022 roku Borys Tynka opowiadał o Odessie. Na spotkaniu będziemy mieli okazję wysłuchać o katastrofie w Czarnobylu oraz czarnobylskiej strefie wykluczenia.
Borys Tynka należy do Stowarzyszenia Przewodników Ukraińskich i jest jedynym Polakiem, który w 2020 roku ukończył specjalistyczny kurs przewodnicki po czarnobylskiej strefie wykluczenia. Od 2020 roku decyzją Rady Miasta Odessy zajmuje również stanowisko honorowego ambasadora Odessy w Polsce.
Godz. 17.00, Biblioteka Multimedialna Planeta 11, Al. Piłsudskiego 38

26 KWIETNIA
Koncert symfoniczny

Olsztyn
Wystąpią:
– Wojciech Michniewski – dyrygent
– Monika Dondalska – skrzypce
– Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej
Wprowadzenie do koncertu godz. 18.00, sala kameralna filharmonii – Piotr Matwiejczuk
Program:
– Ludwig van Beethoven – Uwertura Leonora III op. 72
– Henryk Wieniawski – Koncert Skrzypcowy d-moll
– Hector Berlioz – Symfonia c-moll op. 14 Fantastyczna
Godz. 19.00, Filharmonia Warmińsko-Mazurska, ul. Głowackiego 1.

26 KWIETNIA
Food Truck Festivals

Olsztyn
Wyobraź sobie rozgrzane do czerwoności grille, palące się WOK-i, buchające parą piece, a do tego zniewalające zapachy oraz nietuzinkowe smaki. Już wkrótce Olsztyn zamieni się w wpachnącą, kulinarną arenę, na której o Wasze uznanie walczyć będą najlepsi kucharze. Zapewniamy, że będzie pysznie. Przeżyjemy wspólnie wspaniałą, kulinarną podróż w towarzystwie relaksującej muzyki, zabaw, konkursów oraz animacji dla dzieci.
Godz. 15.00, Hala Urania, al. Piłsudskiego 44.

26 KWIETNIA
Koncert
„Gospel na wiosnę”

Lidzbark Warmiński
Wystąpi Chór Mieszkańców Lidzbarka Warmińskiego pod artystycznym kierownictwem Pawła Rolikowskiego. Jest to kilkunastoposobowa grupa kobiet i mężczyzn, którzy dla własnej przyjemności, na cotygodniowych próbach, mierzą się często trudnym repertuarem przygotowanym przez swojego prowadzącego.
Godz. 19.00, Oranżeria Kultury, ul. Krasickiego 2.

27 KWIETNIA
Trupa Trupa w MOK

Olsztyn
Trupa Trupa to artrockowy, psychodeliczny zespół z Gdańska. Według Guardian, „twórczość zespołu to połączenie nieoczywistych melodii i tekstów, które penetrują ciemne zakamarki ludzkiego istnienia”, natomiast Pitchfork uważa że „Trupa Trupa wnosi poezję i subtelność do psychodelicznego rocka”.
Godz. 20.00, Amfiteatr im. Czesława Niemena w Olsztynie.

27 KWIETNIA
Biurwa

Olsztyn
„Biurwa” to autorska parodia dramatu „Balladyna”. Traktuje o losach młodej i ambitnej karierowiczki, która dostaje stanowisko lidarskie, w legendarnym wyścigu szczurów, pełnym intryg i kombinatorstwa.
Mimo lżejszej formy, na dnie kryją się ludzkie dramaty. Z każdą decyzją podejmowaną przez bohaterów sytuacja na scenie się komplikuje. Kolejne intrygi wydają się być naturalną częścią ładu korporacyjnego i zwiększają absurd, który można odnaleźć w prawdziwym życiu. Wszyscy współpracownicy zdają się akceptować fakt, że wiele rzeczy dzieje się wbrew logice i z pewną dozą podziwu i zrozumienia patrzą ślepo na tych co nauczyli się przetrwać i osiągnąć sukces w korporacji.
Godz. 17.00, Akademickie Centrum Kultury UWM, ul. Obizta 1.

27 KWIETNIA
Spektakl „Bajkowe
Poranki z Teatrem
Muzycznym UWM”

Olsztyn
Teatr Muzyczny UWM zaprasza na spektakl z cyklu „Bajkowe Poranki z Teatrem Muzycznym UWM”. Jest to barwne przedstawienie oparte na motywach pochodzących z najpopularniejszych bajek i filmów muzycznych m.in. „Kraina Lodu”, „Król Lew”, „Mulan” oraz „Vaiana: Skarb Oceanów”. Spektakl wyreżyserował dr hab. Grzegorz Lewandowski – dyrektor teatru, który również przygotował wokalnie wykonawców. Autorką choreografii jest Aleksandra Pulińska.
Godz. 11.00, Centrum Konferencyjne UWM, ul. Dybowskiego 11.

27 KWIETNIA
Mali odkrywcy sztuki

Olsztyn
Tym razem udamy się w podróż do świata wielkiej sztuki, poznamy najsłynniejsze dzieła i ich twórców, przekonamy się które z nich są dobrze nam znane, a które mniej – czy słoneczniki, legendarny uśmiech, a może puszkę zupy pomidorowej Wam coś mówią? Jeśli nie, to nic straconego, bo podczas naszego spotkania postaramy się rozwikłać wiele zagadek znanych dzieł, uruchomić naszą wyobraźnię, a zainspirowani twórczością wielkich artystów stworzymy własne arcydzieła!
Godz. 11.30, BWA Galeria Sztuki, Al. Piłsudskiego 38.

175 TYSIĘCY DOLARÓW W PULI

SZACHY Grupa wyjątkowych arcymistrzów ponownie zmierzy się w Warszawie o wygraną w turnieju Superbet Rapid & Blitz. Przed rokiem pasjonującą walkę stoczyli Jan-Krzysztof Duda i wieloletni mistrz świata Magnus Carlsen. Teraz też obaj zagrają.

Superbet Rapid & Blitz 2024 to jedno z największych szachowych wydarzeń w naszym kraju - w maju do Warszawy przyjadą gwiazdy królewskiego sportu z całego świata. Trwa już sprzedaż biletów, które gwarantują najlepsze miejsca na widowni.

W stolicy - oprócz dumy polskich szachów Jana-Krzysztofa Dudy oraz wieloletniego mistrza świata Magnusa Carlsena - zagra wielu wybitnych arcymistrzów. Do Polski przylecą reprezentujący Indie Gukesh Dommaraju, Praggnaandhaa Rameshbabu i Arjun Erigaisi oraz Holender Anish Giri, Ukrainiec Kirill Szewczenko, Niemiec Vincent Keymer, Chińczyk Wei Yi oraz reprezentant Uzbekistanu Nodirbek Abdusattorov. Takie nagromadzenie znakomitych graczy gwarantuje wielkie emocje. Apieciokrotny mistrz świata ma apetyt na kolejne zwycięstwo.

- Cieszę się, że znowu zagram w Superbet Rapid & Blitz Poland, bo lubię brać udział w turnieju szachów szybkich i błyskawicznych - przyznaje Magnus Carlsen. - Przed rokiem słabiej zaprezentowałem się w pierwszej części turnie-



Warszawski turniej rozpocznie się 8 maja w Centrum Konferencyjnym POLIN

ju, za to dobrze wszachach błyskawicznych. Wiem, że mam spore szanse na powtórzenie wyniku z 2023 roku, ale nigdy nie jest łatwo zwyciężać w takiej stawce. Widziałem na liście startowej wielu młodych graczy, więc jestem bardzo podekscytowany przed przyjazdem do Warszawy - mówi arcymistrz, który przed rokiem w Polsce znalazł też czas na coś więcej poza rywalizacją szachową. - To prawda, zagrałem w piłkę, choć ostatnio rzadko mi się to zdarza, teraz z chęcią pogrążyłem w golfa, który mnie zainteresował od minionych wakacji. Codziennie spacerowałem

też po Warszawie z hotelu do miejsca, gdzie graliśmy, byłem też w kilku różnych restauracjach, próbowałem rozmaitych kuchni. Mam dobre wspomnienia z Polski - dodaje.

Przypomnijmy, że przed rokiem Magnus Carlsen wygrał w Warszawie po pasjonującym finiszu. Norweg zgromadził 24 punkty i dopiero ostatniego dnia rywalizacji wyprzedził Jana-Krzysztofa Dudę (23) oraz Wesleya So i Levona Aroniana (po 21,5).

- Ogólnie miejsce jest z pewnością dobre, ale dla mnie to trochę gorzkie doświadczenie - komentował wtedy na gorąco Jan-

Krzysztof Duda, który miał ambicję wygrać po raz drugi z rzędu w stolicy. - Szczególnie ostatniego dnia wypadłem słabo, oddałem zbyt dużo punktów, rozdawałem rywalom prezenty, podczas gdy Magnus miał bardzo dużo szczęścia. Zaliczył imponującą serię siedmiu zwycięstw, a ja zgubiłem wątek i nawet drugie miejsce było zagrożone. Podsumowując, to jednak był nie najgorszy finisz, w którym zająłem drugie miejsce - dodał Polak.

Turniej Superbet Rapid & Blitz jest organizowany w Polsce już po raz trzeci, rozgrywany jest w ramach

cyklu Grand Chess Tour. Tak jak w poprzednich edycjach rywalizacja odbywać się będzie w Centrum Konferencyjnym POLIN. Nowością jest wprowadzenie biletów, z których dochód zostanie przeznaczony na cele charytatywne.

W tym roku możliwości wejścia na każdy dzień turniejowy są dwie. Płatna - dla osób, które chcą być pewne swojego miejsca i oglądać zmagania możliwie jak najbliżej sceny, doświadczając szachowych super emocji (VIP PREMIUM - 2 rząd, 500 PLN i VIP - rzędy 4-9, 25 PLN). Wejściówki są dostępne na superchess.kupbilecik.pl.

pl. Na pozostałą część widowni będzie można wejść bezpłatnie, ale przy dużym zainteresowaniu organizatorzy nie mogą zagwarantować miejsca (decyduje kolejność przybycia).

Każdego dnia (8-12 maja) rywalizacja będzie się rozpoczynać o godz. 13. Pula nagród polskiego turnieju to 175 tysięcy dolarów, a w całym cyklu do wygrania jest półtora miliona.

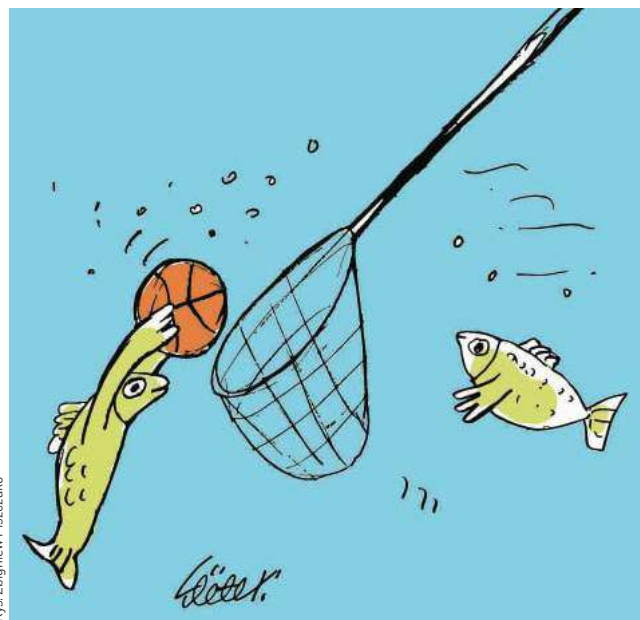
* Fundacja Superbet - organizacja non-profit, której celem jest wspieranie rozwoju inicjatyw związanych ze zdrowiem, edukacją i sportem, ze szczególnym naciskiem na promowanie gry w szachy.

* Grupa Superbet - globalny operator zakładów bukmacherskich i gier on-line, prowadzi działalność w Rumunii, Polsce, Brazylii, Belgii i Serbii. Na rynku polskim jest obecny od 2018 roku. 1 lipca 2023 roku Superbet został sponsorem strategicznym Lecha Poznań oraz jego Akademii. To jedna z największych umów partnerskich w polskiej piłce klubowej i pierwsza w takiej formule. W Ekstraklasie sponsoruje też Górnik Zabrze, a w niższych ligach GKS Tychy i Stomil Olsztyn.

SPRINTEM

FUTSAL W ćwierćfinale Ekstraklasy rywalizuje osiem czołowych zespołów. Fazę zasadniczą wygrał Constract, więc na tym etapie rozgrywek jego rywalem był Widzew (ósma ekipa tabeli). Pierwszy mecz rozegrano w Łodzi i sensacji nie było, bowiem mistrz Polski pewnie wygrał 5:0 (gole dla gości zdobyli Claudinho 2, 27, Mateusz Lisowski 32 (k), Martin Doša 34, Paweł Kaniowski 40). Rewanż w sobotę w Lubawie (g. 18).

W półfinale Constract trafi na zwycięzcę z pary Dreman Opole Komprachcice - Futsal Leszno. Na tym etapie też grać się będzie do dwóch zwycięstw, dopiero w finale zespoły będą rywalizować do trzech wygranych meczów.



Inne wyniki ćwierćfinałów:
Legia Warszawa - Rekord Bielsko-Biała 2:6 (1:3), BSF

Bochnia - Piast Gliwice 2:8 (2:4),
Dreman Opole Komprachcice - Futsal Leszno 7:3 (4:0).

PIŁKA RĘCZNA 24. kolejka I ligi, sobota: Aqua-Instal Jeziorak Iława - Abramczyk AZS UKW Bydgoszcz (15), SMS ZPRP I Kwidzyn - KPR Gryfino (16), BODEGA Grudziądz - Sparta Oborniki (18), Szczypiorniak Olsztyn - Sambor Latocha Agropom Tczew (18); niedziela: Tytani Wejherowo - Warmia Energa Olsztyn (16), Jedynka KODO Morąg - USAR Kwidzyn (18).

