

Pijany Ukrainiec rozbił kradzionego citroena na drzewie

STR. 3



Kolejarze tworzyli historię Dęblina. Uroczystości z okazji stulecia PKP

STR. 7

Morsy rozpoczęły sezon



STR. 8

Nr 46 (1187)
17 listopada 2026 r.
cena 4,00 zł (VAT 5%)
www.twojglos.pl
rok XXVII

Jeste[illegible]cebooku TWÓ[illegible]zeta i port[illegible]ryckiego

Numer w[illegible]do 23 li[illegible]

TWÓJ Głos
GAZETA I PORTAL POWIATU RYC[illegible]KIEGO



65 lat Amatora. Uhonorowali zasłużonych dla klubu

STR. 26-27

Z RYK PO ZŁOTO DO USA



Jeszcze kilka lat temu grała w piłkę nożną w Ruchu Ryki. Dziś reprezentuje Polskę w karate tradycyjnym. Z mistrzostw świata w Kairze przywiozła złoto i brąz, a teraz w Waszyngtonie walczy o medal indywidualny

STR. 30

W NUMERZE:

DĘBLIN
Przy Miejskim Domu Kultury trwa budowa bulwarów z niewielkim amfiteatrem STR. 3

POWIAT
Tak oddaliśmy hołd Niepodległej STR. 29





Wybuch na torach. Raport ujawnia, jak blisko było tragedii

STR. 9

Ulica w Rykach propagowała komunizm

STR. 4

REKLAMA

USŁUGI KOMINIARSKIE
FREZOWANIE KOMINÓW
- czyszczenie mechaniczne
- wkłady kominowe
- ceramika izolowana
- odbiory, przeglądy
- sprzedaż pelletu 1550 zł/paleta

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

ISSN 1641-7038 nr indeksu 27805X

eprasa.pl 0cc41dc691

Nowy dowódca w Dęblinie



Decyzję o wyznaczeniu na nowe stanowisko płk. Emil Bołtryk odebrał z rąk ministra MON Władysława Kosiniaka-Kamysza (fot. 4 SLSz Dęblin)

Płk pil. Emil Bołtryk został dowódcą 41 Bazy Lotnictwa Szkolnego. Dotychczas pełnił służbę w Lotniczej Akademii Wojskowej w Dęblinie

Uroczystość odbyła się w siedzibie Ministerstwa Obrony Narodowej w Warszawie. Płk pil. Emil Bołtryk otrzymał decyzję o wyznaczeniu na stanowisko dowódcy 41 Bazy Lotnictwa Szkolnego z rąk wicepremiera, ministra obrony narodowej Władysława Kosiniaka-Kamysza. Wcześniej funkcję tę od lipca 2024 roku pełnił płk pil. Marek Kejna.

Nowy dowódca do tej pory służył w Lotniczej Akademii Wojskowej. Dęblin od lat kojarzony jest z kształceniem lotników, a 41 Baza Lotnictwa Szkolnego to jedna z jednostek budujących tę tradycję. Zmiana na stanowisku dowódcy ma więc znaczenie nie tylko dla garnizonu, lecz także dla miasta i całego powiatu ryckiego.

W opublikowanym wpisie na profilu 4 Skrzydła Lotnictwa Szkolnego nowemu dowódcy pogratulowano objęcia stanowiska. Życzono mu powodzenia w realizacji odpowiedzialnych zadań, sukcesów dowódczych, satysfakcji ze służby oraz wszelkiej pomyślności. Wpis zakończono słowami: „Żołnierskiego szczęścia!".

z

CZTERY MEDALE DLA SERÓW Z RYK

Spółdzielnia Mleczarska Ryki tryumfuje w konkursach Good Cheese 2026 i Smakuje Dzieciom 2026. Sery z Ryk oceniali zarówno zawodowi kucharze, jak i najmłodsi konsumenci



Medale w imieniu całej załogi Spółdzielni Mleczarskiej Ryki podczas Polskiego Kongresu Serowarskiego w Nałęczowie odebrał prezes Patryk Ćwikła (fot. SM Ryki)

Dwa złote, srebrny i brązowy medal trafiły do spółdzielni w dwóch konkursach. W Good Cheese sery oceniali profesjonalni kucharze i szefowie kuchni. Brali pod uwagę smak, jakość i możliwości wykorzystania produktu w kuchni. W konkursie „Smakuje Dzieciom" głos mieli najmłodsi.

GOOD CHEESE 2026 - OCENY SZEFÓW KUCHNI

Złoty medal w kategorii „Debiuty" zdobył KremSer z papryką słodką i chili. Jurorzy docenili jego smak, aksamitną konsystencję i szerokie zastosowanie w kuchni. KremSer powstaje w całości z naturalnych składników, bez konserwantów i sztucznych dodatków. Sprawdza się jako smarowidło do pieczywa, dip, nadzienie czy baza do sosów, a także jako dodatek do dań na ciepło i na zimno.

Brązowy medal w kategorii „Ser na deskę" otrzymał Ramzes. Jurorów przekonał wyrazistym smakiem i charakterystycznym aromatem. Według producenta dobrze wypada zarówno na desce serów, jak i w bardziej wymyślnych kompozycjach kulinarnych.

SMAKUJE DZIECIOM 2026 - WYBÓR NAJMŁODSZYCH

Złoty medal w kategorii „Dobre śniadanie" zdobył Rycki Edam, flagowy ser spółdzielni, od lat obecny na polskich stołach. Powstaje z mleka od lokalnych dostawców i ma prosty skład oraz łagodny, zrównoważony smak. Producent poleca go na kanapki, tosty i do szkolnej śniadaniówki. Dla spółdzielni to szczególnie cenne wyróżnienie, bo przyznały je dzieci.

Srebrny medal w kategorii „Do plecaka" zdobył KremSer. Dzięki naturalnemu składowi i kremowej konsystencji nadaje się do drugiego śniadania i szybkich przekąsek. To jego drugie wyróżnienie w tegorocznych konkursach.

- To dla nas wyjątkowe potwierdzenie, że jakość, którą tworzymy każdego dnia, przekłada się na smak doceniany przez kolejne pokolenia konsumentów - cieszy się załoga Spółdzielni Mleczarskiej Ryki.

PONAD 100 LAT RYCKIEJ TRADYCJI MLECZARSKIEJ

Początki Spółdzielni sięgają 1926 roku, kiedy kilku gospodarzy podjęło wspólną decyzję, by tworzyć coś więcej niż tylko mleko. Od tamtej pory spółdzielnia opiera się na współpracy z lokalnymi dostawcami, którzy dbają o jakość surowca już na etapie gospodarstw. Producent łączy dziś sprawdzone receptury z nowoczesnymi technologiami produkcji.

Zdaniem spółdzielni cztery medale w dwóch konkursach pokazują siłę jej oferty. - Dbałość o jakość surowca już na etapie gospodarstw, sprawdzone receptury oraz nowoczesne technologie produkcji pozwalają nam tworzyć sery, które odpowiadają na różnorodne potrzeby i gusta konsumentów - czytamy na stornie SM Ryki.

Szukał pomocy, stracił 6 tysięcy

33-latek z powiatu ryckiego chciał skorzystać z pomocy doradcy w załatwieniu kredytu

Rzekomy specjalista stopniowo wyłudzał od niego kolejne przelewy. Policja ostrzega przed fałszywymi doradcami finansowymi.

Przestępcy stosują coraz bardziej wymyślne metody, by wyłudzić oszczędności. Do Komendy Policji w Rykach zgłosił się 33-letni mężczyzna, który poinformował, że został oszukany i stracił 6 tysięcy złotych.

Wszystko zaczęło się od ogłoszenia na jednym z portali internetowych. Mężczyzna chciał zaciągnąć kredyt i szukał doradcy finansowego, który pomoże mu go uzyskać oraz przejść przez wszystkie formalności. Przeglądając oferty, nawiązał kontakt z jedną z osób. Po krótkiej rozmowie rozmówca stwierdził jednak, że nie podejmie się tego zadania.

Po zakończeniu tej rozmowy 33-latek odebrał telefon od innego mężczyzny, który zaproponował mu pomoc w uzyskaniu kredytu. Zgłaszający przystał na ofertę i przekazał swoje dane osobowe. Koszt usługi rzekomego doradcy miał wynieść 5 tysięcy złotych. Mężczyzna przelał na wskazane konto część tej kwoty informując, że w danej chwili dysponuje jedynie takimi środkami.

Fałszywy doradca zaproponował wówczas, że pożyczy mu brakujące 2 tys. zł. Po pewnym czasie pieniądze wpłynęły na konto pokrzywdzonego, który następnie przelał je na rachunek wskazany przez rozmówcę.

Doradca zapewniał, że kredyt zostanie przyznany, jednak do jego sfinalizowania potrzebne będą kolejne środki. 33-latek zaproponował osobiste spotkanie, ale oszust nie stawił się w umówionym miejscu i poprosił o przelanie pieniędzy na wskazane przez siebie konto. Mężczyzna zgodził się i przelał kolejne 3 tys. zł. Do spotkania ostatecznie nie doszło.

z

REDAGUJE ZESPÓŁ:
Michał Gawryołek - red. naczelny, sekretarz redakcji, tel. 505 049 181, e-mail: michal@twojglos.pl
Zbigniew Jończyk - z-ca red. naczelnego, tel. 505 049 182, e-mail: jon.tg@op.pl
Tomasz Kępka - tel. 511 192 743, e-mail: tomaszkepka@twojglos.pl
Mariusz Nastalski - sport, tel. 502 443 010, e-mail: sport@twojglos.pl
DZIAŁ REKLAMY: tel. 503 993 383, e-mail: reklama@twojglos.pl
WSPÓŁPRACUJĄ: asp. sztab. Agnieszka Marchlak (kronika policyjna), **mł. bryg. Jarosław Lasek** (kronika strażacka)
SKŁAD I ŁAMANIE: Michał Gawryołek, Marcin Sadura
WYDAWCA: Firma Wydawnicza Michał Gawryołek, ul. Szkolna 1, 08-500 Ryki
DRUK: Ringier Axel Springer Polska Sp. z o.o., nakład 2850 egz.
REDAKCJA: ul. Szkolna 1, 08-500 Ryki, tel. 510 332 855, e-mail: redakcja@twojglos.pl

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

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

eprasa.pl 0cc41dc691

BULWARY WIŚLANE PRZY MDK W BUDOWIE

Prace ziemne już się zakończyły, a nad Wisłą powstają pierwsze elementy nowych obiektów. Przy Miejskim Domu Kultury w Dęblinie trwa budowa bulwarów z niewielkim amfiteatrem, miejscami do wypoczynku i zejściem do rzeki



Postęp prac najbardziej widać na przykładzie amfiteatru przy siedzibie Miejskiego Domu Kultury. Obiekt powoli „wyłania się" z ziemi (fot. Anna Zaczek)

Na realizację zadania miasto pozyskało 2,3 mln zł dofinansowania z funduszy europejskich. Umowę podpisano 15 marca 2026 roku w Urzędzie Marszałkowskim w Lublinie. Całkowity koszt przedsięwzięcia wynosi nieco ponad 3 mln zł.

Prace przy Miejskim Domu Kultury są już zaawansowane. Wykonawcy bulwarów oraz slipu zostali wyłonieni, a na placu budowy widać pierwsze efekty robót. W ubiegłym tygodniu betonowano schody prowadzące do Wisły. Gotowa jest również ziemna część przyszłego amfiteatru. - *Myślę, że wiosną inwestycja powinna być zakończona i będziemy mogli oddać ją społeczeństwu* - mówi burmistrz Dęblina Roman Bytniewski.

AMFITEATR NA 250 OSÓB

W ramach inwestycji przy MDK powstanie niewielki amfiteatr o lekkiej konstrukcji, z miejscami dla około 250 widzów. W jego otoczeniu zaplanowano stoły, ławki, urządzenia do zabawy dla dzieci oraz elementy służące aktywnemu wypoczynkowi.

Przebudowane zostaną również ścieżki spacerowe i nawierzchnie. Nad samą rzeką powstaną schody prowadzące do wody oraz slip z ruchomym pomostem, który ma ułatwić korzystanie z Wisły osobom pływającym łodziami i kajakami. - *Będzie to bardzo ładne, klimatyczne miejsce, wyremontowane, wizualnie ładnie wyglądające* - podkreśla burmistrz.

Nie wszystkie prace przebiegają jednak zgodnie z pierwotnymi założeniami. Zmian wymaga projekt slipu. - *Slip trzeba przeprojektować, bo ruchomy pomost musi być solidniej zakotwiczony w ziemi* - wyjaśnia Roman Bytniewski.

KAJAKARZE CZEKAJĄ NA NOWE ZEJŚCIE DO RZEKI

Na odbudowę infrastruktury nad Wisłą czekają m.in. kajakarze. Janusz Mońka przypomina, że dawną pochylnię budowano jeszcze w latach 60. i 70. ubiegłego wieku. - *Niewiele już z jej konstrukcji się zachowało. Wykruszyła się i zasypała. Dobrze, że powstanie nowe nabrzeże, tylko trzeba czekać na odpowiednio niski stan rzeki, by zacząć cokolwiek robić* - mówi.

Jego zdaniem nowe miejsce do wodowania sprzętu może zachęcić kajakarzy do częstszych wizyt w Dęblinie. Obecnie problemem jest nie tylko stan dawnej pochylni, ale także brak dogodnego miejsca, w którym można zatrzymać samochód i przygotować kajak do spływu.

W PLANACH KOLEJNY ODCINEK NABRZEŻA

Burmistrz przyznaje, że teren nad Wisłą przez wiele lat nie doczekał się większych inwestycji. Miasto chce to zmienić, wykorzystując położenie Dęblina nad dwiema rzekami - Wisłą i Wieprzem.

- *Wisła na odcinku wzdłuż MDK jest bardzo zaniedbana. Od lat nie było tu robionych żadnych inwestycji. Dawne nabrzeże uległo całkowitej degradacji, a osoby pływające łódkami mówią, że tak zniszczonego nabrzeża jak w Dęblinie nie ma nigdzie w okolicy* - przyznaje Roman Bytniewski.

Samorząd planuje również remont kolejnego fragmentu nabrzeża, o długości około 50-60 metrów. To jednak osobne zadanie, na którego realizację trzeba będzie jeszcze poczekać.

Na razie priorytetem jest dokończenie budowy bulwarów przy MDK. Po zakończeniu prac mieszkańcy mają zyskać nowe miejsce do spacerów, wypoczynku i organizowania wydarzeń plenerowych, a miłośnicy sportów wodnych - wygodniejszy dostęp do Wisły.

Tomasz Kępka

Pijany Ukrainiec rozbił kradzionego citroena na drzewie

Ponad 1,5 promila alkoholu w organizmie miał 22-letni obywatel Ukrainy, który uderzył samochodem w drzewo na ulicy Stawskiej w Dęblinie. Mężczyzna nie miał uprawnień do kierowania, a samochód zabrał bez wiedzy i zgody właściciela



22-latek został zatrzymany i trafił do policyjnego aresztu. Usłyszał zarzuty kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwości oraz zaboru samochodu osobowego w celu krótkotrwałego użycia. Przyznał się do zarzucanych mu czynów (fot. KPP Ryki)

Była noc z piątku na sobotę. Przed godziną 3:00 dęblińscy policjanci dostali zgłoszenie o zdarzeniu drogowym na ulicy Stawskiej. Z informacji wynikało, że samochód osobowy uderzył w drzewo.

Na miejscu natychmiast skierowano patrol. Tam policjanci zastali uszkodzonego citroena, ale nie zastali kierowcy. Podczas wykonywania czynności przyjechał holownik, który miał odholować rozbity samochód. Policjanci prowadzili dalsze ustalenia i ustalili mężczyznę, który kierował autem. 22-latek sam pojawił się na miejscu zdarzenia.

PONAD 1,5 PROMILA I BRAK UPRAWNIEŃ

Funkcjonariusze wyczuli od niego silną woń alkoholu. Badanie alkomatem wykazało w jego organizmie ponad 1,5 promila.

Okazało się też, że mężczyzna nie ma wymaganych uprawnień do kierowania pojazdami. Samochód, którym jechał, nie należał do niego. Jak ustalili policjanci, zabrał go bez wiedzy i zgody właściciela na terenie Dęblina.

ZARZUTY I WNIOSEK O POWRÓT NA UKRAINĘ

22-latek został zatrzymany i trafił do policyjnego aresztu. W dalszych czynnościach procesowych potwierdziły się wstępne ustalenia policjantów. Usłyszał zarzuty kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwości oraz zaboru samochodu osobowego w celu krótkotrwałego użycia. Przyznał się do zarzucanych mu czynów.

Dodatkowo, zgodnie z przepisami ustawy o cudzoziemcach, mężczyznę doprowadzono do placówki Straży Granicznej. Policja przekazała tam wniosek o zobowiązanie go do powrotu do kraju pochodzenia oraz o wydalenie z terytorium Rzeczypospolitej Polskiej.

Kolizja na skrzyżowaniu

RYKI 9 listopada na skrzyżowaniu ul. Słowackiego i Przemysłowej zderzyły się dwa samochody. Z ustaleń policjantów wynika, że 23-letni mieszkaniec Lublina, kierujący renault, nie udzielił pierwszeństwa przejazdu 61-letniemu mieszkańcowi powiatu ryckiego, jadącemu mitsubishi. Nikt nie odniósł obrażeń, obaj kierujący byli trzeźwi i mieli uprawnienia do kierowania pojazdami. Okoliczności zdarzenia wyjaśnia policja.

Policjanci apelują do kierowców o rozwagę i ostrożność za kierownicą.

eprasa.pl 0cc41dc691

ULICA W RYKACH ZMIENIŁA NAZWĘ, BO PROPAGOWAŁA KOMUNIZM

Ulica Janusza Wierusz-Kowalskiego w Rykach będzie nosiła nazwę „Kowalskiego". Wniosek o zmianę złożyło ryckie koło Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej. Instytut Pamięci Narodowej uznał go za zasadny, powołując się na ustawę o zakazie propagowania komunizmu



Ulica Janusza Wierusz-Kowalskiego nie jest pierwszą w Rykach, której nazwę zmieniono ze względu na ustawę dekomunizacyjną i wcześniejsze dyskusje o nazewnictwie

Uchwałę zmieniającą dotychczasową nazwę ulicy „Janusza Wierusz-Kowalskiego" na „Kowalskiego" na osiedlu Jana Pawła II poparli wszyscy radni obecni na sesji. Zmiana wejdzie w życie po upływie 14 dni od ogłoszenia uchwały w Dzienniku Urzędowym Województwa Lubelskiego.

WNIOSEK KOŁA ŚZŻAK

Wniosek wpłynął do burmistrza na początku 2026 roku. Koło ŚZŻAK w Rykach wskazało w nim Janusza Wierusz-Kowalskiego jako postać dobrze znaną mieszkańcom. Był on siostrzeńcem żony doktora Franciszka Kowalskiego, Konstancji z Lisickich, a następnie ożenił się z mieszkanką Ryk, córką dziedzica Jarmoły. Przed wojną miał być działaczem harcerskim i harcmistrzem. W czasie okupacji zamieszkał w domu doktora Kowalskiego w Rykach. Autorzy wniosku zwracają uwagę na kontrowersje wokół jego działalności w czasie wojny. Twierdzą, że w 1940 roku otworzył w domu kasyno dla Niemców i prowadził je przez całą okupację. W czerwcu 1944 roku został aresztowany przez gestapo wraz z innymi członkami konspiracji. Według wnioskodawców po miesiącu wrócił do domu cały i zdrowy, a pozostali więźniowie byli torturowani i zostali zamordowani.

Po wojnie, jak czytamy we wniosku, z nadania władz komunistycznych został starostą powiatowym w Garwolinie. Z ramienia Polskiego Komitetu Wyzwolenia Narodowego miał uruchamiać tam instytucje państwowe, zabezpieczać mienie i koordynować działalność milicji. Później był posłem Krajowej Rady Narodowej i posłem na Sejm Ustawodawczy, ławnikiem Najwyższego Trybunału Narodowego oraz radcą w Ministerstwie Administracji Publicznej.

W ocenie Koła ŚZŻAK ulica w Rykach nie powinna nosić imienia przedstawiciela komunistycznej władzy z okresu stalinizmu. Wnioskodawcy zwrócili uwagę, że to niewielka uliczka, przy której stoją domy prywatne, więc zmiana nazwy nie powinna sprawić większych kłopotów. Zaproponowali nazwy związane z innymi przedstawicielami rodu: malarza realisty Alfreda Wierusz-Kowalskiego albo teologa Jana Wierusz-Kowalskiego. Tego typu zmiany byłyby, jak napisali, mniej bolesne.

POTWIERDZENIE Z IPN

Do sprawy odniósł się również Instytut Pamięci Narodowej. W piśmie podpisanym przez dyrektora Oddziałowego Biura Upamiętniania Walk i Męczeństwa w Lublinie Adama Siwka napisano, że wniosek należy uznać za zasadny. Zdaniem IPN nazwa ulicy jest sprzeczna z ustawą z 1 kwietnia 2016 roku o zakazie propagowania komunizmu lub innego ustroju totalitarnego przez nazwy jednostek organizacyjnych, budowli, obiektów i urządzeń użyteczności publicznej oraz pomniki.

Lubelski oddział Instytutu potwierdził, że w okresie powojennym Janusz Wierusz-Kowalski pełnił szereg funkcji w strukturach komunistycznego państwa. W archiwum IPN odnaleziono ponadto materiały wskazujące na jego współpracę z organami bezpieczeństwa komunistycznego państwa. Według zachowanych zapisów ewidencyjnych został zarejestrowany jako tajny współpracownik o pseudonimie „Henryk". Pozyskanie miało nastąpić 8 czerwca 1948 roku. Dokumentacja miała obejmować trzy teczki pracy, które zostały zniszczone. Wyrejestrowanie nastąpiło w związku ze śmiercią mieszkańca Ryk 17 stycznia 1964 roku.



Pomnik „utrwalaczy" władzy ludowej został zlikwidowany został wiosną 2013 roku, po blisko 6 latach, od kiedy radni podjęli uchwałę w tej sprawie

MIESZKAŃCY ULICY ZA ZMIANĄ

Zdanie mieszkańców zbadał sołtys Wojciech Szmigiel, który jest jednocześnie radnym Rady Miejskiej w Rykach. Za zmianą nazwy na „Kowalskiego" opowiedziała się większość mieszkańców, czyli pięć z sześciu posesji przy tej ulicy. Uzasadniali to ułatwieniem w załatwianiu spraw administracyjnych. Dodali, że to jedno z popularniejszych nazwisk. Mieszkańcy jednej posesji byli przeciw, bo obawiali się kosztów wymiany dokumentów osobistych.

TO NIE PIERWSZA TAKA ZMIANA W RYKACH

Ulica Janusza Wierusz-Kowalskiego nie jest pierwszą w Rykach, której nazwę zmieniono ze względu na ustawę dekomunizacyjną i wcześniejsze dyskusje o nazewnictwie. Kwestia nazw ulic i osiedli związanych z komunistycznymi działaczami wielokrotnie wracała w dyskusjach na sesjach rady miejskiej. Przez wiele lat funkcjonowały tu nazwy Janka Krasickiego, Hanki Sawickiej, gen. Karola Świerczewskiego.

W latach 1994-99 Rada Miejska w Rykach podjęła 6 uchwał zmieniających nazwy dotychczas istniejące na nowe. Pojawiły się ulice: Aleja księdza Jana Rozwadowskiego (część alei Spacerowej), Aliny (funkcjonowała jako ul. Projektowana), Józefa Piusa Dziekońskiego (część ul. 22 Lipca), 15 Pułku Piechoty Wilków AK (dawniej ul. Kwiatowa-Graniczna), Stawowa (dawniej Kolonia Swatowska - rozszerzono nazwę na łącznik pomiędzy istniejącą ul. Stawową a Okopową. Najpoważniejszą jednak zmianą, która zrywała z peerelowską przeszłością była zmiana nazwy ulicy XXX-lecia PRL na Jana Pawła II.

W dalszym ciągu jednak funkcjonowało kilka nazw ulic, które składały hołd budowniczym jednego z najbardziej zbrodniczych systemów. Po 1989 roku, po tym jak niektórzy ogłosili, że w Polsce upadł komunizm wraz z przemianami ustrojowymi przez cały kraj przetoczyła się fala zmian w nazewnictwie nie tylko ulic, ale również szkół, zakładów pracy itp. Nurt ten niestety omijał Ryki. Do kolejnej zmiany nazwy ulicy doszło w 2005 roku, a sposobnością do tego okazało się odejście Jana Pawła II. Ulica 22 Lipca zyskała nową nazwę Karola Wojtyły.

KOLEJNE ULICE I POMNIK

Na kolejne zmiany trzeba było czekać kilka lat. Pod koniec 2014 roku zmieniły się nazwy czterech osiedli. Osiedle Świerczewskiego na Działki. Od tamtej pory nie ma również osiedla XXX-lecia PRL - jest Jana Pawła II. Swoje nazwy zmieniły również osiedla 22 Lipca Spółdzielcze i 22 Lipca Rady Narodowe. Pierwsze nazywa się Karola Wojtyły Spółdzielcze, a drugie Karola Wojtyły.

W 2017 doszło do kolejnych zmian. Po konsultacjach społecznych ulicę Janka Krasickiego zmieniono na Ignacego Krasickiego, Hanki Sawickiej na Świerkową, natomiast Świerczewskiego na Kwiatową.

Długo też trwała „walka" o usunięcie z parku miejskiego pomnika ku czci 34 członków i funkcjonariuszy organizacji komunistycznych, m.in. UB i ORMO. Zlikwidowany został wiosną 2013 roku, po blisko 6 latach od kiedy radni podjęli uchwałę w tej sprawie.

Zbigniew Jończyk

eprasa.pl 0cc41dc691

PÓŁMETEK KADENCJI: CZAS ROZLICZEŃ, NIE OBIETNIC

2,5 roku temu wójtowie, burmistrzowie i radni złożyli ślubowanie, rozpoczynając kadencję 2024-2029. Dziś tyle samo czasu upłynęło od wyborów, ile zostało do kolejnych. To dobry moment, by sprawdzić, co z zapowiedzi kampanijnych udało się zrealizować. Na początek w gminie Ryki



Największą satysfakcję burmistrzowi przynosi rozwój infrastruktury, przede wszystkim drogowej, zaniedbywanej w gminie przez wiele lat

Radni oceniają

Tomasz Kujda,
przewodniczący Rady Miejskiej w Rykach
Dotychczasowe działania Pana Burmistrza Jarosława Żaczka zasługują na pozytywną ocenę. Widać wyraźne zaangażowanie w rozwój naszego miasta i gminy, skuteczną realizację zaplanowanych inwestycji oraz dbałość o poprawę estetyki i funkcjonalności przestrzeni publicznej. Na szczególne wyróżnienie zasługuje sprawne pozyskiwanie funduszy zewnętrznych, co bezpośrednio przekłada się na widoczne zmiany w infrastrukturze oraz otwartość na inicjatywy społeczne i lokalne wydarzenia integrujące mieszkańców.

Ocena: 5+

Władysław Miszczak,
radny i sołtys osiedla Stare Miasto w Rykach
Działania burmistrza należny ocenić pozytywnie w zakresie inwestycji drogowych, rewitalizacji parków, budowy skateparku czy trwającej budowy dwóch bloków w ramach SIM. Na minus można ocenić niedobór nowych inwestorów tworzących miejsca pracy. Oczywiście nie zależy to tylko od burmistrza. Z kolei dobrze oceniam rezygnację z budowy sortowni odpadów. Negatywnie brak rozwiązania sprawy gromadzenia odpadów przy ulicy Kanałowej. Z perspektywy sołtysa zwracam też uwagę na powolną realizację niektórych lokalnych zadań.

ocena: 4

W wyborach w 2024 roku na burmistrza Ryk wystartowało troje mocnych kandydatów. To sugerowało II turę. A jednak wyborcy zdecydowali inaczej i wszystko wyjaśniło się w pierwszym głosowaniu. Uzyskując blisko 54% poparcia głosujących burmistrzem trzeci raz z rzędu został Jarosław Żaczek. Niespodzianka? Chyba większą było to, że drugie miejsce zajęła Joanna Gąska, która z kolei zdecydowanie wyprzedziła Grzegorza Kapustę.

Dziś jednak przyszedł czas nie na to by wspominać kto wygrał, ale jak realizowane są wyborcze obietnice. Burmistrz Ryk ocenia, że praktycznie wszystkie zadania z programu zostały już podjęte, choć są na różnych etapach. – *Część jest już ukończona, część w realizacji, nad niektórymi wnioskami o dofinansowanie trwa ocena, a pozostałe przedsięwzięcia są projektowane* – mówi Jarosław Żaczek.

DROGI, ŻŁOBEK, REWITALIZACJA

Największą satysfakcję burmistrzowi przynosi rozwój infrastruktury, przede wszystkim drogowej, zaniedbywanej w gminie przez wiele lat. Do ważnych przedsięwzięć zalicza też rozbudowę żłobka oraz kończącą się rewitalizację miasta. – *Do zakończenia rewitalizacji pozostało jedno osiedle: Słowackiego, w części jednorodzinnej* – dodaje.

Za największą inwestycję gminy burmistrz uznaje uzbrojenie terenów inwestycyjnych, warte ponad 33 mln zł. Projekt obejmuje budowę dróg i ulic, kanalizacji deszczowej i sanitarnej oraz część oświetlenia ciągów pieszo-rowerowych, m.in. w rejonie ulic Kochanowskiego, Granicznej, Budowlanej, Fabrycznej, Przemysłowej i Kolejowej. – *To największa inwestycja gminy, ważna zarówno dla komunikacji, jak i dla rozwoju gospodarczego Ryk* – mówi burmistrz.

Potężnym przedsięwzięciem jest również projekt parasolowy o wartości ponad 62 mln zł obejmujący instalacje odnawialnych źródeł energii dla mieszkańców i budynków publicznych. Gmina Ryki jest jego liderem i realizuje go wspólnie z gminami Kłoczew i Nowodwór. Trwa ocena ofert w przetargu, a gmina wybiera inspektora nadzoru. – *Mam nadzieję, że projekt ruszy i uda się go ukończyć w terminie* – zaznacza burmistrz. To połowa przyszłego roku.

FINANSE: NIEKORZYSTNE ZMIANY, ALE MNIEJSZE ZADŁUŻENIE

Burmistrz krytycznie ocenia nowe zasady finansowania samorządów, obowiązujące od 2025 r. – *Zmiany w ustawie pogorszyły sytuację gmin takich jak Ryki. Dochody z udziałów w PIT i CIT oraz środki na oświatę są mniej korzystne niż wcześniej, a nowe zasady trudno przejrzyście ocenić* – mówi Jarosław Żaczek. Wskaźniki zadłużenia gminy ocenia jako korzystne na tle podobnych samorządów. – *Od 2022 roku nie zaciągnęliśmy żadnych nowych pożyczek ani kredytów i regularnie spłacamy wcześniejsze zobowiązania* – wyjaśnia burmistrz. Na koniec 2026 r. zadłużenie gminy ma wynieść poniżej 15 mln zł.

DEMOGRAFIA: PROBLEM NIE TYLKO RYK

Spadek liczby mieszkańców burmistrz wiąże głównie z ujemnym przyrostem naturalnym, a nie z migracją. – *To problem nie tylko Ryk, ale wielu miejscowości w Polsce i w Europie. U nas wynika w większym stopniu z różnicy między liczbą zgonów a urodzeń niż z wyjazdów. Skutki widać m.in. w szkołach i przedszkolach* – ocenia burmistrz.

Gmina chce poprawiać warunki życia i pracy oraz wykorzystywać dobre połączenia drogowe i kolejowe. Burmistrz zwraca uwagę, że osoby przenoszące się z miasta do okolicznych miejscowości nadal pozostają mieszkańcami gminy Ryki. Ubytek ludności ocenia jako na razie mniej dotkliwy niż w niektórych innych samorządach.

RADA MIEJSKA I MIESZKAŃCY

Współpracę z radnymi burmistrz określa jako dobrą. – *Od początku kadencji mogę liczyć na wsparcie i zrozumienie części radnych. Jest też opozycja o zróżnicowanych postawach, od odpowiedzialnej i obiektywnej krytyki po negowanie podejmowanych działań* – mówi Jarosław Żaczek. Mieszkańcy natomiast zgłaszają się z bieżącymi sprawami: dotyczącymi inwestycji, planu ogólnego, zmian planu zagospodarowania przestrzennego czy estetyki miasta. – *Staramy się reagować na problemy i uwzględniać uwagi mieszkańców* – zapewnia burmistrz.

PRIORYTETY NA DRUGĄ POŁOWĘ KADENCJI

Do najważniejszych projektów burmistrz zalicza zagospodarowanie stawu Buksa. Gmina przygotowuje teren, ale nadal nie ma tytułu prawnego do nieruchomości. – *Utworzenie tam miejsca rekreacyjnego i turystycznego mogłoby stać się impulsem rozwojowym dla miasta i całej gminy* – uważa Jarosław Żaczek. Po zakończeniu prac drogowych w Rykach pozostanie jeszcze wiele takich zadań na terenach gminnych. – *Ich realizacja może być trudniejsza, bo mamy ograniczone możliwości pozyskania środków zewnętrznych i będziemy musieli więcej finansować z budżetu gminy* – zaznacza burmistrz.