I LIGA

1. Gwardia*	63	784:502
2. Warmia	57	755:576
3. Jeziorak	51	725:656
4. Grudziądz*	39	686:629
5. SMS ZPRP I	39	702:680
6. Tytani*	38	739:682
7. Jedynka	36	626:588
8. Gryfino*	25	630:681
9. Sparta	19	588:629

10. Sambor	17	589:730
11. USAR*	15	595:671
12. AZS UKW*	15	552:662
13. Szczypiorniak	0	502:787

* mecz więcej ** mecze mniej

PIŁKA NOŻNA W sobotę w 18. kolejce Ekstraligi Stomilanki Olsztyn na wyjeździe zagrają z Medykem Konin (g. 12). Zwycięstwo zwiększy niewielkie szanse olsztynianek na pozostanie w piłkarskiej elicie.

9. Rekord	15	20:29
10. UJ Kraków	14	22:35
11. Medyk	10	15:49
12. Stomilanki	7	9:49

>>> 9 i 10 maja w Iławie odbędzie się wojewódzki finał Pucharu Tymbarku. Puchar

Tymbarku to największy Turniej dziecięcy w Europie. Uczestniczą w nim tysiące chłopców i dziewczynek z całej Polski w wieku do 8, 10 i 12 lat, ale także ich nauczyciele i trenerzy. Wojewódzki finał w Iławie rozpocznie się 9 maja o godzinie 10. Wtedy swoją rywalizację rozpoczną chłopcy i dziewczyny w kategorii wiekowej U8 i U10 (rejestracja drużyn od godziny 8:30). Dzień później o godzinie 10 rozpoczną się rozgrywki chłopców i dziewczyn w kategorii wiekowej U12. Do finałów ogólnopolskich zakwalifikuje się 16 najlepszych drużyn (po jednej z każdego regionu) w kategoriach U-10 i U-12 dziewczynki i chłopców. Rozgrywki U-8 kończą się na etapie regionalnym.

ŻUŻLOWY TEATR TYLKO JEDNEGO AKTORA?

ŻUŻEL\\ W sobotę w chorwackim Goricanie rozpoczną się indywidualne mistrzostwa świata. Sezon składa się z 11 turniejów, w tym czterech w Polsce - w Warszawie, Gorzowie Wlkp., Wrocławiu i Toruniu. Faworytem jest broniący tytułu Bartosz Zmarzlik.

Zmarzlik był najlepszy czterokrotnie w pięciu ostatnich latach. W ubiegłym roku w zdobyciu tytułu nie przeszkodziła mu nawet kontrowersyjna dyskwalifikacja w przedostatnim turnieju w Vojens za użycie nieregulaminowego plastronu w eliminacjach.

Także w tym sezonie 29-letni żużlowiec jest w wyśmienitej formie - wygrał prestiżowe Kryterium Asów i Indywidualne Międzynarodowe Mistrzostwa Ekstraligi, walnie przyczynił się do zwycięstwa Polski w drużynowych mistrzostwach Europy i jest najlepiej punktującym zawodnikiem broniącego tytułu Motoru Lublin w Ekstralidze. Oprócz niego w mistrzostwach pojedynczo debiutujący jako stali uczestnicy cyklu GP Dominik Kubera („dzika karta” na cały sezon) i Szymon Woźniak (awans z GP Challenge).

To będzie 30. sezon mistrzostw świata w formule Grand Prix, która w 1995 roku zastąpiła jednodniowe finały. Odbłyły się do tej pory 274 turnieje, a jedyną osobą, która była na wszystkich, jest Jerzy Kanclerz, żużlowy ekspert z Bydgoszczy, prezes i właściciel tamtejszego klubu

Polonia. Według niego przewaga Zmarzlika nad rywalami jest bardzo duża.

- NIE WIDZĘ W OGÓLE KONKURENCJI DLA ROZPĘDZONEGO BARTKA. TO CAŁKOWICIE ODDANY ŻUŻLOWI NAJBARDZIEJ PROFESJONALNY ZAWODNIK NA ŚWIECIE. SYSTEMATYCZNIE PUNKTUJE, A TO JEST W GRAND PRIX NAJWAŻNIEJSZE. PEWNIEM WSZYSTKICH RUND NIE UDA MU SIĘ WYGRAĆ, ALE Z OBRONĄ TYTUŁU NIE POWINIEN MIEĆ PROBLEMU - POWIEDZIAŁ KANCLERZ.

Według niego, o przewadze Zmarzlika decyduje nie tylko jego wysoki poziom, ale też słabość reszty stawki. - Kiedyś, jak Tomek Gollob walczył o tytuł, było ze 13-14 zawodników, którzy mogli wygrać. A teraz to jest teatr jednego aktora, bo oprócz Bartka nie widzę kogoś, kto jest w stanie tak jak on wszystko poświęcić dla żużla. Dlatego z roku na rok jego przewaga jest coraz większa - ocenił Kanclerz, dodając, że nadal zamierza jeździć na wszystkie turnieje GP. - Byłem na 274,



28 września na torze w Toruniu Jerzy Zmarzlik może przypieczętować swój piąty tytuł mistrza świata

Fot. PAP/Tytus Zmijewski

jadę do Gorican na 275. Nie stawiam sobie jakiegokolwiek konkretnego celu, ale chciałbym dociągnąć przynajmniej do 300. Z moich wyliczeń wynika, że byłoby to jakoś w połowie sezonu 2026. Fajnie byłoby świętować taki jubileusz na polskim stadionie - podkreślił bydgoski pasjonat żużla.

JEŚLI ZMARZLIK PO RAZ PIĄTY ZOSTANIE MISTRZEM ŚWIATA, DOŁĄCZY W TABELI WSZECH CZASÓW DO SZWEDA OVE

FUNDINA. WIĘCEJ TYTUŁÓW MAJĄ TYLKO NOWOZELANDCZYK IVAN MAUGER I SZWED TONY RICKARDSSON - PO SZEŚĆ.

Polak jest jednak bliski innego osiągnięcia, bo w karierze wygrał 23 turnieje GP i jest pod tym względem współrekordzistą z Australijczykiem Jasonem Crumpem. Kolejnym wyzwaniem jest dla niego zwycięstwo na Stadionie Narodowym w Warszawie, gdzie jeszcze żaden Polak

nie stanął na najwyższym stopniu podium.

Tegoroczny kalendarz MŚ liczy 11 eliminacji. Cztery turnieje Grand Prix odbędą się w Polsce. Po roku przerwy GP powraca do Wrocławia, gdzie w 1995 roku odbył się pierwszy turniej w historii tego cyklu. Stadion Olimpijski będzie gościł żużlowców 31 sierpnia. W Warszawie zawody odbędą się 11 maja, w Gorzowie 29 czerwca, a finał odbędzie się tradycyjnie w Toruniu 28 września.

W porównaniu do ubiegłego roku zmieniono

miejsce niemieckiej eliminacji. Miejsce Teterowa zajął Landshut, gdzie turniej GP odbył się w 1997 roku.

Dużą nowością w tym sezonie jest wprowadzenie oddzielnie punktowanych sprintów, na razie tylko przed zawodami w Warszawie i Cardiff. Podzieleni na cztery grupy zawodnicy będą rywalizowali tak jak do tej pory w eliminacjach, a ci z najlepszymi czasami z każdej z nich spotkają się w dodatkowym wyścigu. Jego zwycięzca otrzyma cztery punkty do klasyfikacji GP, drugi - trzy, trzeci - dwa, a czwarty - jeden.

Zawody w Goricanie odbędą się po raz szósty. W dwóch ostatnich latach najlepszy był tu Zmarzlik. Początek sobotniego turnieju o godz. 19.

Kalendarz Grand Prix

- 27 kwietnia - Gorican (Chorwacja)
- 11 maja - Warszawa
- 18 maja - Landshut (Niemcy)
- 1 czerwca - Praga (Czechy)
- 15 czerwca - Malilla (Szwecja)
- 29 czerwca - Gorzów Wlkp.
- 17 sierpnia - Cardiff (W. Brytania)
- 31 sierpnia - Wrocław
- 7 września - Ryga (Łotwa)
- 14 września - Vojens (Dania)
- 28 września - Toruń

SPRINTEM

SIATKÓWKA\\ W Zawierciu w pierwszym meczu finałowym PlusLigi Aluron CMC Warta Zawiercie przegrał z Jastrzębskim Węglem 0:3 (18:25, 25:27, 23:25). Rewanż w sobotę w Jastrzębiu-Zdroju (g. 18, Polsat Sport) - jeśli gospodarze wygrają, wtedy po raz czwarty zostaną mistrzami Polski. Jeśli zwycięży Warta, wówczas o tytule rozstrzygnie niedzielny mecz (finałowa gra się toczy do dwóch zwycięstw). Warto przypomnieć, że wcześniej w tym sezonie Warta trzykrotnie już grała z Jastrzębiem (dwa razy w lidze oraz raz w Pucharze Polski) i za każdym razem zwyciężała! Cóż, prawdziwych mężczyzn poznaje się ponoć nie po tym, jak zaczynają, tylko jak kończą.

Ale dla Warty, która po raz pierwszy awansowała do finału, tytuł wicemistrzowski też będzie olbrzymim sukcesem. Natomiast dzisiaj zostanie rozegrany drugi mecz o 3. miejsce pomiędzy Projektem Warszawa i Asseco Resovia Rzeszów (g. 20.30, Polsat Sport). W Rzeszowie warszawianie zwyciężyli 3:0 (27:25, 30:28, 25:19). Jeśli w stolicy lepsza okaże się Resovia, wtedy o trzecim miejscu zadecyduje sobotni mecz.

LEKKA ATLETYKA

Armand Duplantis w sobotę wystąpi w drugim w tym sezonie mityngu Diamantowej Ligi w Szanghaju. Szwed przed tygodniem w Xiamen kolejny raz poprawił rekord świata w skoku o tyczce. Tym

razem wyrównał wynik na 6,24. Duplantis, podobnie jak poprzedni rekordziści świata w skoku o tyczce, wielokrotnie poprawiał się o centymetr, dzięki czemu za swoje osiągnięcia otrzymywał dodatkową premię finansową. Zatem w Szanghaju prawdopodobnie podejmie próbę na 6,25. W Xiamen z dużym zapasem pokonał poprzeczkę zawieszoną na wysokości 6,24 m i trudno określić, gdzie jest szczyt jego możliwości. Punktem kulminacyjnym sezonu będą dla niego igrzyska olimpijskie, na które już mam przygotowane nowe, sztywniejsze tyczki. Jeszcze ich nie używałem, lecz są gotowe na wynik 6,30 m - zadeklarował Szwed. W biegu na 400 metrów zabraknie Natalii Kaczma-

rek, która w zeszłą sobotę Xiamen zajęła drugie miejsce i uzyskała wynik 50,29. Było to zdecydowanie najlepsze otwarcie sezonu w jej karierze. Reprezentantka Polski przebywa obecnie na zgrupowaniu w Miami na Florydzie, gdzie przygotowuje się do mistrzostw świata sztafet, które odbędą się 4-5 maja w Nassau na Bahamach.

PIŁKA NOŻNA\\ Dzisiejszy mecz lidera Jagiellonii Białostok z szóstą Pogonią Szczecin to szlagier 30. kolejki Ekstraklasy. Gospodarze chcą zrewanżować się „Portowcom” za dwie porażki w tym sezonie, m.in. w półfinale Pucharu Polski. Natomiast wicelider Śląsk Wrocław podejmie w sobotę ostatni Ruch Chorzów.

Do końca sezonu pozostało tylko pięć kolejek. Liderem z 55 punktami jest Jagiellonia, która o cztery wyprzedza Śląsk i Lecha Poznań.

SPORTOWY PIĄTEK W TV

- **Golf.** Zurich Classic of New Orleans (21.30 Eurosport 2)
- **Piłka nożna.** Liga saudyjska: Al Hilal - Al Fateh (16.55 Polsat Sport News); I liga: Wisła Kraków - Podbeskidzie Bielsko-Biała (20.20 Polsat Sport Extra); Ekstraklasa: Piast Gliwice - Warta Poznań (17.55 Canal+ Sport5), Jagiellonia Białostok - Pogoń Szczecin (20.25 Canal+ Sport); liga hiszpańska: Real Sociedad - Real Madryt (20.55 Canal+ Sport5); liga włoska: Frosinone - Salernitana (20.40 Eleven Sports 2)

- **Pływanie.** Mistrzostwa Polski w Lublinie (16.55 TVP Sport)
- **Siatkówka.** PlusLiga, drugi mecz o 3. miejsce: Projekt Warszawa - Asseco Resovia Rzeszów (20.30 Polsat Sport)
- **Snooker.** Mistrzostwa świata w Sheffield (11, 15.25, 19.45 Eurosport 1)
- **Tenis.** Turniej ATP w Madrycie (11, 13 Polsat Sport, 16, 18, 19 Polsat Sport Extra, 20 Polsat Sport News); turniej WTA w Madrycie (11, 13, 19 Canal+ Sport2)
- **Tenis stołowy.** Liga Mistrzów, rewanżowy mecz finałowy: Enea Siarkopol Tarnobrzeg - Etival ASRTT (19.25 TVP Sport)
- **Żużel.** PGE Ekstraliga: Betard Sparta Wrocław - ZOO Leszcz GKM Grudziądz, ORLEN OIL Motor Lublin - Apator Toruń (17.30, 20.15 Eleven Sports 1).

SPRINTEM



Beata Osior na mecie

BIEGI Beata Osior z Wydmin zajęła znakomite szóste miejsce w biegu górskim Żwawe Wierchy, rozgrywanym w ramach festiwalu Pieniny Ultra Trail. W całej imprezie udział wzięło blisko 4000 zawodników z 25 państw, natomiast w Żwawych Wierchach na dystansie 33,4 km żwawo rywalizowało około 700 biegaczy. Bartłomiej Osior w tym samym biegu był trzynasty wśród mężczyzn.