Gmina zamierza nadal ubiegać się o dofinansowanie budowy boiska przy Szkole Podstawowej nr 2. Rozpoczął się też wybór wykonawcy projektu modernizacji stadionu miejskiego. Za kolejny ważny cel kadencji burmistrz uznaje pełną realizację projektu parasolowego dla mieszkańców i uczestniczących gmin.

Burmistrz chciałby też w większym stopniu zadbać o porządek, czystość i ukwiecenie ulic. – *Chcemy utrzymać tempo zmian i poprawiać jakość przestrzeni, w której żyjemy* – mówi Jarosław Żaczek. Wspomina także o wniosku o kompleksową modernizację ulicy Poniatowskiego, obejmującą infrastrukturę wodno-kanalizacyjną i samą nawierzchnię ulicy.

Zbigniew Jończyk

eprasa.pl 0cc41dc691

W BLASKU POCHODNI WSPOMINALI ZMARŁYCH

Ponad 60 osób przyszło po zmroku na stary cmentarz parafialny w Rykach, by poznać historie ludzi, którzy przed laty tworzyli życie miasta



Uczestnicy szli za pochodniami niesionymi przez młodzież i zatrzymywali się przy wybranych grobach znanych mieszkańców Ryk i okolic (fot. Towarzystwo Przyjaciół Ryk)

7 listopada na starej części cmentarza parafialnego w Rykach odbyły się pierwsze „Historyczne Zaduszki w Świetle Pochodni". Pomysłodawcami wydarzenia byli Michał Mierzwiński i Bogumiła Porowska, a w jego organizację włączyło się Towarzystwo Przyjaciół Ryk. - *Coraz popularniejsze stały się różne nietypowe spotkania, jak choćby nocne zwiedzanie miast lub nekropolii z pochodniami. Postanowiliśmy wzorować się na tym pomyśle i spróbować przejść nocą przez cmentarz w Rykach* - mówi Michał Mierzwiński. Pomysł spotkał się z zainteresowaniem mieszkańców. Na wieczorny spacer po cmentarzu przyszło ponad 60 osób.

SPACER Z MODLITWĄ I PIEŚNIĄ

Uczestnicy spotkali się przy pierwszej bramie starej części cmentarza, gdzie powitała ich Hanna Witek, prezes Towarzystwa Przyjaciół Ryk. - *Gromadzimy się na cmentarzu, gdzie czas zwalnia swój bieg, a ludzka pamięć dotyka wieczności. W te dni zadusznowe przynosimy ze sobą znicze i kwiaty, ale przede wszystkim to, co najcenniejsze - nasze stęsknione serca* - mówiła.

Młodzież z pochodniami prowadziła uczestników wzdłuż głównej alei cmentarza. Grupa zatrzymywała się przy grobach osób, które zapisały się w historii Ryk i okolic. - *Spoczywają tu ci, którzy przed laty budowali nasz wspólny dom. Ludzie stąd, ci którzy uprawiali tę ziemię, pracowali, wychowywali dzieci, uczyli w tutejszych szkołach, tworzyli i chronili historię, pochylali się nad chorymi jako lekarze i prowadzili nas jako kapłani* - przypominała Hanna Witek.

Biogramy wybranych postaci odczytywali pomysłodawcy wydarzenia oraz członkowie Towarzystwa Przyjaciół Ryk. Wspomnienia przeplatano modlitwą prowadzoną przez ks. Sławomira Ochnika i pieśniami.

Uczestnicy poznawali historie nauczycieli, lekarzy, duchownych, żołnierzy, społeczników i dawnych właścicieli majątków. Dla wielu była to okazja, by dowiedzieć się więcej o osobach pochowanych pod nagrobkami, które mijają podczas wizyt na cmentarzu.

Wśród obecnych byli uczniowie Publicznej Szkoły Podstawowej nr 2 im. Jana Pawła II w Rykach, młodzi mieszkańcy miasta oraz członkowie i sympatycy Towarzystwa Przyjaciół Ryk.

Organizatorzy planują kolejne spotkania w następnych latach. Mają być poświęcone innym postaciom związanym z historią miasta, m.in. żołnierzom z okresu II wojny światowej.

Tomasz Kępka

Uczestnicy „Historycznych Zaduszek" wspominali:

Władysława Bełdygę - nauczyciela i żołnierza, Aleksandra Skrzyneckiego - właściciela cegielni, Józefa Karasińskiego i jego syna Eugeniusza, który zginął w 1920 roku pod Kamionką, Ryszarda Celińskiego - posła na Sejm, dyrektora Hortexu i przewodniczącego Rady Miejskiej w Rykach, Zofię Celińską - farmaceutkę, Antoniego Żaczka i Józefa Kierzkowskiego - członków Polskiej Organizacji Wojskowej, Władysława Jarmołę - właściciela majątku w Rykach, ks. Mariana Piotrowskiego - proboszcza ryckiego, ks. Jana Rozwadowskiego - budowniczego kościoła w Rykach i proboszcza, Krystynę Wojewodę - stomatolog, Ksawerego Wojewodę - nauczyciela, ks. dr. Józefa Księżopolskiego - proboszcza ryckiego, Janinę Godlewską - nauczycielkę i członkinię Armii Krajowej, Grzegorza Wojtkowskiego - nauczyciela i kierownika szkoły w Rykach, dr. Stanisława Jagusza - naukowca, Wiktora i Józefa Konarzewskich - dzierżawców majątku Ryki, Romana Makarewicza - urzędnika, Andrzeja Chaciewicza - właściciela majątku w Zalesiu, ks. Bolesława Zielenieckiego, Józefa Mystkowskiego - aptekarza, Adama Smoleńskiego - dyrektora rybactwa w Rykach, Adelę Nosowską - działaczkę społeczną i regionalistkę oraz Józefa Prokurata - nauczyciela, założyciela i kierownika szkoły w Rykach.

Odeszli od nas



23 października 2026r. zmarł
Jacek Roman BŁACHNIO
ze Swat
przeżył 45 lat

4 listopada 2026 r. zmarł
Stanisław NOJEK
z Kleszczówki
przeżył 78 lat

5 listopada 2026 r. zmarł
Dariusz DZIĘCIOŁ
z Ryk
przeżył 65 lat

6 listopada 2026r. zmarła
Gabryela PIEŃKOSZ
ze Starego Zadybia
przeżyła 97 lat

8 listopada 2026r. zmarła
Wiktoria FILIPEK
z Sosnówki
przeżyła 69 lat

9 listopada 2026r. zmarł
Marian ŁUGOWSKI
z Wylezina
przeżył 76 lat

9 listopada 2026 r. zmarł
Andrzej SYCHA
z Ryk
przeżył 61 lat

11 listopada 2026 r. zmarł
Stanisław CĘKIEL
z Dęblina
przeżył 77 lat

13 listopada 2026 r. zmarła
Maria Agnieszka ŻACZEK
z Ryk
przeżyła 55 lat

14 listopada 2026 r. zmarł
Stanisław KALBARCZYK
z Dęblina
przeżył 90 lat

14 listopada 2026 r. zmarł
Marcin SYCH
z Ryk
przeżył 51 lat

eprasa.pl 0cc41dc691

KOLEJARZE TWORZYLI HISTORIĘ DĘBLINA

Dęblin uczcił 100-lecie Polskich Kolei Państwowych. Przypomniano historię dęblińskiego węzła kolejowego, który przez dziesięciolecia był jednym z najważniejszych miejsc pracy w mieście



W kościele stanęły poczty sztandarowe Związku Zawodowego Maszynistów PKP Cargo Dęblin, Związku Zawodowego Maszynistów Kolejowych w Polsce - Koleje Mazowieckie oraz Ogólnopolskiego Związku Zawodowego Pracowników Transportu - Międzyzakładowej Organizacji Związkowej w Warszawie. Swoje sztandary wystawili także Starostwo Powiatowe w Rykach i Zespół Szkół Zawodowych nr 1 im. Franciszka Kleeberga w Dęblinie. Obecny był również historyczny sztandar „Solidarności" Kolejarzy Węzła Dęblin

W niedzielę, uroczystą Mszą św. uczczono 100-lecie Polskich Kolei Państwowych. W kościele Chrystusa Miłosiernego, wybudowanym niedaleko miejsca, gdzie kiedyś stała lokomotywownia, modlili się kolejarze, emeryci PKP, samorządowcy i delegacje ze sztandarami. Z okazji jubileuszu starosta rycki i burmistrz Dęblina dziękowali ludziom, którzy przez pokolenia tworzyli dęblińską kolej.

MODLITWA ZA KOLEJARZY I PODRÓŻNYCH

Uroczystość odbyła się w asyście pocztów sztandarowych. Modlono się za rządzących krajem oraz osoby odpowiedzialne za rozwój infrastruktury kolejowej, by podejmowali mądre decyzje służące dobru wspólnemu, nowoczesności i bezpieczeństwu transportu. Wspominano też pracowników i emerytów PKP, z wdzięcznością za 100 lat ofiarnej służby na rzecz kraju. Osobne intencje dotyczyły podróżnych, aby każda droga była bezpieczna i spokojna oraz zmarłych kolejarzy, budowniczych kolei i ofiar katastrof i wypadków kolejowych.

Mszy przewodniczył ks. kan. dr Jacek Świątek, wykładowca Wyższego Seminarium Duchownego w Siedlcach. - *Gromadzimy się w świątyni, by przede wszystkim wyrazić wdzięczność Bogu za to, co jest naszą historią, która obejmuje wielu ludzi i pokoleń* - mówił ks. Świątek. W homilii nawiązał do św. Katarzyny Aleksandryjskiej, patronki kolejarzy i mówił o odpowiedzialności, pracowitości i odwadze, przywołując postawy pracowników kolei w trudnych okresach historii Polski. - *Spoglądamy też dziś na historię kolejarzy - ludzi, którzy mieli charakter. Potrafili zrobić wszystko, by firma prosperowała i służyła ludziom* - podkreślał duchowny.

ZŁOTE LATA DĘBLIŃSKIEGO WĘZŁA

Gdy w 1918 roku Polska odzyskała niepodległość, musiała scalić ziemie, które przez 123 lata pozostawały pod trzema zaborami. Ważną rolę odegrała w tym kolej, łącząca regiony z odrębnych systemów gospodarczych i komunikacyjnych. W 1919 roku na polskich kolejach pracowało około 118 tys. osób, a w 1926 roku, gdy oficjalnie utworzono Polskie Koleje Państwowe, zatrudnienie sięgało już 164 tysięcy. Do wybuchu wojny w 1939 roku liczba kolejarzy wzrosła do 215 tysięcy. Druga wojna światowa brutalnie przerwała ten rozwój, a po jej zakończeniu kolej odbudowywała infrastrukturę i przywracała połączenia. W 1945 roku zatrudniała około 300 tys. osób, a w 1970 roku w PKP pracowało już około 360 tys.

Dęblin wyróżniał się na tej mapie od początku. Na skrzyżowaniu szlaków wytyczonych jeszcze przez drogę żelazną nadwiślańską i kolej iwanogogrodzko-dąbrowską wyrósł jeden z najważniejszych strategicznie węzłów komunikacyjnych w tej części kraju. W czasach największego rozwoju miał rozbudowane zaplecze techniczne i 11 jednostek organizacyjnych, odpowiedzialnych za obsługę ruchu pasażerskiego i towarowego oraz utrzymanie infrastruktury. Trzon stanowiła lokomotywownia pozaklasowa, zatrudniająca około 1250 pracowników, w tym blisko 700 maszynistów oraz wagonownia pozaklasowa w Lublinie, oddział w Dęblinie, z załogą około 230 osób. W sumie w PKP pracowało wtedy około 3000 mieszkańców regionu.



Uroczystość odbyła się w roku setnej rocznicy utworzenia Polskich Kolei Państwowych. Uczestniczyli w niej m.in. starosta rycki Dariusz Szczygielski, wicestarosta Monika Kośmińska, burmistrz Dęblina Roman Bytniewski oraz przewodniczący Rady Miasta Dęblin Tomasz Mikusek. Obecni byli również aktualni i emerytowani pracownicy kolei oraz mieszkańcy



24 września 1926 roku prezydent Rzeczypospolitej Ignacy Mościcki podpisał rozporządzenie o utworzeniu przedsiębiorstwa Polskie Koleje Państwowe. Od tamtej pory historia stalowych szlaków splotła się nierozerwalnie z historią niepodległej Polski. Kolei nie była tylko środkiem transportu. Była krwiobiegiem państwa. Dawała pracę, zapewniała utrzymanie rodzinom i współtworzyła życie wielu miejscowości. Jedną z nich był Dęblin

PODZIĘKOWANIA OD STAROSTY I BURMISTRZA

-*To był złoty wiek dęblińskiego węzła, który dawał pracę i powód do dumy pokoleniom mieszkańców* - podkreśla starosta rycki Dariusz Szczygielski, który przepracował na kolei 38 lat. Obecnie jest urlopowany, ale ma nadzieję, że jeszcze choć na chwilę wróci do swojego ukochanego zakładu. Podczas uroczystości przypomniał, że przemiany ustrojowe i restrukturyzacja zmieniły obraz kolei: z 340 tysięcy pracowników na początku lat 90. zatrudnienie spadło do 152 tysięcy w 2001 roku i do niespełna 70 tysięcy w grupie PKP w ostatnich latach. - *Zmieniła się struktura i skala zatrudnienia, ale nie zmieniło się jedno: etos kolejarskiej służby, profesjonalizm i oddanie, które po dziś dzień widać na zmodernizowanym węźle w Dęblinie* - podkreślał.

Starosta podziękował wszystkim, którzy budowali znaczenie miejscowego węzła: maszynistom, dyżurnym ruchu, pracownikom lokomotywowni i wagonowni, służb technicznych, a także tym, bez których kolej nie mogłaby funkcjonować. - *Wielu poświęciło jej całe zawodowe życie. Wielu kontynuuje tradycję swoich rodziców i dziadków. To właśnie dzięki takim osobom kolejarska historia Dęblina pozostaje żywa i jest ważną częścią dziedzictwa naszego powiatu* - zaznacza starosta.

Burmistrz Dęblina potwierdza, że miasto od zawsze było związane z koleją. - *To właśnie tutaj w rytmie stukotu kół wagonów i lokomotyw pisała się historia naszego miasta i mieszkańców* - mówił Roman Bytniewski, dziękując kolejarzom za codzienną pracę. - *Kolej łączy nie tylko miasta i wsie, ale również ludzi. Zbliża rodziny, umożliwia podróże i handel, a w trudnych czasach niosła nadzieję* - dodał.

więcej zdjęć na www.twojglos.pl

Zbigniew Jończyk

eprasa.pl 0cc41dc691

MORSY ROZPOCZĘŁY SEZON ZIMNYCH KĄPIELI

Nieformalny Klub Morsa „Z łabędziem być" zainaugurował 12. sezon morsowania na Wyspie Wisła w Stężycy. Woda w starorzeczu miała 6,6°C, a razem z gospodarzami do wody weszły zaprzyjaźnione kluby



Klub spotyka się w każdą niedzielę w Stężycy o godz. 14:00 na plaży w Stężycy, ale są również dodatkowe terminy, jak np. z okazji Święta Niepodległości (11 listopada), Dzień Morsa i Andrzejki (28 listopada) czy Mikołajki (5 grudnia) (fot. NKM „Z łabędziem być)



Na ten moment członkowie klubu czekali całe ciepłe miesiące. W sobotę 7 listopada było już na tyle zimno, że można było rozpocząć 12. sezon morsowania. Tematem przewodnim inauguracyjnego morsowania było „Piżama party" (fot. NKM „Z łabędziem być)

Na ten moment członkowie klubu czekali całe ciepłe miesiące. W sobotę, 7 listopada, było już na tyle zimno, że można było rozpocząć kolejny sezon morsowania w starorzeczu Wisły przy Wyspie Wisła w Stężycy. Temperatura wody wynosiła tego dnia 6,6°C, czyli według organizatorów tyle, ile morsy lubią najbardziej.

Na rozpoczęciu sezonu w wodzie znalazło się 120 osób. Byli to członkowie klubu „Z łabędziem być", ale także morsy z Lublina, Pionek i Kozienic. Było też trzech nowych adeptów. - *Po udzieleniu im instrukcji oraz krótkim wywiadzie dotyczącym ich ogólnego zdrowia, który zawsze przeprowadzam, dołączyli do naszego „stada", by ochoczo zanurzyć się w wodzie. Każda dorosła osoba morsująca z nami, robi to na własną odpowiedzialność, a dzieci muszą być pod opieką rodziców* - podkreśla Piotr Świtaj.

JAK ZACZĄĆ?