- Bieganie w górach rządzi się zupełnie innymi prawami - wyjaśnia Beata Osior. - Teren, w którym na co dzień trenuję, też nie jest płaski, ale mazurskie podbiegi nigdy nie zastąpią górskich przewyższeń pokonywanych w górę i w dół. Warto dodać, że to nie podejścia, ale kilkukilometrowe zbiegi potrafią doszczętnie zmęczyć kolana i uda. Ja po tym starcie przez kilka dni dochodziłam do siebie, bo moje nogi nie chciały ze mną współpracować nawet na spacerach. Mimo to już nie mogę doczekać się kolejnych, górskich startów. Najbliższe z nich 10 i 12 maja odpowiednio w Barcelonie i Tarragonie - kończy biegaczka z Wydmin.

ELBLĄG WSZYSTKO ZAPLANOWAŁ

KOSZYKÓWKA Energia Basketball Elbląg oraz Roś Pisz podczas weekendu powalczą o awans do II ligi. Niepokonani w tym sezonie elblążanie będą gospodarzem barażowego turnieju finałowego, natomiast pisy „Jeziorowcy” zagrają w Sosnowcu.

Zespoły z pomorsko-warمیńsko-mazurskiej strefy III ligi znakomicie spisały się w pierwszym etapie barażów o awans, w efekcie teraz w komplecie wystąpią w finałowych zmaganiach. Awans do drugiego etapu rywalizacji uzyskały nie tylko Energia Basketball Elbląg i Roś Pisz, ale także reprezentanci Szkoły Gortata Politechnika Gdańsk, którzy po sezonie zasadniczym w tabeli rozdzielili obu reprezentantów naszego województwa.

W zmaganiach o II ligę pozostało w sumie 12 ekip z całej Polski. Turnieje finałowe odbędą się w Elblągu, Sosnowcu i Stalowej Woli, a przepustki uzyska połowa zakwalifikowanych drużyn.

- NA TYM ETAPIE NIE MA JUŻ SŁABYCH RYWALI, A O AWANSIE MOŻE ZDECYDOWAĆ DYSPOZYCJA DNIA - MÓWI ARKADIUSZ MAJEWSKI, TRENER ZESPOŁU Z ELBLĄGA. - POTRZEBA PEŁNEJ KONCENTRACJI I GOTOWOŚCI DO WALKI O KAŻDĄ PIŁKĘ, BO MIEJSKA W II LIDZE NIKT ZA DARMO NIE DA. ZAGRAMY WE WŁASNEJ HALI, BĘDZIEMY MIELI WSPARCIE SVOJEJ PUBLICZNOŚCI, WSZYSCY ZAWODNICY SĄ DO DYSPOZYCJI, WIĘC Z OPTYZMEM CZEKAMY NA WEEKEND.



Przed koszykarzami Basketballu i Rosia decydujące mecze w walce o awans do II ligi

Niepokonanym w tym sezonie elblążanom zależało na organizacji turnieju finałowego. Basketball wyciągnął wnioski sprzed roku, gdy także grał w drugim etapie barażów, ale wówczas wrócił z Poznania na tarczy. Teraz wszystko ma pójść zgodnie z planem, którym jest sięgnięcie po awans.

Gospodarze rozpoczną zmagania w grupie B w piątek o godz. 20. Ich rywalem będzie dobrze znana z sezonu zasadniczego młodzież z gdańskiej Politechniki. Oba ligowe mecze były bardzo zacięte, ale w końcówkach szalę zwycięstwa przechylali nad swoją stronę podopieczni trenera Arkadiusza Majewskiego, wygrywając 65:62 u siebie

i 78:76 na wyjeździe. W sobotę wieczorem Basketball zagra z GKK Grodzisk Mazowiecki, a w niedzielę zakończy turniej meczem z MKS Gorlice.

- Chcemy dobrze wejść w turniej i sięgnąć po zwycięstwo w pierwszym meczu - dodaje Arkadiusz Majewski. - Zespoły z Grodziska Mazowieckiego i Gorlic mają w składzie bardzo doświadczonych liderów, którzy przez wiele sezonów występowali na wyższym poziomie. Na pewno otoczymy ich szczególną opieką, ale przede wszystkim musimy szukać atutów w swojej grze.

Turniej w Elblągu ma być prawdziwym świętem koszykówki. Gospodarze już zapowiedzieli konkursy

dla kibiców, którzy będą wspierać zespół na żywo, oraz występy zaprzyjaźnionych artystów i stoiska gastronomiczne.

Roś Pisz przebrnął przez pierwszą rundę eliminacji, podejmując rywali we własnej hali. Finał barażów z udziałem „Jeziorowców” zorganizuje Zagłębie Sosnowiec, a stawkę uzupełnią Świecki Klub Koszykówki i Basket Kruszwica. Za faworyta zmagania uchodzą gospodarze.

Do Sosnowca pisanie wyjechali w czwartek po południu.

- NA PEWNO NIE JEDZIEMY TAM NA WYCIECZKĘ - MÓWI KAROL ŚWIĘCONEK, TRENER

ROSIA. - OGŁAŻAŁEM MECZE RYWALI I WIDZĘ NASZE SZANSE NA AWANS. ZAGŁĘBIE JEST KLASOWĄ DRUŻYNĄ, KTÓRA NIE UKRYWA WYSOKICH ASPIRACJI I POTENCJAŁEM WYBIJA SIĘ W NASZEJ GRUPIE, ALE WALKA O AWANS POWINNA BYĆ BARDZO INTERESUJĄCA.

Niestety, pisanie wystąpią w Sosnowcu bez Łukasza Bessmana, gracza wyjściowej piątki w poprzednim turnieju, który zakończył sezon z powodu kontuzji kolana. Z kolei walkę z czasem o powrót na boisko po urazie kostki toczy Jakub Stanisławajtyś, inny z liderów drużyny.

ŁUKASZ SZYMAŃSKI

Turniej w Elblągu

- Piątek: GKK Grodzisk Mazowiecki - MKS Gorlice (17.30), Energia Basketball Elbląg - Szkoła Gortata Politechnika Gdańsk (20)
- Sobota: Gorlice - Politechnika (17.30), Grodzisk Mazowiecki - Basketball (20)
- Niedziela: Politechnika - Grodzisk Mazowiecki (10), Basketball - Gorlice (12.30)

Turniej w Sosnowcu

- Piątek: Basket 2010 Kruszwica - Świecki Klub Koszykówki (16.15), Zagłębie Sosnowiec - Roś Pisz (19)
- Sobota: Świecki Klub Koszykówki - Roś (10.30), Kruszwica - Zagłębie (13.15)
- Niedziela: Roś - Kruszwica (11.30), Zagłębie - Świecki Klub Koszykówki (14)



Dziś prosto z mostu. Może zabość niektórym, sorry Bartory. Nie za bardzo rozumiem, dlaczego na czołówkach portali sportowych pojawiają się cyklicznie informacje o „pojedynku” między celebrytami, czyli Zbigniewem Bońką i Marcinem Najmanem. Prze-

WIELKI SPORT I MAŁE USTAWKI

glądam newsy sportowe, aby wiedzieć, co dzieje się w prawdziwym sporcie, a na pewno nie są nim „ustawki” ludzi, którzy za wszelką cenę chcą być w mediach. Stąd też, czy Najman będzie okładał Bońka w ringu, czy Boniek Najmana na motocyklach żużlowych lub rowerach, kompletnie mnie nie interesuje i dziwię się, że tego typu celebryckie wygłupy wypierają prawdziwych sportowców i ich realne

zmagania okupione nieraz kontuzjami, cierpieniem, a zawsze wielkim wysiłkiem. Chciałoby się powiedzieć do redaktorów sportowych portali staropolskim zwrotem: „Miej proporcje, Mocium Panie”.

Zatem wolę czytać, że mecz piłkarskiej Ekstraklasy na Stadionie Śląskim z udziałem wielce prawdopodobnego spadkowicza Ruchu Chorzów i drużyny ze środka tabeli,

czyli Widzewa Łódź, oglądała rekordowa liczba publiczności: ponad 50 tysięcy kibiców. Dało to nie tylko rekord krajowy, ale było siódmym wynikiem w całej Europie w ostatnim weekendzie. Więcej fanów odnotowano tylko w Wielkiej Brytanii (Londyn), Hiszpanii (Madryt) i Niemczech (Dortmund, Frankfurt i Hamburg). Dość niesamowitą ciekawostką jest to, że mecz polskiej Ekstra-

klasy poza dwoma półfinałami Pucharu Anglii (w obu grały drużyny z Manchesteru i zarówno United, jak i City wygrały) oraz EL Clasico między Realem a Barceloną i meczem Borussia Dortmund z nowym mistrzem Bundesligi Bayerem 04 Leverkusen - to akurat było oczywiste - wyprzedził jeszcze mecz... drugiej ligi niemieckiej między drużynami z Hamburga i Kilonii. Mecz w „Kotle Czarownicy”

ustanowił rekord frekwencji na meczu ligowym w Polsce w XXI wieku. I to jest godne odnotowania, a nie gadki-szmatki o quasi-sportowych ustawkach, o których nawet nie wiadomo, w jakiej dyscyplinie się odbędą. Doprawdy wolę prawdziwy sport od medialnej sieczki, która ze sportem przez duże „S” nie ma nic, ale to nic wspólnego. Trzeba to wreszcie nazwać po imieniu. RYSZARD CZARNECKI

W OLSZTYNIE STOMIL ZAGRA Z REZERWĄ

PIŁKA NOŻNA\\ W 30. kolejce II ligi teoretycznie łatwiejsze zadanie będzie miał Stomil, bo w poniedziałek podejmie rezerwy Lecha. Natomiast w sobotę Olimpia zagra w Kaliszu, który ma pierwszoligowe aspiracje, tylko że ostatnio gubi punkty.

Na konferencji po poniedziałkowych derbach Sebastian Letniowski, trener Olimpii, mówił, że trudno ocenić, kto w tej lidze jest mocny, a kto słabszy, no jego słowa można odnieść także do najbliższego rywala. KKS Kalisz od początku sezonu plasuje się w czołowej tabeli, jednak wiosną gra w kratkę. W ostatnich trzech meczach zanotował dwie porażki i remis, a mimo to wciąż jest wiceliderem, bo inne zespoły walczące o awans także zawodzą.

Jesienią elblążanie u siebie bezbramkowo zremisowali z KKS, jednak powtórka tego wyniku w sobotę raczej nie zadowoli żadnej ze stron, bo gospodarze potrzebują punktów do obrony miejsca premowanego bezpośrednim awansem, a Olimpia musi przełamać coraz dłuższą serię bez zwycięstwa, by zachować niewielki bufor bezpieczeństwa nad strefą spadkową.

Elblążanie muszą być bardziej konkretni w ofensywie, bo w meczu ze Stomilem z ich dużej przewagi w posiadaniu piłki wynikało niewiele. Wielu akcjom zabrakło po prostu ostatniego podania, które otworzyłoby drogę do okazji strzeleckiej, dlatego docenić należy zimną krew Mariusza Gabrycha, który nie zmarnował najlepszej okazji swojej drużyny do pokonania bramkarza Stomilu.

OD OLIMPII NIKT NIE OCZEKUJE JUŻ ŁADNEGO GRANIA W PIŁKĘ. POTRZEBA PROSTYCH ŚRODKÓW I SKUTECZNOŚCI, KTÓRE POZWOLĄ SIĘ CIESZYĆ W KALISZU Z DOBREGO WYNIKU.

“Nie lubię poniedziałku” - takie hasło widniało trybunie zajmowanej przez kibiców Stomilu Olsztyn w trakcie drugiej połowy spotkania w Elblągu. I wcale nie odnosiło się to do wyniku spotkania, bo w tym momencie olsztyński zespół prowadził jeszcze 1:0, ale ostatecznie zremisował na wyjeździe 1:1. Nawiązanie do polskiej komedii w reżyserii Tadeusza Chmielewskiego z 1971 roku dotyczyło jedynie wyznaczania przez Polski Związek Piłki Nożnej drugoligowych spotkań na poniedziałek. Jednak nawet tak nietypowy termin nie zniechęcił kibiców Stomilu, bo na stadionie Olimpii było ich około pół tysiąca. Warto zauważyć, że derby województwa obejrzało w sumie ponad 2500 widzów, gdy tymczasem pozostałe spotkania 29. kolejki II ligi obejrzało łącznie jedynie 2600 widzów.

Dlaczego o tym wspominałyśmy? Ano dlatego, że kolejne spotkanie Stomil znowu rozegra w poniedziałek, tym razem w Olsztynie z rezerwami ekstraklasowego Lecha Poznań.

Do końca rozgrywek pozostało pięć kolejek,



Na elbląskim stadionie kibice Stomilu ogłosili, że oprócz Olimpii i Legii nie lubią także poniedziałku

a piłkarze Stomilu są w fatalnej sytuacji. Olsztynianie znajdują się w strefie spadkowej i o utrzymanie w II lidze będzie bardzo ciężko. Idealny plan Stomilu na najbliższą kolejkę wygląda tak: Wisła w Puławach przegrywa ze Skrą, Olimpia Grudziądz przegrywa w Łodzi, Jastrzębie na swoim stadionie ulega rezerwom Zagłębia, a w poniedziałek Stomil odprawia z kwitkiem rezerwy Lecha. W efekcie wszystkie te zespoły miałyby po 33 punkty. Niestety, nawet tak optymistyczny scenariusz, którego szanse realizacji są równe temu, że Polska podpisze pakt wojskowy z San Escobar, nie wyrwie Stomilu ze strefy spadkowej (zdecyduje o tym tzw. mała tabela uwzględniająca jedynie

wyniki między tymi czterema klubami).