Klub spotyka się w każdą niedzielę o godz. 14:00 na plaży w Stężycy. Oprócz regularnych kąpieli organizowane są również spotkania okolicznościowe, m.in. z okazji Święta Niepodległości, Dnia Morsa, andrzejek i mikołajek. To dobra okazja, by po raz pierwszy spróbować, bo morsowanie w grupie jest bezpieczniejsze i łatwiej się do niego przekonać. Członkowie klubu przekonują, że regularne wizyty nad wodą w sezonie zimowym wzmacniają kondycję, wpływają na ogólny stan zdrowia oraz na stan ducha i umysłu. Przy okazji, jak podkreślają, można schudnąć kilka kilogramów.

Żeby morsować, nie potrzeba wielkich nakładów. Wystarczą sucha bielizna na zmianę, ręcznik, klapki, coś, na czym można stanąć, ciepłe ubranie i czapka. Do pierwszego wejścia do zimnej wody potrzebne jest przede wszystkim pozytywne nastawienie. Trzeba też znaleźć grupę albo przynajmniej jednego doświadczonego morsa, bo zimowych kąpieli nie wolno zaczynać w pojedynkę. Nieformalny Klub Morsa „Z łabędziem być" zaprasza.

Rozmowa z Piotrem Świtajem, prezesem klubu „Z łabędziem być"

ZDARZA SIĘ, ŻE KTOŚ POWIE, ŻE JESTEŚMY ZDROWO „RĄBNIĘCI"

Co powiedziałbyś komuś, kto stoi na brzegu i zastanawia się, czy kąpiel w zimnej wodzie to na pewno dobry pomysł?

Po prostu: popatrz na twarze osób morsujących po wyjściu z wody... Przez 11 lat istnienia klubu, tylko od jednej osoby usłyszałem po spróbowaniu tej aktywności, że to nie dla niej. A były już ich setki jak nie ponad 1000. Ciało zalewają endorfiny, dopamina, adrenalina czyli wszystkie te hormony, które sprawiają, że czujemy się po prostu szczęśliwi.

Skąd w ogóle pomysł na morsowanie i kiedy sam pierwszy raz wszedłeś do zimnej wody?

Moja przygoda zaczęła się 13 lat temu w dość przypadkowych okolicznościach. Szwagier w grudniu, przy świątecznym stole zapytał, czy idziemy się jutro wykąpać na Zarzekę? Odpowiedziałem, że idziemy i poszliśmy. Woda miała wtedy niewiele powyżej 0°C a na zewnątrz było -5°C. To było mega przeżycie. Nie wiedziałem wtedy co będzie się działo z moim ciałem. Dziś przed pierwszym wejściem do wody zawsze informuję nowych adeptów, czego mogą się spodziewać, bo każdy może różnie zareagować, bądź się wystraszyć, a te mimowolne reakcje organizmu, są po prostu czymś naturalnym.

Jaka była najniższa temperatura wody, w której się kąpaliście, i czy da się ją jeszcze przebić?

Woda w słodkich zbiornikach ma najniższą temperaturę około 0°C i w takiej morsujemy co roku. Natomiast kiedyś udało mi się obniżyć temperaturę wody w mauzerze do -2°C, dzięki temu, że wsypałem do niego 60 kg soli. Przygotowywałem się wtedy do udziału w Mistrzostwach Świata w Lodowym Pływaniu na koronnym dystansie 1000 m. Zależało mi wtedy na zbudowaniu jak najlepszej adaptacji do zimnej wody. Natomiast najniższa temperatura powietrza przy jakiej morsowałem to -22°C. Pojechałem wtedy nad starorzecze przed wschodem słońca, by złapać najniższy minus. Natomiast podczas klubowej kąpieli, było to około -10°C.

Co najczęściej słyszycie od ludzi, którzy patrzą na was z brzegu?

Osoby, które obserwują nas z brzegu, a same nie morsują, najczęściej wyrażają się z podziwem. Lecz czasami zdarza się, że ktoś powie, że jesteśmy zdrowo „rąbnięci", ale kluczowe jest tu słowo „zdrowo".

Co daje morsowanie poza dreszczykiem emocji, np. w kwestii kondycji, nastroju, atmosfery w klubie?

Morsowanie to przede wszystkim najprostszy i najszybszy sposób na pokonanie tzw. jesienno-zimowej chandry. Dzięki hormonom, które się wydzielają po ekspozycji ciała na zimną wodę, nasz nastrój znacząco się poprawia. Z wypowiedzi samych morsów, wręcz już lawinowo potwierdza się teza, że morsowanie poprawia odporność i po prostu rzadziej chorujemy. Dzięki temu mamy też lepszą termoregulację co osobiście bardzo odczuwam. Zimą tak nie marznę a co ciekawsze, odkąd morsuję, latem też o wiele lepiej znoszę upały. Sportowcy natomiast bardzo cenią sobie „ukojenie" jakiego doznają na swoich mięśniach po morsowaniu. Twierdzą, że regeneracja organizmu jest o wiele lepsza. Jest to na pewno pewien rodzaj krioterapii. Nasz klub to także bardzo duża społeczność, która potrafi się jednoczyć, by na przykład pomóc potrzebującym poprzez różnego rodzaju akcje charytatywne.

Zbigniew Jończyk

eprasa.pl 0cc41dc691

WYBUCH NA TORACH. RAPORT UJAWNIA, JAK BLISKO BYŁO TRAGEDII

Sześciometrowy nasyp, łuk torów i pobliski most na Okrzejce. W takim miejscu sprawcy podłożyli ładunek wybuchowy, który 15 listopada 2025 roku eksplodował pod przejeżdżającym pociągiem towarowym. Gdyby doszło do wykolejenia, skutki mogły być tragiczne



W niedzielę 16 listopada ubiegłego roku służby pojawiły się w rejonie przystanku kolejowego Mika. Na jednym z torów brakowało fragmentu szyny, a pociąg Kolei Mazowieckich zatrzymał sie kilka metrów za uszkodzonym miejscem

Państwowa Komisja Badania Wypadków Kolejowych opublikowała raport dotyczący aktu dywersji na szlaku Sobolew - Życzyn. Ujawniła nie tylko przebieg zdarzenia, ale również błędy w reagowaniu na zagrożenie.

W niedzielę 16 listopada ubiegłego roku służby pojawiły się w rejonie przystanku kolejowego Mika. Na jednym z torów brakowało fragmentu szyny, a pociąg Kolei Mazowieckich zatrzymał się kilkadziesiąt metrów za uszkodzonym miejscem. Nikt nie odniósł obrażeń. Wkrótce potwierdzono, że doszło do aktu dywersji.

Dziś wiadomo znacznie więcej. Państwowa Komisja Badania Wypadków Kolejowych (PKBWK) zakończyła postępowanie i sporządziła raport nr 05/2026, datowany na 4 listopada. Wynika z niego, że ładunek wybuchowy zdetonowano już poprzedniego wieczoru, a przez uszkodzony tor przez wiele godzin przejeżdżały kolejne pociągi.

WYBUCH NA SZEŚCIOMETROWYM NASYPIE

Do eksplozji doszło w sobotę 15 listopada 2025 roku o godz. 20.52, na linii kolejowej nr 7 Warszawa - Dorohusk, między Sobolewem a Życzynem. Ładunek umieszczono przy prawej szynie pierwszego toru i zdetonowano pod trzecim pustym wagonem pociągu towarowego PKP Cargo, jadącego z Gdańska Portu Północnego do Puław Azotów przez Dęblin.

Miejsce wybuchu znajduje się na nasypie o wysokości około sześciu metrów, niedaleko mostu kolejowego na rzece Okrzejce. Tory przebiegają tam po łuku, a wokół rozciągają się pola, nieużytki i lasy. Zabudowania są oddalone.

Takie położenie miało znaczenie dla możliwych skutków zamachu. Wykolejenie pociągu na wysokim nasypie mogłoby doprowadzić do jego upadku ze skarpy. Trudny dostęp do torowiska mógłby również utrudnić działania ratowników.

Komisja uznała, że sprawcy działali z zamiarem doprowadzenia do poważnego wypadku kolejowego. Do wykolejenia na szczęście nie doszło.

Eksplozja wyłamała fragment prawej szyny i uszkodziła wagon towarowy. Wyrwane zostały deski jego podłogi, otworzyły się dwie burty, a na kołach pozostały ślady uderzeń elementów stalowych. Uszkodzone zostały również betonowe podkłady i mocowania szyny.

Maszynista pociągu towarowego usłyszał niewielki huk, ale uznał, że odgłos mógł pochodzić od pantografu współpracującego z siecią trakcyjną. Sprawdził sieć i wskazania urządzeń w lokomotywie. Nie zauważył nieprawidłowości, dlatego kontynuował jazdę do Dęblina.

11 POCIĄGÓW PRZEJECHAŁO PO USZKODZONEJ SZYNIE

Po eksplozji przez miejsce wybuchu przejechało jeszcze 11 pociągów. Każdy kolejny przejazd powodował dalsze wykruszanie szyny. Ostatecznie powstała przerwa o długości 1,16 metra.

W niedzielę 16 listopada o godz. 6.40 maszynista pociągu PKP Intercity relacji Warszawa Zachodnia–Rzeszów Główny zgłosił dyżurnemu ruchu w Dęblinie nierówność toru. Podczas przejazdu odczuł uskok i obniżenie torowiska. Skład przejechał przez uszkodzone miejsce bez wykolejenia.

Mimo zgłoszenia ruchu nie wstrzymano. O godz. 7.21 dyżurny polecił maszyniście następnego pociągu, należącego do Kolei Mazowieckich, zwrócić uwagę na stan toru.

- *Poprzedni pociąg w km 91,000 zgłaszał nierówność, jakiś dołek, proszę zwrócić uwagę* - przekazał przez radio.

Tymczasem brakujący fragment szyny znajdował się około 450 metrów wcześniej.

Maszynista Kolei Mazowieckich zbliżał się do wskazanego rejonu z prędkością około 53 km/h. Kiedy zauważył wyrwę w prawej szynie, rozpoczął hamowanie. Nie zdążył jednak zatrzymać pociągu przed uszkodzeniem.

Skład przejechał przez przerwę i zatrzymał się dopiero 83 metry za nią.

- *Tu brak kawałka szyny, prawie się wykoleiłem* - zgłosił maszynista przez radio.

Pociąg nie wykoleił się. Podróżnych bezpiecznie ewakuowano i przeprowadzono na peron przystanku Mika. Nikt nie został ranny.

KOMISJA WSKAZAŁA BŁĘDY KOLEI

Raport nie ogranicza się do opisu samego zamachu. PKBWK stwierdziła również, że zarządca infrastruktury i przewoźnicy kolejowi nie rozpoznali skutecznie zagrożenia, przez co kolejne pociągi wjeżdżały na uszkodzony tor.

Komisja zwróciła uwagę na postępowanie dyżurnego ruchu w Dęblinie. Po otrzymaniu informacji o nierówności toru przekazał on kolejnemu maszyniście ustne ostrzeżenie. Nie zastosował jednak procedury przewidzianej w § 69 ust. 4 instrukcji o prowadzeniu ruchu pociągów Ir-1.

W ocenie komisji zarządca infrastruktury nie zrealizował obowiązku wynikającego z tego przepisu. W raporcie wskazano także na niewystarczająco skuteczne przekazywanie informacji o zagrożeniach między pracownikami kolei.

PRZEWÓD I KAMERA ZABEZPIECZONE PRZEZ POLICJĘ

Podczas oględzin miejsca wybuchu służby zabezpieczyły izolowany, dwużyłowy przewód o długości około 400 metrów. Rozciągał się od miejsca detonacji, przez obiekt mostowy, a następnie wzdłuż drugiego toru w kierunku parkingu przy przystanku Mika.

Na skarpie obok miejsca eksplozji odnaleziono również kamerę.

Przedmioty zostały zabezpieczone przez policję. Raport zawiera ich fotografie, ale nie rozstrzyga, w jaki sposób sprawcy wykorzystali je podczas zamachu.

PKBWK określiła zdarzenie jako czyn o charakterze terrorystycznym, którego celem było doprowadzenie do poważnego wypadku i zastraszenie wielu osób. Ustalenie sprawców, ich powiązań, rodzaju ładunku oraz sposobu detonacji należy do organów ścigania. Komisja badała okoliczności zdarzenia z punktu widzenia bezpieczeństwa ruchu kolejowego i nie rozstrzygała o odpowiedzialności karnej.

PONAD 40 GODZIN BEZ RUCHU NA JEDNYM TORZE

Po wykryciu uszkodzenia tor nr 1 na szlaku Sobolew–Życzyn zamknięto 16 listopada o godz. 7.30. Ruch przywrócono dopiero 18 listopada o godz. 0.21. Na sąsiednim torze wprowadzono czasowe ograniczenia prędkości.

Według raportu opóźnienia dotknęły 125 pociągów pasażerskich, łącznie na 795 minut, oraz 10 pociągów towarowych, łącznie na 317 minut.

Komisja wskazała również, że zabezpieczenia stosowane na liniach kolejowych o znaczeniu państwowym nie zapobiegają skutecznie działaniom osób postronnych, w tym aktom dywersji i sabotażu.

Wśród zaleceń znalazły się przegląd procedur bezpieczeństwa, skuteczniejsze monitorowanie zagrożonych odcinków, rozważenie dodatkowych kamer i fotopułapek oraz szkolenia pracowników dotyczące reagowania na próby ingerencji w infrastrukturę. Komisja zaleciła też usprawnienie przekazywania informacji między maszynistami, dyżurnymi ruchu i zarządcą torów.

Na podstawie raportu nr PKBWK 05/2026 Państwowej Komisji Badania Wypadków Kolejowych z 4 listopada 2026 roku.

MG

eprasa.pl 0cc41dc691

FELIETON

Jeszcze tu jestem



Karol Gałkowski

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

Gdybyś potrzebował wsparcia, napisz: karolgalkowski02@gmail.com

Nie znałem go bliżej. A jednak, kiedy odszedł, poczułem, że kogoś mi zabrakło. Był odrobinę młodszy ode mnie. Podziwiałem jego pracę, serdeczność, sposób, w jaki traktował ludzi. I teraz myślę, że można zostawić po sobie puste miejsce nawet u kogoś, z kim nie zdążyło się dobrze poznać.

Przypomniały mi się wtedy słowa kolegi: „Już biorą z mojej ławki". Mówił o naszym roczniku. Kilka osób odeszło ostatnio, teraz odchodzą następni. A my wracamy do swoich spraw. Trzeba pracować, zrobić zakupy, odpisać. Tylko gdzieś pomiędzy, coraz wyraźniej brzęczy mi w głowie pytanie: a po mnie? Co zostanie w ludziach, kiedy mnie już nie będzie?

Nie wiem, ile czasu mi jeszcze zostało. Może miesiące, może lata, a może wiele, wiele lat. Chciałbym, żeby było go dużo. Mam jeszcze ochotę na tyle rozmów, książek, podróży, zwyczajnych dni z bliskimi. Nie piszę więc dlatego, że się żegnam. Mam to rzadkie szczęście, że mogę dzielić się z Wami słowem, i chciałbym z niego skorzystać, żeby określić sobie kierunek. Nazwać to, co ważne, zanim znów zajmę się wszystkim innym. Taki testament człowieka, który lubi ludzi, czasem nie umie się z nimi dogadać, ale wciąż chce próbować.

Najbardziej chciałbym, żeby przy mnie można było odetchnąć. Nie znać odpowiedzi, przyznać się do porażki, opowiedzieć coś nieporadnie. Żeby nikt nie musiał poprawiać swojej historii przed spotkaniem ze mną, wykreślać wstydliwych miejsc, udawać dzielniejszego, niż jest. Tyle razy słuchałem ludzi, którzy najbardziej bali się tego, co o nich pomyślę. A ja często myślałem tylko, jak długo ich boli.

Nie zawsze potrafię tak słuchać w domu. Zdarza mi się być zajętym, niecierpliwym, przekonanym, że już wiem, o co chodzi. Łatwiej napisać ciepły felieton, niż zachować łagodność po trudnym dniu. Wiem. Dlatego dziękuję bliskim za cierpliwość i przepraszam za chwile, w których jej ode mnie nie dostali. Chciałbym, żeby te słowa znalazły potem potwierdzenie w tym, jaki jestem przy kolacji. Żeby ci, którzy znają mnie najlepiej, też mogli się w tym tekście odnaleźć.

Kiedy wracam myślą do dzieciństwa, pamiętam papierówki, chleb niesiony ze sklepu, ludzi przy wspólnym stole. Nie tęsknię za wszystkim, co było. Pamiętam przecież także zmęczenie, kłótnie i niełatwe życie. Tęsknię za ciepłem i serdecznością. Za długimi rozmowami, podczas których można było zapomnieć o trudzie i bólu. Za tym, że byliśmy jakoś bliżej siebie, że było do kogo pójść. I że ktoś potrafił powiedzieć: „chodź, zjedz z nami", zanim zdążyło się wyjaśnić, po co się przyszło.

Chciałbym ocalić w sobie coś z tamtej gościnności. Miejsce dla kogoś, kto nie ma dziś nic ciekawego do opowiedzenia, ale nie chce być sam. Sam też takiej obecności potrzebuję. Nie zawsze mam ochotę na ważną rozmowę ani siłę, żeby być dla kogoś pomocą. Czasem chciałbym po prostu posiedzieć z kimś, kto cieszy się, że przyszedłem.

Myślę o młodych, z którymi pracuję. Ile razy słyszą, jacy powinni być, a jak rzadko ktoś jest po prostu ciekawy, jacy są. Chciałbym, żeby pamiętali, że ich lubiłem. Także wtedy, gdy się nie zgadzaliśmy. Że mogli mieć własne zdanie, gorszy dzień, nieudany sprawdzian i nadal byli dla mnie ważni. Może takie doświadczenie przydaje się później, kiedy dorosły już człowiek znów zaczyna myśleć, że na miłość musi zasłużyć.

Sam długo uczę się przyjmować dobro bez pośpiesznego szukania sposobu, żeby się odwdzięczyć. Uczę się też, że wolno odpocząć, zanim zrobi się wszystko. Myślę z czułością o tych, którzy pamiętają o wszystkich, tylko nie o sobie. Chciałbym czasem usiąść obok i powiedzieć: dzisiaj nie musisz być taki dzielny. Możesz pozwolić, żeby ktoś zadbał o Ciebie. Nie staniesz się przez to mniej potrzebny ani mniej wart kochania.

Nie chciałbym jednak zostawić wrażenia, że dobroć polega na znoszeniu wszystkiego. Człowiek może kochać i powiedzieć „nie". Może tęsknić za pojednaniem, a jeszcze nie być na nie gotowy. Zbyt wiele widziałem bólu, żeby komukolwiek wyznaczać termin, w którym powinien już sobie poradzić. Czasem największą troską jest nie popędzać.

Jest w tym wszystkim także moja wiara. Różaniec, cisza i nadzieja, że śmierć nie zabiera nam siebie na zawsze. Chcę wierzyć, że Bóg przede wszystkim jest dobry. Że zna drogę do serca człowieka, nawet gdy my nie potrafimy już do niego dotrzeć. Że dba o każdego jak zatroskana Matka. Szuka sposobu, żeby wyciągnąć człowieka z tego, w czym ugrzązł, i przyprowadzić go do domu. Do nieba. Tak chciałbym myśleć o Nim, kiedy martwię się o tych, których kocham, i o siebie.

Ta myśl daje mi otuchę także wtedy, kiedy patrzę na własne niedoskonałości. Chciałbym przyjść do Niego z wdzięcznością za ludzi, których dostałem. I z nadzieją, że choć niektórym było ze mną dobrze. Że ktoś przy mnie odważył się powiedzieć, co czuje. Ktoś przez chwilę był mniej samotny. Ktoś poczuł, że nie musi niczego udowadniać.

Właśnie tego chciałbym się jeszcze nauczyć: dawać ludziom takie poczucie częściej. Nie tylko w gabinecie albo na łamach gazety. Również wtedy, kiedy jestem zmęczony, ktoś mówi za długo, a ja mam już w głowie kolejną sprawę.

Z naszej ławki już biorą. Ale ja jeszcze tu jestem. Mam komu podziękować, kogo przeprosić, kogo przytulić. Bardzo chciałbym mieć na to wiele lat. Nie chcę jednak, żeby moi bliscy i inni ludzie, którzy są obok, dopiero kiedyś dowiedzieli się, jak wiele dla mnie znaczyli. Chcę, żeby wiedzieli to teraz. I żeby, czytając te słowa, mogli pomyśleć: tak, wiem. Czułem to.

O ZDROWIU

O burakach



Leszek Marek Krześniak

Specjalista chorób wewnętrznych,

www.drkrzesniak.pl

Chociaż burak ćwikłowy jest łatwy w uprawie i wykazuje bardzo korzystny wpływ na zdrowie oraz funkcjonowanie całego organizmu, wciąż jest niedoceniany. Burak jest przydatny i skuteczny w profilaktyce oraz wspomaganiu leczenia wielu chorób. Wobec powszechnej wiary w skuteczność różnego rodzaju leków syntetycznych warto przypomnieć o walorach prozdrowotnych buraków.

W związku z zawartością związków azotowych rozszerza naczynia krwionośne, poprawia przepływ tlenu i w efekcie obniża ciśnienie tętnicze. Dlatego powinien być wykorzystywany przez osoby z nadciśnieniem tętniczym czy innymi chorobami układu krążenia.

U osób z anemią z niedoboru żelaza warto włączyć go do codziennej diety, bowiem zawiera zarówno żelazo, jak i kwas foliowy (wit. B9).

Czerwony barwnik - betanina - naśladuje działanie kwasu solnego w żołądku, jest pomocny dla osób z niedokwaśnością soku żołądkowego i ułatwia trawienie białek, a także wspiera regulację stężenia homocysteiny, której wysokie poziomy sprzyjają zawałom i udarom. Warto więc wykorzystać to u osób, w których rodzinach występowały takie choroby.

Dzięki dużej zawartości błonnika buraki przyczyniają się do poprawy perystaltyki jelit, przeciwdziałają zaparciom, działają ochronnie na żołądek i wspierają usuwanie z przewodu pokarmowego różnego rodzaju toksyn.

Dla osób z cukrzycą burak jest również cenny z wyżej wymienionych powodów i mimo że gotowane buraki mają słodkawy posmak, nie podnoszą istotnie poziomu glukozy we krwi.

Świeży sok z buraka oraz ukwaszone buraki zawierają witaminę C (10 mg w 100 g), mają korzystny wpływ na układ odpornościowy i wykazują działanie przeciwzapalne oraz przeciwwirusowe. Gotowane buraki zawierają mniej witaminy C. Ponadto ukwaszone buraki są dobrym prebiotykiem (pokarmem dla bakterii probiotycznych).

Badania przeprowadzone w Wielkiej Brytanii potwierdziły, że regularne picie soku z buraka przez kobiety w ciąży z przewlekłą niewydolnością nerek korzystnie wpływało na obniżenie nadciśnienia tętniczego, zmniejszenie ilości stosowanych leków oraz miało dobry wpływ na noworodki.

Z minerałów zawartych w burakach wymienić trzeba związki potasu, magnezu, żelaza, wapnia, sodu, fosforu i cynku. Z witamin - poza witaminą C - buraki zawierają witaminy A, E, K oraz z grupy B.

eprasa.pl 0cc41dc691

MECENAS OŚKO MÓWI, JAK JEST

Broń w rękach Polaków. Prawo, przywilej czy zagrożenie?



Mecenas Tomasz Ośko

Radca prawny z ponad 20-letnim doświadczeniem prawniczym. Zajmuje się sporami, doradztwem prawnym, umowami i negocjacjami, reprezentując klientów przed sądami i urzędami. Prowadzi kancelarię w Niesadnej 27A. Tel. 501 011 773, e-mail: tomasz@osko.legal

Tragedia, która kilka dni temu rozegrała się na krakowskim Rynku Głównym, wstrząsnęła Polską. Uzbrojony napastnik strzelał do przypadkowych ludzi. Zginęło sześć osób, kilkanaście zostało rannych. Jak zwykle w takich sytuacjach, obok pytań o motywy sprawcy i działania służb niemal natychmiast pojawiło się kolejne: czy Polacy powinni mieć dostęp do broni palnej?

Dyskusja rozgorzała tym bardziej, że sprawca posiadał broń legalnie, na podstawie pozwolenia sportowego. Dla przeciwników liberalizacji przepisów to argument rozstrzygający. Skoro nawet człowiek zweryfikowany przez państwo może dopuścić się takiej zbrodni, należy dostęp do broni ograniczać. Zwolennicy szerszego dostępu odpowiadają na to słynnym amerykańskim powiedzeniem: złego człowieka z bronią może powstrzymać dobry człowiek z bronią.

Kto ma rację? Moim zdaniem problem jest znacznie bardziej skomplikowany, niż chcieliby przyznać przedstawiciele obu obozów.

Zacznijmy od faktów. Polska należy do najmniej uzbrojonych społeczeństw Europy. Na sto tysięcy mieszkańców naszego kraju przypada około 3 egzemplarzy broni palnej. W wielu państwach europejskich wskaźnik ten jest wielokrotnie wyższy. Czy dzięki temu jesteśmy bezpieczniejsi? Być może pod pewnymi względami tak. Ale samo porównanie liczby pistoletów i karabinów nie wystarczy, by wyjaśnić poziom przestępczości.

W Polsce można uzyskać pozwolenie na broń między innymi do celów łowieckich, sportowych, kolekcjonerskich i ochrony osobistej. Problem w tym, że warunki uzyskania tych pozwoleń istotnie się różnią.

Myśliwy może posiadać broń do wykonywania polowań. Sportowiec, po spełnieniu ustawowych wymagań, może kupić pistolet czy karabin. Kolekcjoner również może posiadać w pełni sprawną broń palną. Nie są to przecież atrapy wiszące nad kominkiem. Tymczasem człowiek, który chciałby mieć pistolet wyłącznie dla ochrony własnego życia, musi wykazać stałe, realne i ponadprzeciętne zagrożenie.

I tu dochodzimy do pewnego paradoksu.

Dokładnie ten sam model pistoletu może znajdować się w rękach sportowca, kolekcjonera albo osoby posiadającej pozwolenie do ochrony osobistej. Różnica nie tkwi w jego konstrukcji, lecz w administracyjnym celu wydania pozwolenia. W praktyce broń sportowa bywa także noszona dla własnego bezpieczeństwa, choć nie każdy rodzaj pozwolenia uprawnia do jej noszenia.

Powstaje więc pytanie, czy nie utrzymujemy systemu, w którym obywatel łatwiej uzasadni potrzebę posiadania pistoletu zainteresowaniem sportem niż troską o własne bezpieczeństwo.

Warto przy tym przypomnieć rzecz podstawową. Prawo do obrony koniecznej nie wynika z rodzaju posiadanego pozwolenia. Wynika z art. 25 Kodeksu karnego. Człowiek odpierający bezpośredni, bezprawny zamach może bronić się także przy użyciu broni palnej, jeżeli zachodzą przesłanki obrony koniecznej. Dotyczy to zarówno posiadacza pozwolenia do ochrony osobistej, jak i sportowca czy myśliwego. Oczywiście legalność samego posiadania lub noszenia broni oraz granice jej użycia pozostają odrębnymi zagadnieniami.

Przeciwnicy szerszego dostępu do broni wskazują, że każdy dodatkowy pistolet to potencjalne ryzyko. Wypadek, kradzież, konflikt rodzinny, chwila niekontrolowanej agresji. Tych argumentów nie wolno lekceważyć. Broń palna jest narzędziem stworzonym do rażenia celu, a jej niewłaściwe użycie może mieć nieodwracalne skutki.

Zwolennicy liberalizacji odpowiadają, że przestępca nie pyta państwa o pozwolenie. To prawda, choć nie oznacza to, że każdy przestępca bez trudu zdobędzie broń. Legalny rynek i skuteczna kontrola dostępu również mają znaczenie.

Często słyszymy także porównanie do samochodów. W wypadkach drogowych giną ludzie i to wielokrotnie więcej niż od broni, a przecież nikt nie proponuje całkowitego zakazu motoryzacji. Przeciwnik odpowie słusznie, że samochód służy przede wszystkim przemieszczaniu się i jest konieczny, a broń ma zupełnie inne przeznaczenie i konieczna do życia nie jest. Nie jest to więc porównanie doskonałe. Pokazuje jednak, że społeczeństwo dopuszcza korzystanie z niebezpiecznych narzędzi (np. aut, maszyn) stawiając ich użytkownikom określone wymagania, zamiast automatycznie ich zakazywać.

Nie przekonuje mnie ani wizja powszechnego uzbrojenia jako lekarstwa na przestępczość, ani przekonanie, że każde ograniczenie dostępu do broni zwiększa bezpieczeństwo. Uzbrojony obywatel może powstrzymać napastnika, ale może również pomylić się, zranić osobę postronną albo zostać błędnie rozpoznany przez interweniujących policjantów.

Dlatego dyskusja powinna dotyczyć nie tylko tego, komu pozwolić kupić broń, lecz także tego, jak sprawdzać jego predyspozycje, szkolić, kontrolować i egzekwować odpowiedzialność.

Krakowska tragedia wymaga wyjaśnienia, czy zawiodły konkretne mechanizmy kontroli, czy też doszło do zbrodni, której nawet prawidłowo działający system nie potrafił przewidzieć. To zasadnicza różnica.

Nie budujmy prawa wyłącznie pod wpływem emocji. Ale też nie udawajmy, że tragedia niczego nas nie uczy.

Bo najważniejsze pytanie nie brzmi, czy państwo powinno bać się uzbrojonych obywateli. Brzmi: jak odróżnić tych, którym można odpowiedzialnie powierzyć broń, od tych, którym nigdy nie powinna trafić do ręki?

I czy potrafimy o tym rozmawiać bez politycznych okrzyków, zanim wydarzy się kolejna tragedia?

Ostrożność w jedzeniu buraków powinny zachować osoby cierpiące na dnę moczanową, kamicę moczową (szczawianową) oraz osoby ze skłonnością do niskiego ciśnienia tętniczego.

Warto więc pamiętać o burakach nie tylko przy świątecznej okazji, ale na co dzień wykorzystywać ich profilaktyczne właściwości - zwłaszcza w postaci ukwaszonej.

Jak każda naturalna metoda wspierania zdrowia, wymaga to jednak regularności.



eprasa.pl 0cc41dc691

Twój Głos 46 | 17 listopada 2026 | www.twojglos.pl | eGarwolin.pl

Nad Wieprzem mieszkali Wandalowie

Piece hutnicze, ziemianki i narzędzie chirurgiczne z brązu - to pozostałości osady sprzed ponad dwóch tysięcy lat, odkrytej na polach między Sobieszynem a Blizocinem. Badania archeologiczne wskazują, że mieszkańcy zajmowali się nie tylko rolnictwem, ale również rzemiosłem i mogli uczestniczyć w wyprawach na tereny Imperium Rzymskiego



Oprócz drobnych rzeczy, archeologowie odkryli na polach Sobieszyna fragmenty pieca do wypalania ceramiki (fot. Piotr Łuczkiewicz)



Ciekawym narzędziem użytkowym, wykorzystywanym w osadzie był obciążnik do krosien (fot. Piotr Łuczkiewicz)



Osada przestała istnieć w II wieku, o czym świadczyć może znaleziony denar z Cesarstwa Rzymskiego z tego okresu (fot. Piotr Łuczkiewicz)



Trwające kilkanaście lat badania były owocne. Ziemia skrywała wiele „skarbów" z przeszłości. Na zdjęciu garnek (fot. Piotr Łuczkiewicz)



Podczas badań archeologicznych znaleziono naczynia codziennego użytku, m.in. kubek (fot. Piotr Łuczkiewicz)

Prace wykopaliskowe w Sobieszynie prowadzili archeolodzy z Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie, z przerwami od 1998 do 2014 roku. Wraz ze studentami przebadali znaczną część dawnej osady. O wynikach wieloletnich badań opowiedział pod koniec października dr Piotr Łuczkiewicz z UMCS. Spotkanie odbyło się w Zespole Szkół w Sobieszynie-Brzozowej, a uczestniczyli w nim uczniowie i nauczyciele placówki.

Według archeologów osada powstała w II wieku przed naszą erą. Założyła ją ludność kultury przeworskiej, której nazwa pochodzi od wielkiego cmentarzyska w Gaci koło Przeworska. Kulturę tę wiąże się z germańskimi Wandalami – plemieniem, które kilkaset lat później złupiło Rzym.

– *W tym czasie fala osadników z północy zaczęła zasiedlać obszary nad dolnym Wieprzem i tworzyć tam silną enklawę osadniczą. Świadczą o tym nie tylko znaleziska z Sobieszyna, lecz także odkrycia z pobliskiego Drążgowa i Masowa, dziś części Dęblina* – mówi dr Piotr Łuczkiewicz.

WIEŚ NIE TYLKO ROLNICZA

Osada wyglądała inaczej niż dzisiejsze wsie. Nie było regularnie wytyczonych ulic, a budynki stawiano w różnych miejscach. Mieszkańcy żyli w półziemiankach, których ściany z drewnianych bali zagłębiano w grunt nawet na półtora metra.

– *Nad ziemię wystawały tylko szczyty ścian i dach kryty słomą lub trzciną. Dotąd odkryto pięć takich budynków* – wyjaśnia archeolog.