14. Olimpia G.	9	9:7
15. Wisła	8	8:6
16. Stomil	7	6:7
17. Jastrzębie	4	7:10

By myśleć o sukcesie olsztynianie muszą wygrać co najmniej cztery z ostatnich pięciu meczów. Poza tym musi liczyć na to, że jednocześnie inne zespoły będą tracić punkty. Do końca sezonu Stomil zagra tylko z jednym zespołem walczącym o utrzymanie - za dwa tygodnie z Olimpią Grudziądz.

W najbliższej kolejce podopieczni Grzegorza Lecha zagrają przy al. Piłsudskiego 69a z Lechem II Poznań. Co ciekawe w poprzednim sezonie Stomil

w starciach z rezerwami klubów Ekstraklasy zdobył aż 16 z możliwych 18 punktów. Niestety, w tym sezonie jest znacznie gorzej, a wręcz tragicznie, bowiem w starciach z Lechem II Poznań, ŁKS II Łódź i Zagłębiem II Lubin Stomil wywalczył okrągłe zero punktów.

Szersza zapowiedź spotkania w poniedziałkowej "Gazecie Olsztyńskiej".

• **30. kolejka, piątek:** Chojniczanka Chojnice - Sandecja Nowy Sącz (19:30), Pogoń Siedlce - Radunia Stężyca (20); **sobota:** Hutnik Kraków - Polonia Bytom (14), KKS 1925 Kalisz - Olimpia Elbląg (17), Wisła Puławy - Skra Częstochowa (17), GKS Jastrzębie - Zagłębie II Lubin (17), Stal Stalowa Wola - Kotwica Kołobrzeg (19:45); **poniedzia-**

tek: Stomil Olsztyn - Lech II Poznań (18:15), ŁKS II Łódź - Olimpia Grudziądz (18).

EM, ŁSZ, DRYH

PO 29 KOLEJKACH

1. Pogoń	52	47:35
2. Kalisz	48	42:27
3. Kotwica	46	53:41
4. ŁKS II	43	43:39
5. Radunia	43	39:36
6. Zagłębie II	42	44:40

7. Chojniczanka	42	37:35
8. Hutnik	42	39:38
9. Polonia	41	42:40
10. Stal	41	33:34
11. Lech II	38	33:41
12. Skra	36	33:33
13. Olimpia E.	35	32:40
14. Wisła	33	42:44

15. Olimpia G.	33	30:36
16. Jastrzębie	33	33:41
17. Stomil	30	25:34
18. Sandecja	28	29:42

O PIŁCE

I LIGA\\ Zagłębie Sosnowiec po porażce ze Stalą straciło już nawet matematyczne szanse na utrzymanie, ale i tak zapisze się w historii polskiego futbolu, bo jeszcze nigdy ktoś za tak niewiele dostał tak dużo. Chodzi o to, że kilka miesięcy temu absolutną władzę nad klubem dostał Rafał Collins, telewizyjny celebryta, który - i tu zaczynają się prawdziwe piłkarskie jaja - za 5000 złotych kupił 0,74 procenta akcji Zagłębia! Od razu wy-

jaśniamy, że nie pomylił się ani liczby zer, ani przecinka nie postawiliśmy z złym miejscem. Gość naprawdę za pięć tysiąków objął władzę absolutną w pierwszoligowym klubie! Oczywiście na początku mówił wiele i pięknie, ale efekty jego rządów są małe i brzydkie. W efekcie Zagłębie, które wiosną 2019 roku grało jeszcze (fakt, że słabo) w Ekstraklasie, po wakacjach zacznie poznawać smak trawy na drugoligowych stadionach.

Bardzo ciekawie wygląda czołówka tabeli - co prawda oba zespoły z Trójmiasta pewnie prowadzą, chociaż Arka akurat niespodziewanie przegrała ze Zniczem, ale na grę w barażach ma szansę aż siedem klubów! W przeszłości wszystkie już występowały w Ekstraklasie i teraz ewidentnie mają ochotę na nawiązanie do dni piłkarskiej chwały. Różnie to im jednak wychodzi, bo w 29. kolejce punkty -

oprócz Arki - straciła także Wisła Kraków.

• **Wyniki 29. kolejki:** Lechia Gdańsk - Polonia Warszawa 1:0 (Chłań 11), Zagłębie Sosnowiec - Stal Rzeszów 0:1 (Hrosu 4), Podbeskidzie Bielsko-Biała - GKS Tychy 0:2 (Śpiączka 14, Bieroński 52), Resovia - Wisła Kraków 1:1 (Górski 90+3 - Rodado 90), Znicz Pruszków - Arka Gdynia 2:0 (Nagamatsu 55, 68), Wisła Płock - Miedź Legnica 2:1 (Haglund-Sangré 47, Thiakane 59 - Bogacz 45).

Po oddaniu gazety do druku zakończyły się mecze:

Bruk-Bet Termalica Nieciecza - Odra Opole, GKS Katowice - Górnik Łęczna i Motor Lublin - Chrobry Głogów.

PO 29 KOLEJKACH

1. Lechia	59	48:22
2. Arka	55	47:29
3. Tychy	48	38:34
4. Katowice*	46	49:30
5. Wisła K.	46	53:36
6. Górnik*	45	30:25

7. Motor*	45	38:35
8. Wisła P.	45	41:39
9. Odra*	43	35:28
10. Miedź	41	38:30
11. Stal	39	41:45
12. Znicz	34	26:36
13. Chrobry*	33	29:44
14. Nieciecza*	31	42:44
15. Polonia	30	35:42

16. Resovia	29	32:51
17. Podbeskidzie	22	23:47
18. Zagłębie	15	19:47
* mecz mniej		

KONSTAL
GARAŻE blaszane
BRAMY garażowe
KOJCE dla psów

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

GARAŻE
WZMOCNIONE
AUTOMATYKA
DO BRAM

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

18424otbr-a-M

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

SPRZEDAM kawalerkę Ciechanów, 512-843-190

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL 503-103-703

do wynajęcia

1 Maja 13 lokal 602-313-371

PRACA

dam pracę

DAM pracę przy zabytkach, pomocnik do przyuczenia, osoby z doświadczeniem przy konserwacji zabytków. Wynagrodzenie do uzgodnienia. 533-903-133

DAM pracę w gospodarstwie rolnym z wyżywieniem i zakwaterowaniem. Okolice Mławy. Kontakt telefoniczny, 530-745-606

W gospodarstwie mlecznym, 534-920-987

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 601-772-124

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie, 501-172-462

ZATRUDNIMY ślusarza / spawacza/montera zabudów samochodowych. Barczewo, 609-515-253

AUTO-MOTO

sprzedam

TOYOTA RAV-4 (2006), cena 21 000 zł, tel. 606127556

kupię

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

USŁUGI

inne

GINEKOLOG, 790310034.

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

KURY młode nioski, od hodowcy, szczepione, dowóz, TANIO, 502-031-298

KURY młode nioski, od hodowcy, szczepione, dowóz, TANIO, 502-031-298

SKUP bydła rzeźne i eksportowe, 451-521-555



nadajogloszenie.pl



nie musisz
wychodzić
z domu...

mp-xxpo-7491-c-2x4-M



380-31419opb1-b-M

Wyrazy szczerego żalu i współczucia
z powodu śmierci

Mamy

koleżance

Beacie Szafrąńskiej

składają pracownicy nastawni OLA stacji Olsztyn

68324opb1-a-M

*Bóg widzi śmierć inaczej niż my.
My widzimy ją jako ciemny mur,
Bóg jako bramę...*

Walter Flex

380-mp-otbr-6786b-M

*Nie żyjemy, aby umierać,
ale umieramy, żeby żyć wiecznie*

**Pani Monice
Radomskiej**

wyrazy głębokiego współczucia
w trudnych chwilach po śmierci

Taty

składają Prezes, Dyrektor
oraz wszyscy współpracownicy
z Sądu Rejonowego w Olsztynie

68624opb1-a-M

*Śmierć nie jest kresem naszego istnienia.
Żyjemy w naszych dzieciach
i następnych pokoleniach.*

*Albowiem to dalej my,
a nasze ciała to tylko zwiędłe liście
na drzewie życia.*

Albert Einstein

380-mp-otbr-6786

Krystynie Byrze

wyrazy szczerego współczucia
z powodu śmierci

Taty

składają koleżanki i koledzy z Radia Olsztyn

68524opb1-a-M



ARKADIA

Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85

tel. 89 526 67 53, 665 175 125

całodobowe przewozy zmarłych

www.zuparkadia.olsztyn.pl

Gwarantujemy godną
i kulturalną postugę

103923opb1-c-P



SACRUM

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

ANDRZEJ DĄBROWSKI

Olsztyn, ul. Limanowskiego 18/2

☎ 89 67 77 100, kom. 530 308 308

GODNIE - SOLIDNIE - Z SZACUNKIEM

Całodobowy przewóz zmarłych

320520opb1-d-M



USŁUGI
POGRZEBOWE

ARKA

Elżbieta Michałowska Anna Michałowska

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

☎ 89 534 72 42, 605 635 908

OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24

(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka”)

☎ 89 526 66 01, 605 665 909

www.arkaolsztyn.pl

Całodobowy przewóz zmarłych

614619opb1-f-M

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

NEKROLOGI (wymagany akt zgonu). Terminy przyjęć*:

- na poniedziałek – do piątku do godz. 15.00
- na wtorek, środę, czwartek, piątek – dnia poprzedniego w godz. 7.00-15.00

* Dotyczy Biura Ogłoszeń w Olsztynie, plac Józefa Bema 5

KONDOLENCJE

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

Biuro Ogłoszeń, **OLSZTYN**, plac Józefa Bema 5
czynne w godz. 7.00-15.00, soboty – nieczynne
tel. 514-800-517, b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl

www.pozegnania.net

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

pon.-pt. godz. 8.00-16.00

380-28919opb1-C-M

Krzyżówka klasyczna z hasłem

35

38

41

43

1

48

51

53

56

58

61

64

2

21

3

11

5

4

8

28

8

22

10

26

12

3

14

60

63

66

12

16

52

55

57

18

9

20

22

17

23

25

59

62

65

27

32

24

15

2

5

7

19

11

13

37

40

15

45

47

50

18

19

4

23

36

39

42

44

7

26

46

49

27

54

10

29

16

30

6

33

29

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 30, utworzą rozwiązanie - przysłowie:

1		2	3	4	5	6		7	8	9	10	11	12	13		14	15		16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25		26	27	28	29	30														

POZIOMO: 1) miasto będące centrum kościelnym Szwecji; 2) najliczniejsze wyznanie chrześcijańskie; 3) światowa marka niemieckich samochodów; 4) błotnisty staw; 5) owocowa osłonka; 6) najwyższy włoski szczyt Południowego Tyrolu; 7) i sierpień, i październik; 8) lekarz ze średnim wykształceniem; 9) czubate bryły geometryczne; 10) gaz musztardowy; 11) ochraniacze do jazdy konnej zamiast wysokich butów; 12) żona brata; 13) likier kokosowy na bazie karaibskiego rumu; 14) przepływa przez Zurych; 15) dusigrosz; 16) marka obuwia sportowego; 17) trofeum, łup; 18) zimna przystawka do alkoholu; 19) pierwiastek Eu; 20) córka Marii Skłodowskiej-Curie; 21) III Grimaldi, książę Monako; 22) częsty gość lokalu; 23) poczucie izolacji od społeczeństwa; 24) szczyt w Andach na granicy Chile i Boliwii; 25) tytułowa Anna z powieści Tolstoja;

26) metal Ti; 27) broń wybuchowa zrzuca z samolotu; 28) słynna powieść Wiktora Hugo; 29) obtacza się nią kotlety; 30) kanibalizm; 31) lan, autor "Betonowego Ogrodu" i "Soboty"; 32) więzany do koszu; 33) gołiat, drapieżna ryba; 34) uzdrowisko w Chorwacji nad Zatoką Kvarnerską

PIONOWO: 1) trzeci co do wielkości naturalny satelita Urana; 13) sałatka z ogórków; 15) żołnierze w linii; 25) kamizelki ratunkowe; 27) jedno z trzech symboli władzy królewskiej; 35) pluszak; 36) zapasowe i zamienne; 37) twórca taoizmu; 38) dłuższa wycieczka; 39) najgłębsze jezioro Japonii w prefekturze Akita; 40) plynie przez Sosnowiec i Katowice; 41) deser z biskopu nasączonego kawą i kremu; 42) zbyt ufn i łatwowierny; 43) cierpi na zaburzenia w umiejętności czytania; 44) Jędrzejczak, była medalowa

pływaczka; 45) filtr organizmu; 46) największa wyspa Mauretani; 47) duplikat, kopia; 48) dzieło pajaka; 49) wieprzowa do galarety; 50) siostra i ofiara Balladyny Słowackiego; 51) potocznie lęk wysokości; 52) "...Rosemary", horror Romana Polańskiego; 53) miasteczko Ani z Zielonego Wzgórza; 54) przywieszka przy towarze; 55) zalecana przy nadwadze; 56) narząd brzuszny odpowiadający za odporność; 57) szermiercza broń; 58) nekropolia hiszpańskich monarchów pod Madrytem; 59) miłośna schadzka; 60) słynni indianie Ameryki Południowej; 61) Teraz, Wiosna i PiS; 62) bałagan, nieporządek; 63) duże miasto Iraku nad Tygrysem; 64) największa wśród Wysp Kanaryjskich; 65) liczba wydanych egzemplarzy książki; 66) elektryczna nad torami

SUDOKU

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

367

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

368

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

369



MAGAZYN TURYSTYCZNY

Świat — Polska — Warmia&Mazury

DLA MIŁOŚNIKÓW PODRÓŻY



Magazyn można zakupić w salonikach prasowych,
salonach Empik oraz na stacjach Orlen, dworcach i lotniskach

KWIECIEŃ 2024



NASZ

DOM



OGRÓD GOTOWY NA MAJÓWKĘ — W 8 PROSTYCH KROKACH

czytaj na str. 2

**MAPA
OLSZTYŃSKICH
INWESTYCJI
MIESZKANIOWYCH**
STR. 4-5

**DLACZEGO
MIESZKANIA SĄ
TAK DROGIE?**
STR. 8

OGRÓD GOTOWY NA MAJÓWKĘ — W 8 PROSTYCH KROKACH

CHOĆ PRAWIE WSZYSTKIE ROŚLINY, A JUŻ SZCZEGÓLNICIE KWIATY — SĄ WAŻNE, CAŁĄ ROBOTY ZA NAS NIE WYKONAJĄ. BY OGRÓD RZECZYWIŚCIE BYŁ WSPANIAŁY, BUDZIŁ ZACHWYT GOŚCI I ZAZDROŚĆ SĄSIADÓW — WYMAGA WIELU PRZYGOTOWAŃ I SYSTEMATYCZNEJ PIELĘGNACJI. WTEDY RZECZYWIŚCIE NIE TYLKO ZYSKA JEGO WYGLĄD, ALE TAKI OGRÓD SAM Z SIEBIE BĘDZIE MÓGŁ SIĘ STAŁE ROZWIJAĆ. ZANIM ZACZNIEMY ZATEM KUPOWAĆ SADZONKI — OTO LISTA KONTROLNA: 8 KROKÓW, KTÓRE TRZEBA WYKONAĆ, BY PRZYGOTOWAĆ SWÓJ OGRÓD NA UDANY SEZON.