Każda ziemianka miała około 20–30 metrów kwadratowych. Na tej powierzchni mieściła się rodzina, palenisko wyłożone kamieniami i gliną oraz sprzęty potrzebne do codziennej pracy. Liczne ciężarki tkackie wskazują, że mieszkańcy zajmowali się również tkactwem.

W ziemiankach archeolodzy znajdowali duże ilości fragmentów ceramiki. Część naczyń udało się zrekonstruować.

– *Mieszkaniom towarzyszyły zawsze zagłębione w ziemię spichlerze, warsztaty oraz jamy zasobowe i odpadowe, czyli po prostu śmietniki* – zaznacza badacz.

Podstawą utrzymania było rolnictwo. Świadczy o tym m.in. znaleziona podczas wykopalisk rogowa motyka. Mieszkańcy łowili też ryby w pobliskim Wieprzu, na co wskazuje niewielki brązowy haczyk odkryty w zasypisku jednej z ziemianek.

Nie była to jednak wyłącznie osada rolnicza. Archeolodzy natrafili na pozostałości pieców do wytopu żelaza, z którego wytwarzano narzędzia, broń i ozdoby. Odkryli także dwa piece do wypalania ceramiki. W każdym znajdowały się szczątki dziesiątków naczyń.

LEKARZ ZNAD WIEPRZA?

Jednym z najbardziej zagadkowych znalezisk okazało się niewielkie narzędzie chirurgiczne z brązu – szpatułka lub sonda służąca do badania ran. Takie przedmioty sprzed dwóch tysięcy lat są rzadko znajdowane poza granicami Imperium Rzymskiego.

Zdaniem badaczy przedmiot może świadczyć o kontaktach mieszkańców Sobieszyna z terenami cesarstwa, być może również o ich udziale w wyprawach wojennych.

– *Przedmiot musiał trafić do mieszkańca Sobieszyna gdzieś w granicach Imperium i wrócić z nim nad Wieprz. Skoro go przywiózł, można przypuszczać, że umiał go używać, a więc mógł być miejscowym znachorem albo „lekarzem"* – zastanawia się dr Piotr Łuczkiewicz.

To jedna z możliwych interpretacji znaleziska. Samo narzędzie nie pozwala jednak ustalić, kim był jego właściciel ani w jaki sposób trafiło do osady.

OSADA OPUSTOSZAŁA W CZASACH MARKA AURELIUSZA

Badania wskazują, że osada przestała istnieć w drugiej połowie II wieku naszej ery, w okresie wojen markomańskich, kiedy plemiona germańskie walczyły z Imperium Rzymskim rządzonym przez cesarza Marka Aureliusza.

Wśród znalezisk znalazł się srebrny denar z czasów tego władcy. W monecie wywiercono otwór, dzięki czemu mogła służyć jako zawieszka. Jest to jedno z najpóźniejszych znalezisk z osady.

Archeolodzy przypuszczają, że jej mieszkańcy opuścili okolice Sobieszyna i ruszyli na południe wraz z innymi plemionami uczestniczącymi w walkach przeciwko Rzymowi.

Na kolejne ślady osadnictwa w tej części doliny Wieprza trzeba czekać ponad sześć stuleci.

– *Kolejni osadnicy, już nasi bezpośredni przodkowie Słowianie, pojawili się w okolicy po ponad 600 latach przerwy, najwcześniej w IX wieku. Wskazują na to relikty słowiańskiej wsi odkryte w Jeziorzanach* – tłumaczy archeolog.

Tomasz Kępka

eprasa.pl 0cc41dc691

Zapomniany badacz sztuki cerkiewnej

Jarosław Bohdan Konstantynowicz był doktorem historii sztuki oraz wybitnym znawcą malarstwa ikonowego. Pochowany jest na cmentarzu parafialnym w Żelechowie



Jarosław Bohdan Konstantynowicz był doktorem historii sztuki oraz wybitnym znawcą malarstwa ikonowego

Urodził się 13 marca 1893 r. w Torkach w powiecie przemyskim, w rodzinie duchownego greckokatolickiego Emiliana Konstantynowicza i Eugenii z Podłuskich Konstantynowiczowej. Jego ojciec był proboszczem parafii w Sanoku. Jarosław uczęszczał w tym mieście do szkoły podstawowej, później rozpoczął naukę w tamtejszym ośmioklasowym gimnazjum klasycznym, które ukończył w Przemyślu.

Od 1912 r. studiował filozofię i historię sztuki na Uniwersytecie w Monachium, ale naukę przerwał wybuch I wojny światowej. W lipcu 1914 r. zmobilizowany został do armii austriackiej, w której służył z przerwami do kwietnia 1918 r. W tym czasie był dwukrotnie ranny. W trakcie rekonwalescencji uzupełniał studia uniwersyteckie w Wiedniu i we Lwowie. W maju 1918 r. obawiając się aresztowania ze strony austriackich władz wojskowych, prawdopodobnie w związku z działalnością narodową, przedostał się na teren Rosji bolszewickiej, gdzie przebywał do 1921 r. Uczył w szkołach średnich i pracował w sowieckiej administracji szkolnej. W 1921 r. powrócił do Polski. Od września 1922 r. rozpoczął pracę pedagogiczną w lwowskich gimnazjach, równocześnie kontynuując studia na Uniwersytecie Jana Kazimierza we Lwowie. Tam 28 maja 1932 r. uzyskał stopień doktora filozofii po przedstawieniu pracy pt. „Ikonostasy wieku XVII w granicach dawnych diecezyj przemyskiej, lwowskiej, bełzkiej i chełmskiej. Próba charakterystyki". 27 czerwca 1932 r. Rada Wydziału Humanistycznego UJK we Lwowie nadała doktorowi Jarosławowi Konstantynowiczowi również tytuł magistra filozofii w zakresie historii sztuki.

NAUKOWE PODRÓŻE I BADANIA NAD IKONAMI

Jeszcze przed promocją, w semestrze zimowym 1931/32 wyjechał do Wiednia, gdzie pracował w instytucie prof. Josefa Strzygowskiego, przedstawiając tamtejszemu środowisku naukowemu wyniki swoich dotychczasowych badań. Tuż po promocji skierowany został przez UJK we Lwowie na wyjazd zagraniczny, w trakcie którego zwiedził Jugosławię, Czechosłowację, Węgry i Włochy. W 1935 r. objął stanowisko nauczyciela historii w jednym z polskich gimnazjów prywatnych we Lwowie, w którym pracował do wybuchu wojny.

Jarosław Konstantynowicz badał ikony oraz ikonostasy na obszarach wschodnich Rzeczypospolitej do 1939 r. Jako syn greckokatolickiego księdza miał szerokie spojrzenie na sztukę cerkiewną. Wychował się i żył w atmosferze ikon, dzięki czemu był szczególnie wyczulony na ich stronę religijną. Osiągnięciem jego życia było opublikowanie w 1939 r. w języku niemieckim pracy pt. „Ikonostasis. Studien und Forschungen. Erster band". Jarosław Konstantynowicz był również autorem artykułów naukowych i publicystycznych w prasie polskiej i ukraińskiej.

WOJNA I POWRÓT DO PRACY NAUCZYCIELSKIEJ

Po zajęciu Lwowa przez Armię Czerwoną po 17 września 1939 r. objął posadę nauczyciela w polskiej szkole średniej nr 26 im. Adama Mickiewicza. Pracował tam do 1941 r., czyli do momentu zajęcia Lwowa przez wojska niemieckie. Ze Lwowa wyjechał w maju 1944 r. do Sanoka, gdzie zajął się głównie porządkowaniem spraw po zmarłym w 1943 r. ojcu Emilianie. W 1946 r. opuścił Sanok na zawsze. Przez kolejne lata uczył w liceach ogólnokształcących w Dęblinie, Sobolewie i Żelechowie.

OSTATNIE LATA ŻYCIA ZWIĄZAŁ Z ŻELECHOWEM

W Żelechowie pracował do emerytury i mieszkał do końca życia. Osiadł tutaj pod koniec lat 50. XX w. Mieszkał w domu Państwa Cegłowskich przy ul. Świerczewskiego (obecnie ul. Piłsudskiego), nad pocztą. W miejscowym LO uczył historii. W trakcie pracy w Żelechowie postanowił dokończyć rozpoczętą w okresie międzywojennym inwentaryzację ikon ukraińskich pozostałych po wojnie na obszarze ówczesnego PRL. Szczególnie intensywnie prace te ruszyły dopiero w momencie jego przejścia na emeryturę w 1958 r.

Jarosław Bohdan Konstantynowicz zmarł 3 marca 1971 r. Został pochowany na cmentarzu parafialnym w Żelechowie. Zgodnie z wolą badacza, jego prywatne zbiory archiwalne trafiły do Muzeum Budownictwa Ludowego w Sanoku.

535 JEDNOSTEK ARCHIWALNYCH. BEZCENNE ŚWIADECTWO PRZESZŁOŚCI

Zespół archiwaliów po Jarosławie Konstantynowiczu obejmuje 535 jednostek archiwalnych. Pierwszą grupę stanowią materiały rękopiśmienne, a drugą - negatywy szklane, celuloidowe, diapozytywy i zdjęcia. Archiwalia z drugiej grupy przedstawiają w dużej części malowidła ścienne, detale architektoniczne, fotografie kompletnych ikonostasów i ich fragmentów oraz pojedynczych ikon. Zdjęcia ikonostasów wykonane zostały w okresie międzywojennym, w cerkwiach znajdujących się głównie na terenie obecnej Ukrainy. Część z tych cerkwi już nie istnieje lub w istniejących brak jest ikonostasów. W całym zbiorze znajduje się również wiele zdjęć ikon, które zaginęły w zawierusze wojennej.

WIELKIE BADANIA, KTÓRYCH NIE ZDĄŻYŁ UKOŃCZYĆ

Opublikowany za życia Jarosława Bohdana Konstantynowicza dorobek naukowy jest niewspółmierny do pracy włożonej w zgromadzenie obszernego materiału dotyczącego sztuki cerkiewnej. Analizując całość spuścizny archiwalnej badacza oraz efekty, jakie osiągnął, ma się wrażenie rozpoczętej i niedokończonej ogromnej pracy. W zamierzeniach autora, jego opracowania o ikonach miały stać się początkiem dogłębnej analizy sztuki cerkiewnej Rusi-Ukrainy na tle sztuki wywodzącej się z bizantyjskiego kręgu kulturowego.

***

Od Autora: Powyższy tekst przygotowałem na podstawie artykułu: Hubert Ossadnik, „Jarosław Bohdan Konstantynowicz (1893-1971) i jego dzieło na tle zbiorów archiwalnych Muzeum Budownictwa Ludowego w Sanoku", [w:] „Do piękna nadprzyrodzonego. Sesja naukowa na temat rozwoju sztuki sakralnej od X do XX wieku na terenie dawnych diecezji chełmskich kościoła rzymskokatolickiego, prawosławnego, greckokatolickiego", tom I - referaty, Chełm 2003. Serdecznie dziękuję Panu Doktorowi Hubertowi Ossadnikowi za udostępnienie opracowania.

Michał Sztelmach, Dawny Żelechów

Sobieski, Kościuszko i Traugutt. Wielcy dowódcy w Żelechowie

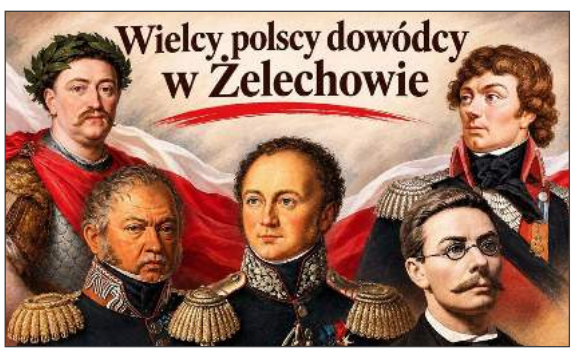
Żelechów gościł na przestrzeni wieków znanych polskich dowódców i bohaterów narodowych. Ich związki z miastem przypomniał Michał Sztelmach na profilu „Dawny Żelechów".

7 czerwca 1665 roku zatrzymał się tu na nocleg **Jan Sobieski**, późniejszy król Polski i zwycięzca spod Wiednia. Z kolei 7 października 1794 roku w Żelechowie odpoczywał **Tadeusz Kościuszko**, prowadzący wojska w kierunku Maciejowic.

Podczas powstania listopadowego, 12-13 lutego 1831 roku, gen. **Józef Dwernicki** skoncentrował w Żelechowie swój oddział przed planowanym atakiem na wojska rosyjskie pod Stoczkiem. 27 sierpnia tego samego roku w mieście przebywał ze swoim wojskiem gen. **Ignacy Prądzyński**, uczestnik zwycięskiej bitwy pod Iganiami.

Z Żelechowem związany był również **Romuald Traugutt**, późniejszy dyktator powstania styczniowego. W latach 1845-1853 służył tu w rosyjskim 3. batalionie saperów. Został stracony przez Rosjan na stokach Cytadeli Warszawskiej.

Źródło: „Dawny Żelechów", opracowanie Michała Sztelmacha



eprasa.pl 0cc41dc691

NasTroje w Literaturze

Tyle wystarczy



Piotr Strzeżysz

Historia, którą chcę dziś opowiedzieć, zaczęła się niemal dokładnie cztery lata temu, w drugiej połowie listopada 2022 roku, gdzieś na obrzeżach Atlanty, w amerykańskim stanie Georgia. Od kilku tygodni byłem w drodze, jadąc z Nowego Jorku do Los Angeles. Wschodnie wybrzeże USA bardzo mnie wymęczyło: ruch na drogach, nawet tych bocznych, jest nieznośny, mosty są często nieprzejezdne dla rowerów albo ich przekraczanie jest możliwe tylko w określonych godzinach, gęstość zaludnienia duża, co wiąże się z problemami ze znalezieniem noclegu na dziko, pogoda też niezbyt sprzyjała. Tym chętniej więc powitałem mniej uprzemysłowione rejony, mając nadzieję, że z każdym tygodniem będzie lepiej. Czekałem na Teksas, Nowy Meksyk, Arizonę, Nevadę, Kalifornię. Chciałem odwiedzić znajomych, z którymi los złączył mnie podczas wcześniejszych wyjazdów do USA. Zapewne wszystkie oczekiwania by się spełniły, gdyby nie pech, nieuwaga, tak zwany „wypadek przy pracy", jeśli pracą można nazwać kilkumiesięczną podróż w poprzek północnoamerykańskiego kontynentu.

Nie wiem, jak to się stało, nie mam pojęcia. Przygotowywałem w namiocie kolację, kiedy gotująca się woda z garnka wylała mi się na obie stopy. Kuchenka też się przewróciła i od ognia zajęły się bluza i materac. Mimowolnie ścisnąłem wszystko nogami, przez co poparzyłem jeszcze skórę nad kostkami, ale to odkryłem dopiero rankiem.

Ogień ugasiłem polarem, który się lekko nadtopił. Najpierw tylko zakląłem pod nosem, ból pojawił się chwilę potem. Piekło i szczypało. Zdjąłem skarpety, kawałek skóry na stopie odszedł z materiałem, resztę zerwałem. Patrzyłem na oderwaną skórę i wiedziałem, że zdecydowanie nie była to dobra decyzja, bo przecież skóra chroni.

Miałem plastry, zalepiłem, co mogłem, i próbowałem zasnąć. Rankiem powitało mnie piękne słońce. Noga wyglądała słabo, ale jeszcze łudziłem się, że dam radę dalej jechać. W najbliższym miasteczku zajechałem do apteki. Zdążyłem już poradzić się lekarza w Polsce, co mam kupić, ale bez recepty nie mogłem dostać potrzebnych leków. Zrobiłem prymitywny opatrunek i poszedłem do Wendy's na hamburgera z frytkami. I wtedy pojawił się George. Rumun, od wielu lat mieszkający z rodziną w USA. Kiedy pokazałem mu swoje stopy, zapakował mnie do swojego wielkiego jak czołg pick-upa i zawiózł do domu. Okazało się, że jego synowa jest lekarzem, ale z racji braku nostryfikacji dyplomu ukończenia Akademii Medycznej w Stanach nie mogła pracować w zawodzie. Miała jednak kwalifikacje i doświadczenie, żeby przygotować mi odpowiedni opatrunek i zaaplikować właściwe leki.

Przez kilka dni jeździliśmy do niej na zmianę opatrunków. George z żoną Lavinią opiekowali się mną jak synem. Po tygodniu było już jednak pewne, że szybko w dalszą trasę nie ruszę. Rany goiły się bardzo wolno, potrzebowałem lepszej opieki medycznej, a na leczenie szpitalne w USA nie mogłem sobie pozwolić. George odwiózł mnie na lotnisko, wróciłem do Polski wraz z rowerem. Rany zagoiły się dopiero po kilku miesiącach. Blizny mam do dziś, nadal muszę uważać na ekspozycję na silne słońce.

I w tym punkcie historia właściwie byłaby zakończona, ale miała swój ciąg dalszy. Nie, nie poparzyłem się po raz kolejny, pula złych przygód (mam nadzieję) została wyczerpana. Otóż George'a i Lavinię spotkałem raz jeszcze, ale nie w USA. Byłem w drodze z Polski do Indii i przejeżdżałem przez Węgry, kiedy dostałem wiadomość, że oboje wybierają się tydzień później do Rumunii. Było więc tylko kwestią dogadania się, kiedy i gdzie się spotkamy. Nasze ścieżki zbiegły się po drugiej stronie Szosy Transfogaraskiej, na której poprzedniego dnia widziałem kilkanaście niedźwiedzi. Musiałem nieco zboczyć z obranej wcześniej trasy, ale podjechałbym do nich choćby i tysiąc kilometrów, żeby raz jeszcze podziękować za gościnę i całą pomoc w USA.

Zjedliśmy wspólnie śniadanie, wypiliśmy kawę, po czym każde z nas ruszyło dalej w swoją stronę. Niby nic nieznaczące spotkanie, dwie godziny trywialnej rozmowy, ale o ile przyjemniej rozmawiało się z nimi tym razem, kiedy byłem zdrowy, gdy czekały mnie jeszcze tysiące kilometrów drogi do Indii.

Odwdzięczyłem się zaledwie spotkaniem. Może tyle wystarczy. Szczególnie jeśli nikt nie oczekuje niczego więcej, tylko odrobiny naszego czasu, naszej uwagi, naszej troski. Może właśnie na tym polega wdzięczność: żeby pamiętać o ludziach, którzy kiedyś wyciągnęli do nas rękę, i samemu zrobić to samo, kiedy nadarzy się okazja.









eprasa.pl 0cc41dc691

20-26 listopada 2026



Treść programu i foto dzięki uprzejmości: Prasowej Agencji Telewizyjnej, Canal Plus, Polsatu, TVP1, TVP2, TV4, TVN, TVN7, TV Puls, TV Trwam, TVP Kultura
INFORMUJEMY, ŻE REDAKCJA NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA ZMIANY W PROGRAMACH TV
Wydawca: Dodatek sp. z o.o., ul. Wiatrakowa 11/3, 85-115 Bydgoszcz, tel. 516-018-821, e-mail: iwona@magraf.pl. Redaktor naczelny: Sławomir Grzmiel
ISSN 1643-2460 • Skład komputerowy: Magraf sp.j.
NR 47

Piątek



21:00 POLSAT

Hobbit: Pustkowie Smauga

Przygodowy, fantasy, USA, Nowa Zelandia, 2013

Bilbo Baggins (Martin Freeman) i trzynastu krasnoludów, pod wodzą Thorina Dębową Tarczę (Richard Armitage) kontynuują swoją ekspedycję do Samotnej Góry. Bohaterom udało się wymknąć z zasadzki orków, ale nadal grozi im z ich strony śmiertelne niebezpieczeństwo, bo pościg trwa. Po krótkim odpoczynku u Beorna (Mikael Persbrandt) - człowieka, który przybiera postać niedźwiedzia - wędrowcy muszą przejść przez osławioną Mroczną Puszczę. Ich przewodnik, czarodziej Gandalf Szary (Ian McKellen) tu ich opuszcza, aby zbadać niepokojące sygnały, docierające z południa.

Sobota



00:05 TV PULS

Długi pocałunek na dobranoc

Akcja, USA, 1996

Samantha Caine (Geena Davis) to znana i szanowana nauczycielka. Od kilku lat wraz z mężem i córką mieszka w małym miasteczku i cierpi na częściowy zanik pamięci. Po telewizyjnej transmisji świątecznej parady, w której wzięła udział, napada na nią uzbrojony mężczyzna. To wydarzenie sprawia, że kobieta za wszelką cenę chce dowiedzieć się czegokolwiek o swojej przeszłości. Prosi o pomoc Mitcha Henesseya (Samuel L. Jackson) - wiecznie skacowanego detektywa. Efekt przerasta jej najśmielsze wyobrażenia. Samantha i Henessey muszą udaremnić diaboliczne plany wrogów, nim z obojga zostanie tylko wspomnienie.

Niedziela



15:55 TV 4

Most szpiegów

Thriller szpiegowski, USA, Niemcy, 2014

Zimna Wojna. Napięcie między mocarstwami - USA i Związkiem Radzieckim narasta. Kiedy FBI aresztuje Rudolfa Abla (Mark Rylance), sowieckiego szpiega żyjącego w Nowym Jorku, strach i paranoja jeszcze eskalują. Amerykański prawnik James B. Donovan (Tom Hanks) podejmuje się jego obrony i udaje mu się wynegocjować zamiast kary śmierci - wyrok 30 lat więzienia. Tymczasem Sowieci aresztują amerykańskiego pilota (Austin Stowell), który fotografował terytorium ZSRR. CIA planuje doprowadzić do wymiany więźniów...

INNE DATY EMISJI: PIĄTEK, 22:20

Poniedziałek



20:00 TV PULS

Terminator 2: Dzień sądu

Akcja, SF, USA, 1991

W przyszłości trwa wojna ludzi z maszynami, które przejęły władzę nad światem. Jedyną nadzieją ludzkości jest charyzmatyczny przywódca Ruchu Oporu, John Connor. Obawiając się go, maszyny wysyłają w przeszłość nowy prototyp cyborga T-1000, który ma zgładzić młodego Johna Connora. W ślad za nim Ruch Oporu wysyła stary model Terminatora (Arnold Schwarzenegger), przeprogramowany tak, aby ocalił życie młodego Johna.

Wtorek



00:40 TVP 2

Wieloryb

Dramat, USA, 2022

Charlie już od lat żyje na marginesie świata uwięziony w małym mieszkaniu przez chorobliwą otyłość. Odrzucony, nie bez powodu, przez swoich bliskich, samotnie zmierza w życiową przepaść. Wystarczy jednak jeden impuls, jedno spotkanie, by zapalić w nim płomień nadziei na to, że jeszcze nie wszystko stracone. Charlie podejmuje próbę nawiązania dawno utraconego kontaktu z nastoletnią córką. Wie, że czeka go niesłychanie trudne spotkanie. Zdaje sobie sprawę, że ryzykuje utratę ostatniego złudzenia. Gotów jest jednak podjąć to ryzyko...

INNE DATY EMISJI: PONIEDZIAŁEK, 23:30

Środa



22:00 POLSAT

Prawdziwe kłamstwa

Komedia sensacyjna, USA, 1994

Harry Tasker (Arnold Schwarzenegger) jest asem wśród szpiegów: włada biegle sześcioma językami, ma nienaganne maniery. Ale też potrafi unieszkodliwić każdego przeciwnika i zlikwidować każdą przeszkodę. Ponadto, doktoryzował się z fizyki jądrowej i potrafi pilotować samolot odrzutowy najnowszej generacji. Ma też swoje słabości: uwielbia tańczyć tango i nic nie jest go w stanie powstrzymać. Jest międzynarodowym agentem do zadań specjalnych i pracuje dla organizacji „Omega Sector" - supertajnej agendy, zajmującej się rozpracowywaniem terroryzmu nuklearnego.

Czwartek



20:00 TV PULS

Niemożliwe

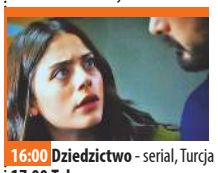
Katastroficzny, Hiszpania, Tajlandia, USA, 2012

Tajlandia, 2004 rok. Maria (Naomi Watts) i Henry (Ewan McGregor) wraz z trójką synów postanawiają spędzić święta Bożego Narodzenia w samym sercu tropikalnego raju. Przepiękny hotel, położony w malowniczym otoczeniu palm, złocistej plaży i błękitnego oceanu, wydaje się być gwarancją wymarzonego odpoczynku. Jednak ten raj w ułamku sekundy zamieni się w prawdziwe piekło. Pewnego dnia, od strony morza, dochodzi przerażający huk. Mieszkańcy hotelu zamierają w bezruchu. W chwilę później plaża, budynki i znajdujący się tam ludzie zostają zmieceni przez monstrualną falę tsunami.

PIĄTEK • 20 listopada

TVP 1

04:50 **Wykrywacz kłamstw**
05:10 **Pytanie dnia** - rozmowa
05:30 **Reporterzy** - magazyn
05:45 **Oko na Świat** - magazyn
06:10 **Akacjowa 38** - serial, 2018
07:00 **Transmisja Mszy Świętej**
07:30 **Agape Blisko Ciebie**
08:00 **Serwis Info; Pogoda Info**
08:25 **Okrasa łamie przepisy** - magazyn kulinarny
09:00 **Ranczo** - serial kom., 2011
10:00 **Komisarz Alex** - serial krym.
11:00 **Ojciec Mateusz** - serial
12:00 **Serwis Info**
12:10 **Agrobiznes; Agropogoda**
12:40 **Magazyn Rolniczy, 2026**
12:55 **Natura w Jedynce - Zwierzęta. - Pajęczaki** - serial dok., Australia, 2023
14:00 **Splątane losy** - serial
15:00 **Serwis Info**
15:10 **Reporterzy** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka** - teleturniej



16:00 **Dziedzictwo** - serial, Turcja
17:00 **Teleexpress**
17:20 **Pogoda**
17:25 **Jaka to melodia?** - teleturniej muzyczny
18:05 **Klan** - telenowela, Polska
18:40 **Akacjowa 38** - serial, 2018
19:30 **Program inform. 19.30**
19:55 **Pytanie dnia** - rozmowa
20:10 **Sport**
20:15 **Pogoda**
20:30 **Pociąg widmo** - serial, Wlk. Bryt., 2024
21:25 **Powrót na Ranczo** - serial kom., 2026
22:00 **Okruchy losu** - Różyczka - dram., Polska, 2011
00:05 **Rocky 2** - dram., USA, 1979
02:05 **Chce się żyć** - obycz., Polska, 2013
04:00 **Słodkie oczy** - film TVP, 1979

TVP 2

04:35 **Na dobre i na złe** - serial, Polska, 2026
05:30 **M jak miłość** - serial, Polska, 2025
06:20 **Anna Dymna - spotkajmy się**
06:50 **Dla niesłyszących - Barwy szczęścia** - serial obycz., 2026
07:30 **Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz**
11:45 **Operacja zdrowie** - magazyn medyczny
12:30 **Koło fortuny** - teleturniej
13:15 **Panna młoda** - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
15:05 **La Promesa** - serial obycz., 2024
16:00 **Koło fortuny** - teleturniej
16:35 **Familiada** - teleturniej



17:20 **Panna młoda** - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 **Va Banque** - teleturniej
18:50 **Jeden z dziesięciu** - teleturniej
19:25 **Barwy szczęścia** - serial obycz., 2026
19:55 **Domowe patenty** - felieton
20:05 **Barwy szczęścia** - serial obycz., 2026
20:40 **Kocham Cię, Polsko!** - zabawa quizowa
22:15 **Gabi Drzewiecka zaprasza** - magazyn muzyczny
23:15 **To jest grane** - magazyn muzyczny
23:50 **Syn** - serial, USA, 2017
01:45 **Jesień w Nowym Jorku** - obycz., USA, 2022
03:15 **Serial fabularny**

TVN

05:40 **Uwaga!** - program interw.
05:55 **Ukryta prawda** - serial
06:50 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 **Dzień Dobry TVN** - magazyn poranny
11:25 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 **Ukryta prawda** - serial
15:45 **Młode gliny** - serial krym.
16:50 **Szpital św. Anny** - serial
17:55 **Detektywi** - prog. krym.
19:00 **Fakty**
19:30 **Sport**
19:35 **Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich**
19:40 **Pogoda** - informacje
19:50 **Uwaga!** - program interw.
20:00 **Skyfall** - sens., USA, Wlk. Bryt., 2012. Po ataku na siedzibę MI6, M zostaje zmuszona do przeniesienia działalności do podziemnego centrum.



23:10 **Fokus** - sens., USA, 2015. Will Smith wciela się w postać Nicky'ego, doświadczonego mistrza podstępu, który wdaje się w romans z początkującą oszustką o imieniu Jess (Margot Robbie).
01:20 **Kuba Wojewódzki** - talk-show
02:30 **Uwaga!** - program interwencyjny
02:45 **Młode gliny** - serial krym. Porwano prokuratora Helda, zasłużonego w walce ze zorganizowaną przestępczością...
04:45 **Jak to jest zrobione** - serial popularnonaukowy, Kanada
05:15 **Zamieszkać na plaży** - program edukacyjny

POLSAT

06:00 **Nowy dzień**
08:00 **Halo tu Polsat** - program informacyjno-rozrywkowy
11:40 **Na ratunek 112** - serial obyczajowy. 17-letniego Piotra Sadowskiego wychowuje ojciec, który często wyżywa się na synu. Podczas kolejnej awantury Piotr dzwoni pod numer alarmowy 112...
12:20 **Gliniarze** - paradokument
15:30 **Wydarzenia** - program informacyjny
15:50 **Pogoda**
15:55 **Gliniarze** - paradokument
18:00 **Pierwsza miłość** - serial obyczajowy
18:50 **Wydarzenia** - program informacyjny
19:15 **Gość Wydarzeń** - rozmowa dnia
19:30 **Sport**
19:45 **Pogoda**
19:55 **Lego Masters** - reality show



21:00 **Hobbit: Pustkowie Smauga** - przygod., fantasy USA, Nowa Zelandia, 2013 ●
01:00 **Uprowadzona 2** - sens., Franc., 2012. Bryan Mills (Liam Neeson) to emerytowany agent CIA, organizuje wraz z byłą żoną Lenore (Famke Janssen) i Kim wakacje w Stambule. Tam wraz z żoną zostają porwani. Córce, w porę ostrzeżonej przez ojca, udaje się uciec...
03:00 **Nasz Nowy Dom** - program rozrywkowy
04:05 **Kabaretowa Ekstraklasa** - program rozrywkowy
04:40 **Disco Gramy** - program muzyczny
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

06:10 **Dobry tytuł** - magazyn
06:45 **W poszukiwaniu dobrego filmu** - magazyn
07:20 **Rawhide** - western, USA, 1959
08:25 **Tamte lata, tamte dni** - magazyn
09:00 **Rodzina Kanderów** - serial obycz., Polska, 1988
10:15 **Nie do przebaczenia** - western, USA, 1960
12:25 **Portrety - Kant - doświadczenie wolności** - dok., Niemcy, 2024
13:35 **Pejzaż bez Ciebie** - koncert, 1994
15:05 **Weiser** - dram. psych., Polska, Niemcy, Dania, 2000
16:55 **Rodzina Kanderów** - serial obycz., Polska, 1988
18:05 **Tygodnik Kulturalny**
18:50 **Pamiętniki Sherlocka Holmesa - Kamień Mazarina** - serial, Wlk. Bryt., 1994



20:00 **Wieczór kinomana - Jedno życie** - dram., Wlk. Bryt., 2023
22:05 **Pitbull** - serial policyjny, 2007
23:05 **Czwartkowy klub filmowy - Wstęp do filmu - Obywatel Kane**
23:15 **3 × Złota Era Hollywood - Obywatel Kane** - fab., USA, 1941
01:20 **Noc krótkich filmów - Zabawne ptaki** - anim., Franc., 2021
02:00 **Nocny dokument - Pod niebem Damaszku** - dok., Wlk. Bryt., USA, 2023
03:30 **Tygodnik Kulturalny**
04:20 **Podróże z historią - Gorączka srebra** - dok., Polska
04:55 **Teledysk**

Stopklatka

06:00 **Kabaretowe hity** - prog. rozrywk., Polska, 2023
06:55 **Wojciech Cejrowski. Boso przez Świat** - serial podróżniczy, Polska, 2009
08:00 **Robert Makłowicz** - serial kulinarny, Polska, 2023
09:45 **Komisarz Rex** - serial krym., Austria, Niem., 1999
11:55 **Vera** - serial krym., Wlk. Bryt., 2015. Pracownik portowy spada z dachu wielopoziomowego parkingu, odbierając córkę z balu maturalnego i wszystko wskazuje na nieczystą grę.
13:55 **Katastrofy w przestworzach** - dok., Kan. Kulisy najgłośniejszych katastrof lotniczych ostatnich lat. Fabularyzowane historie uzupełniają relacje pilotów.
18:05 **Wojny magazynowe Kanada** - reality show, Kan., 2015