1. Porządek w szopie

Przed rozpoczęciem sezonu wegetacyjnego przejrzyjmy swoje narzędzia i sprzęt ogrodniczy. Kilka z nich warto naostrzyć, kilka innych naprawić, a jeszcze kilka — dokupić. Narzędzia warto przed sezonem umyć łagodnym mydłem i ciepłą wodą. Spryskajmy wodą duże elementy sprzętu, takie jak grabie i łopaty. Wyczyśćmy swoje rękawice ogrodowe. Do czyszczenia drewnianych uchwytów warto użyć szczotki drucianej i wilgotnej szmatki.

Do ostrzenia warto używać zwyczajnej ostrzałki ręcznej, a następnie potraktować ostrza specjalną oliwą, która zapobiegnie korozji.

Warto skorzystać także z okazji i uzupełnić zapasy. Upewnijmy się, że mamy pod ręką wystarczającą ilość nawozu i dodatków do gleby. Uzupełnijmy zapasy podpórki dla roślin i wstępnie zmontujmy dowolne konstrukcje, choćby podpórki na pomidory, które chcemy sami wykonać.

2. Chwasty, ściółka i śmieci — precz!

Wiosenne porządki w naszym ogrodzie to m.in. usuwanie wszystkiego, co blokuje dostęp do gołej gleby. Martwa materia organiczna może trafić na stertę kompostu i tam się rozłożyć. Dobrze przekompostowana ściółka może pozostać dokładnie tam, gdzie ma być włączona do gleby, ale „świeża” ściółkę należy grabić, by odsłonić glebę. Wielkim, czasem nawet głównym zmartwieniem są chwasty, których zimy, szczególnie łagodne, nie są w stanie wykończyć. Należy je usunąć z gleby i spalić lub umieścić na środku działającego stosu kompostu, gdzie ciepło je zabije, zanim jakiegokolwiek nasiona zdąży wykiełkować.

3. Przycinamy

Wiosną wiele drzew i krzewów może potrzebować dobrego przycinania. Zwłaszcza te, które kwitną na nowym drewnie. Późna

zima i wczesna wiosna to idealny czas na przycięcie starego drewna, ponieważ dobrze widać strukturę gałęzi i można ukształtować roślinę, zanim pojawią się pąki, a roślina znacznie inwestować energię w swoje gałęzie. Wiosennej przycinki z pewnością wymaga budleja (omżyn), dereń kanadyjski (kwitnący dereń), lonicera (wiciokrzew), hortensja wiechowata, judaszowiec, tawuła kwitnąca latem, lagerstroemia (mirt krepowy), róża i glicynia. Wczesna wiosna to także idealny czas na przycinanie i kształtowanie drzewiastych roślin ozdobnych. Za każdym razem, gdy przycinamy rośliny, dobrą praktyką jest dodanie do gleby niewielkiej ilości nawozu — zapewni to roślinie składniki odżywcze potrzebne do szybkiego zagojenia się „ran” po cięciu.

Zanim jednak opęta nas szal przycinania — pod uwagę trzeba wziąć kilka rzeczy. Najpierw z pomocą czystej szmatki i odrobiny alkoholu izopropylowego sterylizujemy sekatory — zapobiegnie to niezamierzonemu rozprzestrzenianiu się chorób roślin po całym ogrodzie. Po drugie, jest wiele roślin, których NIE należy przycinać o tej porze roku, ponieważ kwitną na starym drewnie. Do roślin, z których przycięciem należy poczekać do zakończenia sezonu kwitnienia, zaliczają się: kwitnąca wiosną tawuła, kamelia, forsycja, bez (lilak), magnolia, wawrzyn górski i krzewuska. Nie przycinamy azalii! Te należy przycinać dopiero po wiosennym kwitnieniu — unikniemy w ten sposób usunięcia pąków kwiatowych. Poczytajcie także o swojej odmianie hortensji — niektóre z nich kwitną na starym drewnie, co oznacza, że zbyt wczesne przycinanie może oznaczać lato bez kwiatów.

4. Przygotowanie gleby

Gdy mróz ustąpi i gleba będzie już nadawać się do uprawy, trzeba przygotować grządki ogrodowe. Zimą gleba ma tendencję do



Fot. Canva Alchemy - stock.adobe.com

zageszczania się, więc należy ponownie ją spulchnić, uprawiając ją lub obracając. Za pomocą glebogryzarki lub ostrej łopaty ruszamy glebę na głębokość od 30 do 35 centymetrów, by ją poluzować. Dobrze przekompostowaną ściółkę lub ściółkę z liści należy natychmiast wymieszać, ale jeśli jest zbyt świeża — należy ją najpierw usunąć.

Następnie dodajemy kompost i dodatki. Można użyć testu gleby, aby sprawdzić, jakie jest jej pH i poziom składników odżywczych — dowiemy się, jakiego rodzaju materiały dodać. Jeśli gleba jest uboga lub gliniasta, szczególnie ważne jest dodanie zdrowej warstwy kompostu, aby poprawić jej teksturę, zawartość składników odżywczych i zatrzymywanie wilgoci. Następnie grabimy ziemię i lekko ją podlewamy — to ułatwi jej osiadanie i uwalni kieszenie powietrzne.

Jeśli gleba w naszym ogrodzie jest szczególnie uboga, najłatwiejszą opcją może być po prostu uprawianie

roślin ponad nią za pomocą podniesionej grządki ogrodowej.

5. Nowe donice i grządki ogrodowe

Łatwo jest ekscytować się pięknymi, nowymi odmianami, które widzimy woszalających katalogach. Ale jakże często skutek jest taki, że kupujemy lub zamawiamy więcej roślin, na które następnie nie mamy miejsca! Wiosna to najlepsza pora roku, by zbudować grządki ogrodowe, zainstalować w kilku miejscach ozdobne haki lub skrzynki okienne i zamówić nowe doniczki.

6. Podział bylin

Niektóre byliny mają tendencję do wypierania się nawzajem, co z roku na rok powoduje pogorszenie ich wydajności. Liliowce, stokrotki Shasta, hosty i wiele innych będzie pięknie rosło, kwitło i cieszyło oczy — pod warunkiem, że wczesną wiosną dokonamy ich mądrego podziału i rozdzielu. Zatem zanim jeszcze rozpo-

cznie się sezon wegetacyjny, zapewnimy naszym roślinom miejsce na rozprzestrzenienie się, wykonując następujące proste kroki:

Po pierwsze — kopimy wokół obwodu kępy, zachowując szeroki odstęp, aby nie uszkodzić korzeni. Po drugie — trzeba wkopać łopatę wmiarę głęboko pod bryłę korzeniową rośliny i wyjąć ją z ziemi.

Teraz spróbujmy ręcznie rozplątać korzenie i rozdzielić poszczególne kłącza i bulwy. W niektórych miejscach konieczne będzie rozcięcie kępy nożem. Teraz trzeba już „tylko” równomiernie rozmieścić poszczególne kępy na większym obszarze i natychmiast posadzić je ponownie. Jest to tani i łatwy sposób na rozmnożenie większej kolekcji, który gwarantuje poprawę kwitnienia wszystkich bylin.

Jedna uwaga: Jeśli kępa bylin jest zbyt duża, by wyrwać ją z ziemi, być może trzeba będzie ją podzielić, gdy ta jest jeszcze w ziemi. W tym celu wkładamy dwie pary widel ogrodowych tyłem do siebie wśrodek kępy i ostrożnie odpychamy je od siebie. Tak rozdzielone kępy przenosimy na ich docelowe miejsce.

7. Wczesne sadzenie

Sadzenie warto wykonywać falami. Pierwszą falę warto wykonać jeszcze wczesną wiosną — o tej porze roku wiele roślin można sadzić w pomieszczeniach zamkniętych. Szczególnie odporne warzywa — cebula, ziemniaki, karczochy i niektóre salaty — są gotowe do sadzenia już teraz.

Sadzenie cebul i bylin jest zazwyczaj proste — wystarczy tylko wykopać dołek, upuścić cebulkę lub kępkę byliny i gotowe! Wykop dołek na odpowiednią głębokość i w odpowiednim rozstawie, dodaj niezbędne odżywki do gleby, dodaj cebulkę/ bryłę korzeniową i upewnij się, że korona znajduje się dokładnie na poziomie gleby, następnie wypełnij dół i obficie podlej. W przypadku drzew i krze-

wów sprawdza się metoda, która pomaga korzeniom dobrze przyjąć w nowym środowisku, znana jako metoda fosowa. Kopiemy dół wystarczająco duży i szeroki, by pomieścić korzenie rośliny. Dodajemy kopczyk zmodyfikowanej gleby, na której będą mogły spocząć korzenie, a następnie wypełniamy resztę dołu glebą bogatą we wszystkie niezbędne składniki. Jednak zanim podlejemy roślinę, warto wokół niej utworzyć pierścień szerszy niż pierwotny otwór. Z czasem, głównie przy podlewaniu rośliny będzie działał jak fosa, pozwalając naprawdę uzyskać niezbędne głębokie nasycenie bez zmieniania całego obszaru w błoto.

8. Stosujemy ściółkę

Na koniec nałożymy grubą warstwę ściółki, gdzie tylko można. Ściółka znacznie skuteczniej zapobiega zarastaniu chwastów, jeśli można ją umieścić na miejscu, zanim chwasty zaczną kiełkować. Być może ktoś nadal czeka na zasiew na wielu obszarach lub może mieć w swoim ogrodzie już kiełkujące nasiona, których nie chce zakopywać w ściółce. Wielu takich konfliktów da się uniknąć, jeśli sadzonki zaczniemy sadzić już w pomieszczeniu.

Magdalena Maria Bukowiecka

Projektowanie — ustalmy co następuje:

Co chcemy zasadzić? Gdzie to umieścimy? Kiedy należy zacząć — siew w pomieszczeniach, siew bezpośredni lub rozpoczęcie szkółki? Pod uwagę warto wziąć strefę odporności, ekspozycję na słońce, rodzaj gleby i zwyczaj wzrostu. Wysokie rośliny będą musiały znajdować się po północnej stronie niższych roślin, jeśli krótsze rośliny potrzebują dobrego nasłonecznienia. Zaplanujmy kolory i wzory liści po kwitnieniu — ostatecznie nie życzymy sobie kłótni między nimi...!

OSIEDLE PARKOWE W STAWIGUDZIE: ZAMIESZKAJ W ZIELONEJ ENKLAWIE BLISKO MIASTA

OTO WYJĄTKOWA OFERTA DLA OSÓB MARZĄCYCH O HARMONIJNYM ŻYCIU W PIĘKNEJ OKOLICY – ORAZ Z SZYBKIM DOJAZDEM DO MIASTA. CICHĄ, PEŁNĄ ZIELENI ENKLAWĄ KOMFORTOWYCH DOMÓW W PODOLSZTYŃSKIEJ STAWIGUDZIE JUŻ NIEBAWEM STANIE SIĘ WYMARZONYM MIEJSCEM DO ZAMIESZKANIA DLA 51 RODZIN.

Dlaczego Osiedle Parkowe?

To idealny wybór dla osób, które pragną wsłuchać się w siebie, zwolnić tempo i skupić się na smakowaniu życia. Jednocześnie chcą mieszkać wygodnie, blisko stolicy województwa. Stawiguda to obecnie jedna z najbardziej pożądanym lokalizacji w okolicy Olsztyna. Są tu: urząd gminy, przychodnia, przedszkole, szkoła, poczta, kościół, a także liczne sklepy, punkty usługowe i lokale gastronomiczne. Wokół miejscowości rozpościerają się lasy z licznymi urokliwymi jeziorami i rzekami, które stanowią cenny, krajobrazowo chroniony teren Puszczy Napiwodzko – Ramuckiej jak i interesujące miejsca aktywnego wypoczynku.

Jaka lokalizacja?

Osiedle zlokalizowane jest przy ulicy Piaskowej, zaledwie 10 km od Olsztyna. Dojazd drogą ekspresową S51 do miasta zajmuje około 12 minut. W przeciwnym kierunku mamy szybką trasę do Warszawy. Nasza inwestycja łączy w sobie doskonałą komunikację i cechy miejsca umożliwiającego aktywny wypoczynek z pełnym wykorzystaniem uroków natury. Osiedle zlokalizowane jest na różnicowanym krajobrazowo terenie porośniętym naturalnym lasem, który zostanie zachowany i będzie dostępny dla przyszłych właścicieli domów.

Domy projektujemy z myślą o naszych klientach i ich rodzinach, dbając o szczegóły. To inwestycja nowoczes-



Fot. stawigudaparkowe.pl

na i funkcjonalna, a przede wszystkim przyjazna mieszkańcom. Nasze lokale cenią wszyscy, którzy nie chcą żyć wielkomiejskim tłoku. Dlatego starannie wybraliśmy lokalizację, dbając, by była atrakcyjna dla osób, które wybiorą ją na swój dom. Zwracamy uwagę nie tylko na lokalną infrastrukturę i skomunikowanie naszych inwestycji z aglomeracją miejską, ale również na bliskie sąsiedztwo terenów imiejs rekreacyjnych.

Ile budynków?

Osiedle będzie złożone z 51 budynków jednorodzinnych wolnostojących na działkach od 900m² do ponad 4000m².

Jak zostały zaprojektowane domy?

Domy posiadają tradycyjną, murowaną konstrukcję ścian ocieplonych styropianem o wysokich parametrach izolacyjnych, grubości 20 cm. Dach kryty dachówką ceramiczną zaprojektowano na konstrukcji drewnianej. Domy wyposażono w trójszybowe okna PCV o wysokich parametrach izolacyjnych i dźwiękoszczelnych.

Elewacja domów to ponadczasowe połączenie bieli i grafitu, ocieplone panelami w naturalnym kolorze drewna, które wkomponowano w ściany budynków. Maksymalne wykorzystanie przestrzeni i komfortową komunikację na obu kondygnacjach zapewni dobrze rozplanowany układ pomieszczeń. Przestronny salon pomysłany został jako miejsce będące sercem domu, w którym skupi się życie rodziny i zaproszonych gości. Jeden mały krok wy-

starczy, by bezpośrednio z niego przejść do prywatnego ogrodu. Największy z nich liczyć będzie ponad 4000 m². Prywatność zapewni domownikom piętro domu, gdzie znajdują się komfortowe sypialnie i łazienka. Ponadstandardowa wysokość pomieszczeń powiększy optycznie wnętrza, sprawi, że będą doskonale

doświetlone i umożliwi ich ciekawą aranżację.

Na jakim etapie jest realizacja inwestycji?

Aktualnie realizowany jest 1. etap inwestycji, składający się z 30 domów jednorodzinnych. Domy budowane są na podstawie indywidualnego projektu, wykonanego z dbałością o komfort

przyszłych mieszkańców. Domy mają powierzchnię całkowitą 190 m² i 152 m² powierzchni użytkowej. Z racji indywidualnego podejścia do klientów istnieje możliwość dostosowania ilości pokoi oraz zagospodarowania wnętrza budynku.

Jaki jest koszt inwestycji?

Ceny kształtują się od 775 000 zł za dom wykończony z zewnątrz, a w środku w stanie surowym. Istnieje możliwość doprowadzenia domu do stanu deweloperskiego.

Prowadzimy otwartą politykę cenową. Nie zawyżamy cen domów, by potem je negocjować. Nie stosujemy promocji, nie wręczamy gratisów sprzedażowych. Nasi klienci płacą za dom, którego cenę stanowią rzeczywiste koszty projektowe, budowlane i wykończeniowe.

Kiedy można zamieszkać w domu na Osiedlu Parkowym?

Termin przekazania domów ustalany jest indywidualnie z klientami. Pierwsze domy gotowe będą w III kwartale 2024 roku.

Serdecznie zapraszamy do kontaktu!



Fot. stawigudaparkowe.pl



INWEST-SERWIS

10-086 Olsztyn, ul. Polna 19, tel. 698-681-677
www.inwest-serwis.pl | www.stawigudaparkowe.pl
domy@inwest-serwis.pl



Fot. stawigudaparkowe.pl

1

IPPON GROUP SP. Z O.O.

- a Osiedle Aurora, ul. Barcza 50, ostatnie mieszkania gotowe do odbioru, pow. od 64-95 mkw
- b Osiedle TEMPO, ul. Sikorskiego/Wilczyńskiego, mieszkania o powierzchni od 27 do 68 mkw; 3 budynki 267 mieszkań
- c Osiedle Synergia, ul. Kanta, 95 mieszkań od 27 do 80 mkw.
- d Osiedle Slow, Gutkowo, ul. Kordeckiego, 8 budynków 285 mieszkań, pow. od 35 do 70 mkw.

2

ANGO DEVELOPMENT W OLSZTYNIE

- a Domy w zabudowie bliźniaczej ul. Morenowa pow. od 68 do 80 mkw.
- b Osiedle Bulwar ul. Bartąska mieszkania od 33 do 70 mkw.

3

ROMBUD WPB SP. Z O.O.

- a Villa Symfonia, ul. Kętrzyńskiego 8A, mieszkania dwupoziomowe od 68 do 80 mkw.

4

GRUPA DEVELOPERSKA MAK-DOM HOLDING SA

- a Na Skarpie, ul. 15 Dywizji/Artyleryjska Mieszkania o pow. 58 mkw.
- b Osiedle Magnolia II, ul. Bilitewskiego

5

NOWE ZATORZE INWESTYCJE SP. Z O.O.

Nowe Zatorze, ul. Zientary-Malewskiej (vis a vis Agapitu) mieszkania od 60,9 do 64,6 mkw.

6

IŁAWSKIE PRZEDSIĘBIORSTWO BUDOWLANE IPB SP. Z O.O.

- a Os. Harmonia – ul. Bydgoska Budynek M2, mieszkania od 41 do 70 mkw.
- b Esperanto Park – ul. Zamenhofa Budynek B1, mieszkania od 35 do 55 mkw. Kompleks 4 budynków wielorodzinnych B1-B4 (IV etapy realizacji).

7

D.DOM SP. Z O.O.

- a Warmiński Port, Olsztyn, ul. Bałtycka 91, 4 budynki apartamentowe, mieszkania od 26 do 107 mkw. balkony, tarasy, ogródki
- b Słoneczne Barczewo, Barczewo, os. Słoneczne 3a, ostatnie mieszkania 51 mkw.
- c Grzegorzewska, ul. M. Grzegorzewskiej, 33 apartamenty o pow. od 42 do 77 mkw.

8

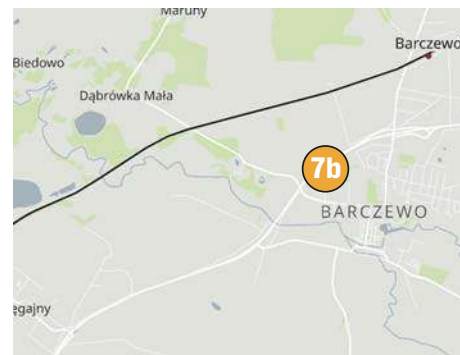
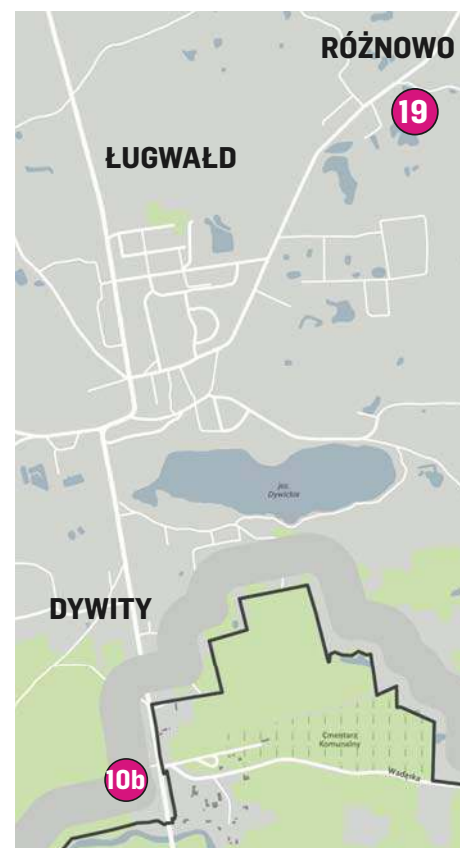
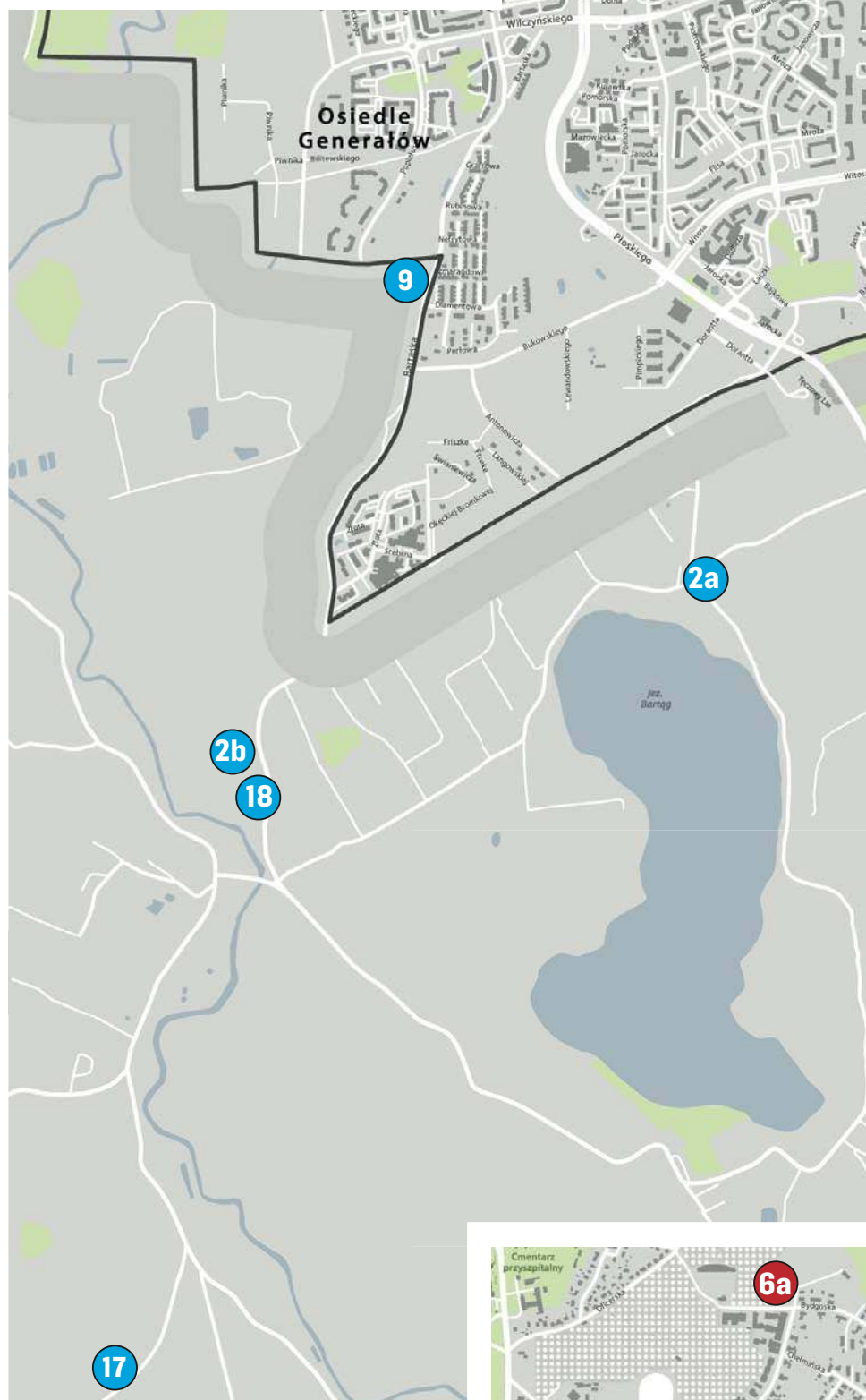
PBO EKOBUK SP. Z O.O.

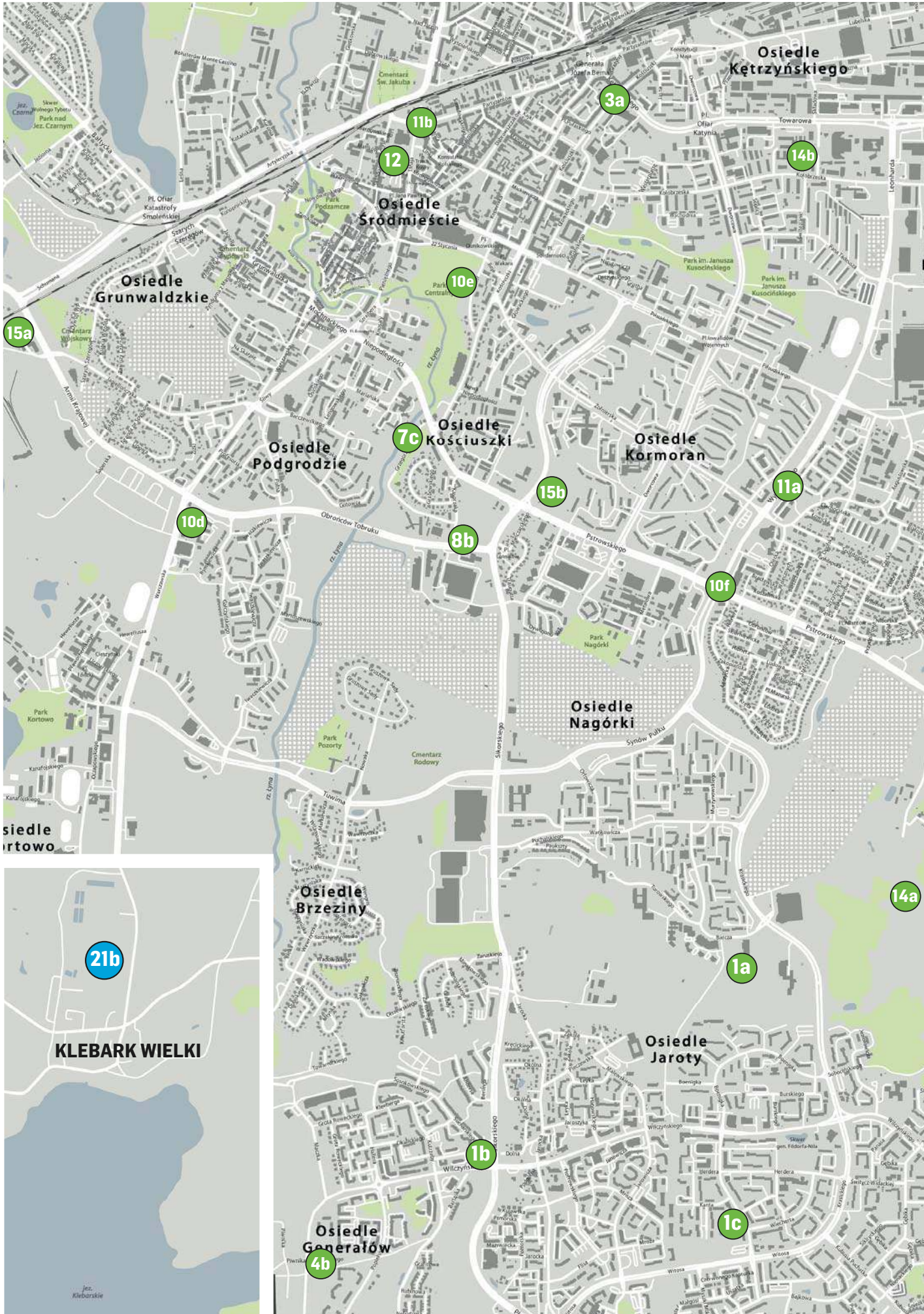
- a Osiedle QUATRO, ul. Poprzeczna mieszkania od 40 do 70 mkw.
- b Inwestycja Gutkowo ul. Sokola, mieszkania od 40 do 65 mkw.

9

MAS-BUD STAWARCZYK SPÓŁKA JAWNA

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





10 ARBET

- a) Osiedle Leśna III i IV etap, ul. Leśna - mieszkania o pow. od 42 mkw.
- b) Osiedle Sterowców ul. płk. F. Hynka - budynek S17 – mieszkania o pow. od 35 do 50 mkw.
- c) Osiedle Ludowa w Biskupcu, ul. Ludowa – budynek BS2 – mieszkania od 39 do 43 mkw. – ostatnie mieszkania
- d) W99 – al. Warszawska 99 – mieszkania inwestycyjne o pow. od 33 do 68 mkw.
- e) Plater House ul. Emilii Plater – 72 e) ultra apartamenty, od 49 do 120 mkw.
- f) Pstrowskiego/Wyszyńskiego – planowane – budynek A i B, budynek A – 97 mieszkań pow. od 28 do 89 mkw.

11 **NOVDOM**

- a BIANCO – ul. Wyszyńskiego, mieszkania od 27 do 88 mkw.
- b Apartamenty MACADAMIA – ul. Partyzantów/1Maja, powierzchnia od 43 do 106 mkw..

12 DEWELOPER EURO-BUILD
SP. Z O. O. SP. K.

Apartamenty Wyzwolenia, ul. Wyzwolenia 6
mieszkania i apartamenty od 30 do 125 mkw.
- możliwość rezerwacji

13 - możliwość rezerwacji
GOMIKO O SP. Z O.O.

- a** Osiedle Szmaragdowa – Gutkowo, domy w zabudowie bliźniaczej pow. użytkowa 82 mkw.
- b** Sunset Naterki – Naterki domy w zabudowie bliźniaczej pow. użytkowa 82 mkw.

14 **PIECZEWO SP. Z O.O.**

- a Osiedle Premium, ul. M. Dąbrowskiej 11, os. Pieczewo, wjazd od ul. Krasickiego lub ul. Szymborskiej mieszkania 2-3-4 pok., 41-72 mkw.
- b Kołobrzeka 36B, os. Pojezierze, niedaleko przedszkola Promyczek Mieszkania 4-pok., ok 81 mkw.

15 BUDLEX SP. Z O.O.

- a Osiedle Jezioraj, ul. Jagiellończyka
mieszkania od 30,5 do 142 mkw + lokale
usługowe 93 -125mkw
- b Osiedle Panorama, ul. Pstrowskiego
II etap mieszkania od 61,8 do 100,6 mkw
III etap od 61,8 do 102,8 mkw

16 PM DEVELOPMENT

Osiedle Ostoja, ul. Jarocka 21
mieszkania od 55 mkw. do 65,12 mkw.
(z możliwością łączenia).

17 **TREEHOUSE NIERUCHOMOŚCI**

Osiedle Premium „Zielona Ostoja”, Bartąg
ul. Łąska. Domy w zabudowie bliźniaczej -
20 lokali (10 domów) Pow. 157 mkw

18 **ZAKĄTEK BARTĄG SP. Z O.O.**
Ciepłota, Złoty Brzoza, Bartąg, 157 mkw

Osiedle Zakątek Bartąg, lokale mieszkalne o pow. 60-107 mkw. z przynależnymi ogrodami i terenem rekreacyjnym

19 **GOMIKO DEVELOPMENT**

Osiedle Harmonia Park Etap 2, Różnowo,
domy w zabudowie szeregowej o pow. użyt-
kowej 80,5 mkw

20 OSIEDLE PLAŻOVA SP. Z O.O.

Osiedle Plażowa, Szczęsne, domy w zabudowie bliźniaczej o pow. 85,5 mkw. z własnymi ogrodami, plażą i terenem wspólnym

21 **INWEST SERWIS**

- a** Osiedle Parkowe w Stawigudzie,
ul. Piaskowa: 51 domów pow. użytkowa:
152 mkw. Pow. całkowita: 190 mkw.
z tarasem wielkość 9 mkw. oraz
ogrodami od 700 mkw. do 3700 mkw.
- b** Osiedle Natura w Klebarku Wielkim
liczba domów: 15, pow. użytkowa 146
mkw. pow. całkowita 171 mkw. balkony
4,1 mkw., taras 9 mkw., powierzchnia
ogrodu 600 mkw.

KUCHNIA: JAKIE SZUFLADY WYBRAĆ, ŻEBY NIE ŻAŁOWAĆ?

SZUFLADY TO ULUBIEŃCY UŻYTKOWNIKÓW KUCHNI, KTÓRZY CENIĄ SOBIE KOMFORT, FUNKCJONALNOŚĆ I ŁATWOŚĆ UTRZYMANIA PORZĄDKU. DOBRY WYBÓR NIE MOŻE JEDNAK POLEGAĆ NA PRZYPADKOWYM ZESTAWIENIU DOWOLNYCH MODUŁÓW. ABY W PEŁNI DOCENIĆ POTENCJAŁ I WYGODĘ, JAKĄ ZAPEWNIĄĄ SZUFLADY, NALEŻY SPORZĄDZIĆ PLAN, W KTÓRYM OKREŚLIMY, CO KONKRETNIE BĘDZIEMY PRZECHOWYWAĆ W SZUFLADACH.

Nie do przecenienia

Wurządzeniu funkcjonalnej przestrzeni kuchennej szuflady są niezawodne! To nasi sprzymierzeńcy — pomagają zorganizować wygodną zabudowę meblową i zapanować nad porządkiem, co, z uwagi na roboczy charakter pomieszczenia, bywa nielatte. W każdej kuchni jest przecież wiele rzeczy, które musimy gdzieś schować, a jednocześnie chcemy mieć pod ręką. Dzięki szufladom naczynia, sztuce, akcesoria kuchenne i pro-

dukty spożywcze znajdują swoje miejsce, a my zapewnimy sobie łatwy do nich dostęp. Zanim jednak docenimy potencjał szuflad, zastanówmy się, co będziemy w nich przechowywać i jak najlepiej pogrupować ten cały dobytek, aby ułatwić sobie codzienne „poruszanie się” po kuchni.

— Szuflady to bardzo wygodne rozwiązanie, ponieważ pozwalają łatwo dopasować zabudowę kuchenną do indywidualnych potrzeb użytkowników i zauważalnie podnoszą komfort codziennego korzysta-



nia z mebli. Nie wystarczy jednak zamienić szafek na przypadkowe szuflady. Dobór modułów o wysokości odpowiednio dopasowanej do zawartości pozwoli sprawnie zorganizować wnętrze szuflad i wprowadzić przejrzyste zasady przechowywania — mówi Sylwia Kowalska-Mikutel, projektantka Spółki Meblowej KAM. — Jeżeli nie musimy stale zastanawiać się, gdzie schowaliśmy miskę, tarkę do warzyw czy słoik miodu, codzienna praca przebiega szybciej i sprawniej.

REKLAMA



od **7850** zł/m²

OSIEDLE
BULWAR

☎ 575 304 306

sprzedaz@angodevelopment.pl

ANGO
DEVELOPMENT



4/324010F-8-M



Fot. KAM

my w nich jednak zapasów spożywczych czy pakietu talerzy, dlatego musimy zabezpieczyć dla nich miejsce w szufladach odpowiednio wyższych. Jeżeli dużo gotujemy, potrzebujemy większej ilości szuflad wysokich, w których zmieścimy garnki, drobny sprzęt AGD czy przeznaczymy na podręczny magazyn na spore ilości zapasów spożywczych. Wysokie szuflady to również idealne miejsce dla produktów w dużych opakowaniach, jak butelka oleju czy wody mineralnej.

Na każdą z grup produktów powinniśmy przeznaczyć dokładnie tyle miejsca, ile faktycznie potrzebują. W ten sposób efektywnie wykorzystamy wnętrze każdej z szuflad.

Zadbajmy o komfort i bezpieczeństwo

Szuflady możemy wygodnie wysunąć przed korpus mebli, co ułatwia wyjmowanie, a następnie odkładanie na miejsce. Nie musimy się schylać i niepotrzebnie przedstawiać całej zawartości wposzukiwaniu określonych produktów. Od razu po wysunięciu mamy do nich pełen wgląd, nawet do rzeczy przechowywanych na końcu. Dzięki temu wszystko jest zawsze na swoim miejscu i pod ręką.

Równie ważne są wytrzymałe i niezawodne prowadnice, na których będą zamontowane szuflady. Nawet przy dużym obciążeniu będą się lekko otwierały, nie wymagając wkładania w tę czynność nadmiernego wysiłku, i całkowicie wysuwały.

Pomyślmy również o prowadnicach z zamontowanym hamulcem spowalniającym zamykanie, dzięki którym szuflady domkną się cichą i delikatnie, a my nie usłyszymy uciążliwego trzaskania frontu o korpus mebla. To rozwiązanie poprawi także bezpieczeństwo, dlatego warto je rozważyć szczególnie w przypadku, kiedy z mebli korzystają również dzieci.



Fot. KAM

Zajrzyjmy do szuflady: estetyka dla wymagających

Wygoda i względy praktyczne zawsze są na pierwszym miejscu, jednak w przypadku nowoczesnych systemów szuflad nie musimy rezygnować z aspektów wizualnych. Chociaż wnętrza szuflady pozostają ukryte za frontem, kiedy ją otworzymy, może cieszyć oko wysoką jakością i nieograniczonym dopasowaniem kolorystycznym do całej zabudowy. Wnętrze szuflady można idealnie dopasować do frontów mebli, tworząc atrakcyjną i spójną wizualnie aranżację. Jeżeli zdecydowaliśmy się na modne czarne fronty, w takim samym kolorze możemy wybrać kolor wnętrza szuflad. Podobnie w przypadku jasnych dekorów, nie będziemy mieli trudności z wybraniem koloru, który będzie harmonijnie komponował się z całością.

Możemy również zdecydować, jakie boki będą miały nasze szuflady. Pełne możemy zastąpić relingami lub z efektownymi przeszkleniami, które prezentują się prestiżowo i są bardziej eleganckie.

Oprac. mmb

Porada: Sprzęt AGD kupuj w studiu kuchennym

Wraz z nowymi meblami kuchennymi zazwyczaj potrzebujemy sprzętu AGD. Oczywiście możemy dokonać zakupów w marketach, internecie, sklepach sieciowych. — Ja osobiście polecam zakup w studiu kuchennym — mówi Andrzej Tomasiak z olsztyńskiego studia mebli kuchennych. — Sprzęt mamy na ekspozycji, można wszystko dokładnie obejrzeć, dotknąć, uruchomić, z bliska zapoznać się z funkcjonalnością. A nawet napić się pysznej kawy z ekspresu...!

— Oczywiście oferta jest dużo szersza, możemy wybierać z pełnej oferty producentów — przekonuje pan Andrzej. — Do czasu montażu przechowujemy go na naszym magazynie, przywieziemy i wniesiemy wraz z meblami w odpowiednim momencie. Współpracujemy też z hydraulikiem i elektrykiem. W dogodnym momencie podłączą urządzenia do instalacji. Największym bonusem dla naszych klientów jest darmowa przedłużona gwarancja, nawet do 5 lat.

Dodatkowe promocje u wybranych producentów to zwrot części kosztów zakupu. Znana marka przy zakupie piekarnika, płyty indukcyjnej i zmywarki zwraca nawet 2700 zł. Inne promocje to rabat 50% za zakup 3+1, 70% za zakup 4+1 lub za 1 zł na najtańszy produkt przy zakupie 6 produktów.

— Czasami bonusem są drobne sprzęty AGD, sztuczce, tabletki do zmywarek. Projektanci wiedzą o promocjach i chętnie podpowiadają jaki sprzęt wybrać. Dzięki szkoleniom potrafimy też przekazać wiele pomocnych i użytecznych informacji — zachęca Andrzej Tomasiak.

Od ogółu do szczegółu, czyli szuflady z podziałem na role

Dlaczego wybór szuflad warto przemyśleć wcześniej? Ponieważ w naszych kuchniach mają ważną rolę do odegrania — pomagają w organizacji strefy przechowywania i porządkują jej zawartość. Tak się jednak nie stanie, jeżeli przedmioty o różnym przeznaczeniu wylądują przypadkowo w jednej szufladzie. Co prawda rozwiążemy problem zabezpieczenia miejsca do przechowywania, ale próba znalezienia konkretnego produktu może skończyć się niepotrzebną frustracją, że nasza kuchnia jest źle urządzona a my nie możemy w niej niczego znaleźć. Dlatego cały kuchenny arsenał należy pogrupować według wygodnych dla nas zasad i umieścić w odpowiednich szufladach.

— Mamy ułatwione zadanie, ponieważ wysokość standardowych szuflad jest dopasowana do podstawowych grup produktów, które zazwyczaj przechowujemy w kuchni — wyjaśnia projektantka. — Możemy wszystko pogrupować według przeznaczenia i rozmiarów, zapewniając określone — stałe miejsce każdemu z przedmiotów. Bonusem podziału szuflad na moduły o różnej wysokości jest optymalizacja dostępnego miejsca do przechowywania — nie tracimy cennej powierzchni.

Skoro produkty przechowywane w kuchni mają różną wysokość, sensownie jest rozmieścić je w szufladach o różnych wysokościach. Te, w których z łatwością zmieścimy sztuczce, drobne akcesoria kuchenne, papier śniadaniowy czy rolkę folii aluminiowej nie muszą być wysokie. Nie schowa-



Fot. KAM

REKLAMA



Olsztyn
ul. Pstrowskiego 33
kom. 695 771 749

Studio Patronackie
BOSCH
SIEMENS
www.atomkuchnie.pl

ZREALIZUJEMY KUCHNIĘ TWOICH MARZEŃ



5 lat darmowej gwarancji na AGD*



DLACZEGO MIESZKANIA SĄ TAK DROGIE?

DLACZEGO CENY MIESZKAŃ SZYBUJĄ W GÓRĘ? CZY PROGRAMY RZĄDOWE NA DOFINANSOWANIE ZAKUPU NIERUCHOMOŚCI MAJĄ SENS? CZY DEWELOPERZY BUDUJĄ RACJONALNIE? — ROZMAWIAMY Z ANDRZEJEM BOGUSZEM, PREZESM OLSZTYŃSKIEGO POTENTATA DEWELOPERSKIEGO, ARBET INVESTMENT GROUP.



Andrzej Bogusz

prezes Arbet Investment Group

— Ceny mieszkań biją rekordy. Wiem, że deweloperzy nie lubią tego pytania, ale dlaczego mieszkania są tak drogie?

Odpowiedź jest bardzo złożona. A które ceny nie biją rekordów? W ostatnich 2-3 latach, w zasadzie od czasu covidu, a potem galopującej inflacji wszystkie ceny zaczęły szaleć. Mam odwagę powiedzieć, że dzisiaj - przynajmniej w Polsce - nie ma cen jakichkolwiek produktów i usług, również mieszkań, które można by uzasadnić wyłącznie pioszonkami przez przedsiębiorców kosztami. W mojej ocenie rynek podlega dziś potężnym spekulacjom. Ponieważ mamy straszną zmienność na rynkach, czyli całkowity brak możliwości przewidywania zdarzeń nawet w najbliższej przyszłości, konia z rzędem temu, kto zgadnie, co się może wydarzyć w najbliższym najbliższym.

— W tej sytuacji trudno planować biznes.

Tak, ale do tego menadżerowie, prowadzący firmy, zarządzający zespołami ludzi, muszą się przyzwyczaić. Ja już w okolicach roku 2012 stawiałem tezę, że przewidywalność odchodzi do lamusa. Kiedyś, żeby prowadzić biznes, trzeba było mieć zaplanowany wariant A, ewentualnie B. Teraz C i D też jest za mało. Dlatego wszyscy stali się niecierpliwi. Wszyscy, nie tylko deweloperzy, chcą zarobić tu i teraz. Kiedyś rozumiano, że na zyski trzeba poczekać. Dziś tej cierpliwości

na rynkach nie ma. Zmienność powoduje chciwość. Ceny mieszkań rosną z wielu różnych powodów. Nie tylko z powodu chciwości deweloperów, to przecież przedsiębiorcy. Także np. ze względu na wzrost cen materiałów budowlanych w ciągu ostatnich dwóch lat. O tym się zwykle nie mówi głośno, kieruje się uwagę na wzrost cen mieszkań, a pomija ceny materiałów. Ceny niektórych w ostatnich dwóch latach wzrosły o 500 proc. Obecnie ceny mieszkań aż tak nie rosną, a ceny betonu wzrosły o 30 proc.

— Przy rządowym programie mieszkaniowym pojawiła się nowa grupa klientów. Dopłaty zwiększyły popyt i podbiły ceny mieszkań - czy jest obawa, że przy kolejnym programie ceny ponownie wzrosną?

Jako człowiek, który zajmuje się rynkiem mieszkaniowym 20 lat, jestem zdeklarowanym przeciwnikiem jakichkolwiek programów mieszkaniowych. Żaden z nich nie zrobił dla tego rynku, jeśli chodzi o jego stabilizację, nie zrobił. Wszystkie oceny oddziaływania ostatniego programu „Bezpieczny kredyt 2%” na gospodarkę, na rynek mieszkaniowy, są negatywne. W założeniu miał to być program dla „Polski powiatowej”. A co zrobiły środki z tego programu? Wydrenowały pulę mieszkań z ofert deweloperskich w największych miastach. My, deweloperzy w Olsztynie, odczuliśmy oddziaływanie tego programu przez 2 miesiące. A rok ma 12 miesięcy. Ludzie czekali na ten program, po czym, gdy się pojawiły pieniądze, to nim się w Olsztynie ogarnęli, minął miesiąc. Program działał więc w sierpniu, we wrześniu, oddziaływał na rynek. Wcale nie wywołał spektakularnych sprzedaży. My w wielu latach mieliśmy znacznie wyższe sprzedaże, kiedy programu nie było. Chcę przez to powiedzieć, że program nie „rozhuścił” rynku w Polsce powiatowej, za to „rozhuścił” w Polsce aglomeracyjnej, czyli w największych miastach. Obawiam się, że jeśli na nowy program nałoży się uru-

chomienie środków z KPO to na rynku mieszkaniowym i w ogóle inwestycyjnym w Polsce mogą się dziać rzeczy, których przewidzieć się nie da.

Samorządy pewnie będą się prześcigały, aby dostać te środki z KPO, w realizowaniu różnego rodzaju inwestycji. Ze społecznego punktu widzenia to pewnie bardzo dobrze, ale nie możemy się sfokusować na wąskim obszarze gospodarki. Wszystkie samorządy będą chciały naraz budować, inwestować. Co się stanie z cenami materiałów i usług budowlanych? Brakuje też pracowników na budowach.

W tej chwili w całej Polsce sprzedaż stanęła. Około dwóch lat potrzeba, żeby obecnie sprzedawało się to, co jest w ofercie deweloperów. Wszyscy czekają z nadzieją na nowy kredyt. To logiczne, skoro można skorzystać - to dlaczego mam nie czekać? Mamy więc kumulację popytu. To musi odbić się na cenach mieszkań.

- Nowy program kredytowy ma kosztować ponad 21 mld. Ale w jaki sposób młodzi ludzie mają zdobyć swoje mieszkania? Zwykle bez kredytu nie dadzą rady.

Pytanie - czy w praktyce da się cokolwiek zrobić, żeby tę sytuację odwrócić? Uczynić ją bardziej stabilną niż jest obecnie i będzie zapewne w najbliższej przyszłości. Pierwszy obszar do podjęcia radykalnych działań - należy uruchomić potencjał tkwiący w gruntach, czyli uwolnić maksymalną ilość gruntów pod budownictwo mieszkaniowe. O tym się mówi w Polsce co jakiś czas, choćby parę lat temu przy okazji ustawy „lex deweloper”, która miała sensowne założenia, ale efekty niemal żadne wskali kraju. Została uznana za ustawę niemalże polityczną. Z tej ustawy w Olsztynie do tej pory to ewentualnie chyba my będziemy realizować inwestycję przy ul. Emilii Plater.

— Podobno jednym z powodów wysokich cen mieszkań w Olsztynie jest brak terenów inwestycyjnych?

Zgadza się. Jeżeli cena kupowanych przez nas gruntów w przeliczeniu na m² mieszkania, które mogą tam wybudować, wynosi



1000 lub już ponad 1000 zł, to po dołożeniu kosztów budowy dzisiaj mieszkania w Olsztynie nie mogą kosztować poniżej 9000 zł/m².

Drużyna spraw to legislacja. Dane mówią, że w Polsce od zakupu gruntu do uruchomienia sprzedaży musi minąć 5-6 lat. Na tyle odkładamy pieniądze „na półkę”. Pieniądz to także koszt. Legislacja jest ogromnie trudna, to droga przez mękę. Trwa to nawet 8 lat: przejście przez uzyskanie warunków zabudowy, pozwolenia na budowę. Długość wynika też np. z interpretacji przepisów. Co urząd to inna interpretacja. Inny czynnik - kodeks postępowania administracyjnego pozwala tzw. stronom postępowania na bezkarne odwoływanie się. Jest masa przypadków, które można potraktować jako próby wyłudzeń przez strony postępowania jakichś korzyści od inwestora. Najsłynniejszym przykładem tego typu zdarzeń jest Złota 44 w Warszawie. Padł tam jeden z największych deweloperów w Europie, który działał w Europie, a w Polsce sobie nie poradził przez wyłudzenia i wyłudzenia. Nas też to dotyczy w Olsztynie.

Trzeci obszar to dostępność kredytów. Rynek mieszkaniowy nie może być stabilny, jeśli oprocentowanie kredytów opiera się na WIBORZE. Oprocentowanie zmienne dla kogoś, kto zaciąga kredyt na 25-30 lat jest mało atrakcyjne. W praktyce nie wiadomo, jaki będzie koszt obsługi tego kredytu. Wiem, czy stać mnie dzisiaj na tę obsługę, ale nie wiem czy tak będzie za kilka miesięcy, a tym bardziej lat. Problem w tym, że polski system bankowy nie posiada tzw. „długiego pieniądza”. Banki w Polsce nie

dysponują środkami innymi niż pochodzące z depozytów. Jeśli mamy depozyty 1-3-miesięczne, maksymalnie 2-letnie z tych środków banki udzielają kredytów na 30 lat, to mamy pewną formę poświadczenia nieprawdy. Bank oświadcza w umowie kredytowej, że daje klientowi pieniądze na 30 lat, tylko że sam ich nie ma. W świecie zachodnim istnieją mechanizmy finansowe, umożliwiające gromadzenie środków długoterminowych, które są angażowane w sektor nieruchomości. Jeśli u nas się nic nie zmieni, to państwo co chwila będzie wymyślało, jak dołożyć kredytobiorcom ze środków publicznych, żeby w ogóle mieli zdolność kredytową.

Czwarty aspekt wpływający na ceny to ta słynna zdolność kredytowa. Często pytam przedstawicieli banków, co się stało owej nocy, kiedy weszła w życie słynna Rekomendacja S. Naród polski w ciągu jednej nocy stracił 50% zdolności kredytowej. Co się wydarzyło na rynkach? Nic. Może więc chodzi o coś innego? Moim zdaniem jest to metoda na pozbawienie Polaków możliwości nabywania nieruchomości na własność. Pod względem własności wyglądamy imponująco na tle Europy, zwłaszcza zachodniej. Europa może nam tego zazdrościć, bo z tej perspektywy polski naród jest bogatszy od państwa.

— Wiele osób lansuje pomysł mieszkań na wynajem. Po co kupować, skoro można wynajmować, jak np. w Niemczech, gdzie jest 80% mieszkań na wynajem.

- W tamtym systemie ludzie nie mają zdolności kredytowej, nie stać ich na

zakup, więc wynajmują. Wszystko należy analizować i uczyć się na błędach - najlepiej innych, bo najmniej taka nauka kosztuje. Trzeba wychodzić z założenia „umiesz liczyć, liczyć na siebie”. Nie ekscytujmy się tak rozwiązaniami zachodnimi, ponieważ my mamy zupełnie inny „mental”. Polak widzi we własności nieruchomości coś, co mu gwarantuje pewną formę niezależności, stabilność. W mojej ocenie budownictwo mieszkaniowe poszło w Polsce w niewłaściwym kierunku. My, deweloperzy, zaczęliśmy budować drogo, żeby wszystko wyglądało ładnie. Musimy zdecydować, czy chcemy budować w sposób przystępny dla ludzi, czy ma to iść w kierunku „wow”, czyli pierwszego wrażenia. To kosztuje.

— Nikt już nie chce mieszkac w bryle, każdy chce mieszkać ładnie.

Nie musi być brzydki, lecz racjonalnie. Przewiduję, że powierzchnie mieszkań będą się w Polsce zmniejszały, tak jak w świecie zachodnim. W Tokio są mieszkania o pow. 16 m². Japończyków w kraju zamożnym i rozwiniętym technologicznie na więcej nie stać. Można nieco obniżyć standardy części wspólnych, otoczenia budynku. To wcale nie pogorszy walorów użytkowych mieszkania. 90% nabywców mieszkań tymi sprawami kompletnie się nie interesuje. Ludzie się koncentrują na lokalu, na mieszkaniu, a nie na jego otoczeniu. Więc dla kogo my to robimy? Obserwujmy rynek, jego zachowania i odpowiadajmy na jego potrzeby.

Rozmawiał Andrzej Mielnicki
Materiał partnerski 263240TBR-D