19:15 **Aukcja w ciemno** - dok., USA, 2013. Jesse natrafia na tajemniczy kosz, którego zawartość przywołuje w nim wspomnienia...
20:00 **Sztos** - kom., Polska, 1997
21:55 **Hansel i Gretel: Łowcy czarownic** - akcja, Niem., USA, 2013
23:45 **Egzorcysta: Początek** - horror, Franc., Wł., PK, USA, 2003
02:05 **Mniejsze zło** - hist., Polska, 2009. Poruszająca opowieść o człowieku gotowym na wszystko dla osiągnięcia sukcesu, osadzona w realiach chwiejącego się w posadach komunizmu w Polsce.
04:45 **Pewnego dnia...** - dok., Niem., 2023

TVN 7

05:15 **Ten moment** - serial
05:50 **Żony Podlasia** - dokument
06:45 **Szkoła** - serial obycz., Polska
08:40 **Ukryta prawda** - serial
11:45 **Zły człowiek** - program kryminalny
12:25 **We śnie** - program krym.
13:05 **W-11 Wydział Śledczy** - program kryminalny
13:50 **Detektywi** - program krym.
14:55 **Szpital św. Anny** - serial
15:55 **Ukryta prawda** - serial
17:00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - serial sądowy
19:00 **Ukryta prawda** - serial
20:00 **Słodko-ostro** - kom., USA, 2021
22:15 **Zły Mikołaj** - kom., USA, Niemcy, 2003
00:05 **13 minut** - katastrof., Kan., USA, 2021
02:30 **Hotel Paradise** - reality show
03:25 **Prawdziwy horror** - serial
04:20 **Fachowcy** - paradokument
04:55 **Usterka** - poradnik

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradokumentalny **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny **11:55** Na ratunek 112 - serial obyczajowy
12:55 Trudne sprawy - program obyczajowy **17:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:00** Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny **20:00** A na obiad... - program kulinarny **20:15** Gwiazdy kabaretu - program rozrywkowy **22:20** Most szpiegów - sens., USA, Niemcy, 2014 ●
01:20 Opowiem Ci o zbrodni - serial krym. **02:20** Love Island. Wyspa miłości - reality show **03:25** Lubię disco! - program muzyczny **04:25** Top 10 - Lista Przebojów - magazyn muzyczny **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Puls

06:00 **Policjanci z Miami** - serial
08:00 **Kobra - oddział specjalny** - serial kryminalny
10:00 **Zaklinaczka duchów** - serial fabularny
11:00 **Kotka** - serial, Meksyk
12:00 **Mój grzech**
13:00 **Wspaniałe stulecie** - serial
14:00 **Rodzinny interes** - serial
15:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - paradokument
17:00 **Rodzinny interes** - serial
18:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - paradokument
20:00 **Pole rażenia** - akcja, USA, 1993
22:05 **Rambo 2** - akcja, USA, 1985
00:00 **Nie cudzołóż i nie kradnij** - kom., Polska, 2022
02:05 **Lombard. Życie pod zastaw** - paradokument
02:55 **Menu na miarę**
04:00 **Taki jest świat** - przegląd wydarzeń z całego globu
04:25 **Menu na miarę**
05:00 **Dyżur** - serial medyczny

TV Trwam

09:35 Św. na każdy dzień **09:45** Jestem mamą **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:25** Głos Polski **11:35** Natura et Homo **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Głos serca **13:05** Świat widziany sercem **13:30** Msza św. **14:30** Drzwi do lasu
14:55 Słowo życia **15:00** Modlitwa do Bożego Miłosierdzia **15:20** Mocni w Wierze **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Natura Obiektywnie **16:40** Post Scriptum **17:05** Pradawne **17:30** Łączy Nas Historia **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański
18:05 Inf. dnia **18:15** Westerplatte Młodych **19:00** Warto zauważyć... **19:30** Historie Starego Testamentu **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Miasteczko na rozdrożu **22:45** Przegląd Tyg. „Niedziela"

eprasa.pl 0cc41dc691

SOBOTA • 21 listopada

TVP 1

05:05 Wykrywacz kłamstw
05:25 Pytanie dnia - rozmowa
05:45 Oko na Świat - magazyn
06:20 Balans bieli - magazyn
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:40 Rok w ogrodzie; Rok w ogrodzie Extra - mag.
08:20 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych
09:05 Ranczo - serial kom., 2011
10:05 Komisarz Alex - serial krym.
10:55 Dobre strony - Grażyna Szapołowska i Maciej Maleńczuk - reportaż
11:20 Ojciec Mateusz - serial
12:05 Domowe patenty - felieton
12:15 Między pokoleniami - dokument, 2026
12:45 W samo południe - western, USA, 1952
14:15 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa - felieton
14:25 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny



15:00 Rolnik szuka żony - reality show, 2026
16:00 Zaraz wracam - serial, Polska, 2026
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Ojciec Mateusz - serial
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:05 Sport
20:10 Pogoda
20:25 Komisarz Alex - serial krym.
21:25 Hit na sobotę - Rekiny wojny - kom., USA, 2016
23:25 Spokojnie, to tylko awaria - kom., USA, 1982
00:55 Różyczka - dram., Polska, 2011
03:00 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny

TVP 2

04:40 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
06:25 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial, Polska, 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny
11:25 Super Gary. Gotuj z Bosacką! - program rozrywkowy
12:05 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn
12:40 Informacje kulturalne - magazyn
13:05 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2027 - widowisko muzyczne



16:20 Na dobre i na złe - serial
17:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Omnibus - szybcy i mądrzy - teleturniej
19:10 Słowo na niedzielę - rozmowa
19:25 Rodzinka.pl - serial kom.
20:30 The Voice of Poland - Live - widowisko muzyczne
23:30 Postaw na milion - teleturniej
00:30 Wypisz, wymaluj... miłość - obycz., USA, 2013. Jack i Dina, nauczyciele z tej samej szkoły średniej, stają do osobliwej rywalizacji. Co z tego wyniknie?
02:30 Druga córka - fab., Niemcy, 2020
04:10 Serial fabularny

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - serial
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:30 Bez kompleksów - reality show
12:40 Na Wspólnej Omnibus - serial obycz., Polska
14:40 MasterChef - program kulinarno-rozrywkowy. W powietrzu czuć ogromne napięcie i zaciętą rywalizację! W kuchni MasterChefa rozpoczyna się decydująca walka o miejsce w wielkim półfinale.
16:25 Skoki narciarskie: Puchar Świata, Lillehammer
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda - informacje
19:45 Azja Express - reality show



21:25 Beetlejuice Beetlejuice - kom., USA, Franc., 2024. Beetlejuice powraca! Po nieoczekiwanej tragedii rodzinnej trzy pokolenia Deetzów wracają do domu w Winter River.
23:35 Blade: Wieczny Łowca - horror, USA, 1998. Blade zetknął się ze śmiertelnym niebezpieczeństwem zanim się narodził. Jego matka została ukąszona przez wampira...
02:10 Uwaga! - program interw.
02:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
03:30 Młode gliny - serial krym.
04:35 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy
05:05 Zamieszkać na plaży

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - program informacyjno-rozrywkowy
11:00 SuperMarket Chef
11:35 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
12:55 Pokochaj lub sprzedaj - reality show
14:00 Powrót do przyszłości - kom., USA, 1985. Jest rok 1985 - ale nie na długo. Wszystko dlatego, że Marty McFly (Michael J. Fox) niebawem zostanie wystrzelony w przeszłość, do roku 1955, za sprawą napędzanego plutonem wehikułu czasu DeLorean, którego wynalazcą jest nieco ekscentryczny geniusz - Doktor Emmet Brown (Christopher Lloyd).
16:30 Awantura o kasę - teleturniej
17:40 Hitster. Muzyczna gra przebojów - teleturniej



18:50 Wydarzenia - prog. inform.
19:15 Prezydenci i Premierzy - rozmowy J. Gugały
19:30 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Kabaret na żywo - Młodzi i moralni
22:00 Jurassic World: Upadłe królestwo - sens., USA, Chiny, 2018. Trzy lata po zamknięciu parku rozrywki Jurassic World dzielna para - Owen (Chris Pratt) i Claire (Bryce Dallas Howard) wracają na Isla Nublar, aby ratować dinozaury...
00:45 Człowiek z Toronto - kom., USA, 2022
03:05 Snajper. Jednostka specjalna G.R.I.T. - sens., USA, 2023
05:10 Disco Gramy

TVP Kultura

06:05 Locatelli - koncert, Niemcy, 2022
07:55 Od ucha do ucha - Opowieść o trzech siostrach, czyli jak powstały pory roku • Kabaret • Miejsce
08:30 Weiser - dram. psych., Pol., Niemcy, Dania, 2000
10:20 Pan wzywał, Milordzie? - serial komediowy, Wlk. Bryt., 1988
11:25 Eufonie - reportaż, 2026
12:00 Fanny Ardant. Filmy mojego życia - dok., Franc., 2022
13:10 Dzień z życia artysty - Katarzyna Żak - magazyn
13:50 Jasminum - obycz., Polska, 2005
16:00 Czterdziestolatek - Kozioł ofiarny, czyli rotacja - serial, Polska, 1975
17:10 Tamte lata, tamte dni - magazyn



17:50 Nie do przebaczenia - western, USA, 1960
20:00 Bilet do kina - Chłopcy z Jersey - fab., USA, 2014
22:25 Klub Jazzowy - Wojciech Jachna - koncert, 2026
23:40 Wieczór kinomana - Wstęp do filmu - Jedno życie
23:45 Wieczór kinomana - Jedno życie - dram., Wlk. Bryt., 2023
01:40 Eufonie, 2026 - reportaż, 2026
02:00 Pitbull - serial policyjny, 2007
02:55 Kulturalni - magazyn
03:45 Smak Torunia - dok., Polska
04:20 Aria Diva - film krótkometrażowy TVP, 2007
05:00 Teledyski

Stopklatka

06:00 Komisarz Rex - serial kryminalny, Włochy, Austria
10:00 Hudson i Rex - serial krym., Kan., 2023
12:00 Vera - serial krym., Wlk. Bryt., 2016. Vera bada sprawę zabójstwa 56-letniej kobiety. Jej ciało, pośród dzikich i odludnych torfowisk Northumberland, znalazła młoda...
14:05 Pan Wołodyjowski - historyczny, przygodowy, Polska, 1969. Michał Wołodyjowski wstępuje do klasztoru. Tymczasem Polska przygotowuje się na turecki najazd...
17:20 Stawka większa niż życie - serial woj., Polska, 1967. Polscy partyzanci muszą wysadzić most. Ma im w tym pomóc Hans Kloss. Pojawia się jednak istotna przeszkoda - dawna miłość...



20:00 Alfa - akcja, USA, 2018
22:00 Ucieczka gangstera - kryminał, Japonia, USA, 1994. Doc McCoy (Alec Baldwin) - to największy spec od napadów rabunkowych. Gdy wpada w tarapaty, jego superatrakcyjna żona i jednocześnie...
00:35 Haker - kom., Polska, 2002. Marcin i Turbo są najlepszymi kumplami. Dzieli ich wszystko - charakter, sytuacja życiowa, pieniądze - łączy wspólna pasja: hakowanie.
02:35 I stanie się koniec - akcja, USA, 1999
05:20 Najpiękniejsze fajerwerki ever - polityczny, Polska, 2016.

TVN 7

05:15 Ten moment - serial
05:50 Wiza na miłość - serial
06:45 New Looney Tunes III - animacja
07:00 8-bitowe święta - film rodzinny, USA, 2021
09:00 Unboxing - Wielkie Otwarcie - reality show
09:35 The Floor - teleturniej
11:00 Ukryta prawda - serial
11:30 Mówię Wam - talk-show
12:55 Ukryta prawda - serial
14:55 Szpital św. Anny - serial
16:55 Detektywi - prog. krym.
20:00 Zabójcza broń - sens., USA, 1987
22:20 Władca Pierścieni. Pierścienie władzy 2 - mini-serial, USA, N. Zel., Kan.
23:45 World Trade Center - obycz., USA, 2006
02:25 Zbliżenie. Mówię Wam - talk-show
03:25 Fachowcy - paradokument
04:05 Usterka - poradnik
04:45 Dorota was urządzi

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **07:00** Galileo - ciekawostki popularno-naukowe **09:05** JesteśmyDlaDzieci - program edukacyjny **09:30** A na obiad... - program kulinarny **09:35** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe
11:45 Mini Galileo - intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki **12:10** Akademia sztuk walki fab. USA, 2015 **14:25** SuperMarket Chef **14:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** A na deser... - program kulinarny
20:10 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **00:20** Gwiazdy kabaretu - program rozrywkowy **02:25** STOP Drogówka - serial policyjny **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
09:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu
09:25 Boso przez świat - program podróżniczy Wojciecha Cejrowskiego
10:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 Rambo 3 - akcja, USA, 1988
22:05 Londyn w ogniu - akcja, USA, Bułg., Wlk. Bryt., 201. Gerard Butler, Aaron Eckhart i Morgan Freeman w thrillerze o zamachu, który zamienia brytyjską stolicę w pole walki.
00:05 Długi pocałunek na dobranoc - akcja, USA, 1996 ●
02:20 Dyżur - serial medyczny
03:20 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu
04:00 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dyżur - serial medyczny

TV Trwam

09:00 Matusia - siostra Matylda Getter **10:00** Inf. dnia **10:15** Retrospekcja **10:35** Słowo życia **10:40** Polski Punkt Widzenia **11:00** Kropelka radości **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Warto zauważyć... **12:50** Natura Obiektywnie **13:20** Ocalić od zapomnienia **13:30** Msza św.
14:30 Przegląd Tyg. „Niedziela" **14:35** Słowo życia **14:40** Św. na każdy dzień **14:45** Jak wygrać małżeństwo? **15:00** Dzielna niewiasta **15:15** Mateczniki Polskości **15:30** Wierzę w Boga **16:00** Inf. dnia **16:10** Historia PL **17:00** Z Parlamentu Europ.
17:30 Przełamując bariery **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** 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 • 22 listopada

TVP 1

05:00 Sprawdzamy - magazyn
05:25 Sprawa dla reportera
06:20 Słownik polsko@polski - talk-show prof. J. Miodka
06:55 Słowo na niedzielę
07:00 Transmisja Mszy Świętej
08:00Tydzień - magazyn
08:30 Woliński Park Narodowy - dok., Polska, 2026
09:05 U Pana Boga w ogródku - serial kom., 2008
10:00 Ojciec Mateusz - serial
10:55 Komisarz Alex - serial krym.
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański, Watykan
12:15 Między ziemią a niebem
12:45 Taize - Dom serca - reportaż
13:10 Dzika Skandynawia - dok., Wlk. Bryt., 2023
14:05 Opowieści o niedźwiedziu - Ruja - dok., 2024
14:20 Rolnik szuka żony. Odwiedziny
14:50 Alternatywy 4 - serial kom.



16:00 Zaraz wracam - serial
17:00 Teleexpress; Pogoda
17:35 Daję słowo - Maciej Orłoś - Jolanta Kwaśniewska
18:25 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa - felieton
18:40 Jaka to melodia? - telet.
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:05 Sport; Pogoda
20:25 Gra z Cieniem - serial
21:25 Rolnik szuka żony - reality show, 2026
22:20 Rolnik szuka żony. Odwiedziny
22:45 Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu - kom., USA, 2015
00:25 W samo południe - western, USA, 1952
01:55 Jaka to melodia? - telet.
02:50 Warszawa - obycz., Polska, 2003

TVP 2

05:10 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
06:25 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial, Polska, 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
10:30 Domowe patenty - felieton
10:35 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka - magazyn
11:10 The Voice of Poland - Live - widowisko muzyczne
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:10 Szansa na sukces. Opole 2027 - widowisko muzyczne
17:20 Tak to leciało - teleturniej muzyczny



18:15 Omnibus - szybcy i mądrzy - teleturniej
19:10 Kocham Cię, Polsko! - zabawa quizowa
20:45 Gwiazdy w akcji - Czas zemsty - akcja, USA, 2013. Od pewnego czasu tajemniczy morderca wysyła listy z pogróżkami i likwiduje kolejnych członków gangu mafiosa Alphonse'a Hoyta...
22:50 Kwiatki Polskie duże - widowisko publicystyczne
23:50 Dzień z życia artysty - Katarzyna Żak - magazyn
00:25 Matylda - serial kostiumowy, 2024
01:15 Syn - serial, USA, 2017
03:00 Wypisz, wymaluj... miłość - obycz., USA, 2013

TVN

05:50 Uwaga! - program interwencyjny
06:10 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:10 Magda gotuje internet - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:30 Unboxing - Wielkie Otwarcie - reality show
12:05 Co za tydzień - program rozrywkowy
12:55 Azja Express - reality show
14:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
15:45 Skoki narciarskie: Puchar Świata, Lillehammer
18:25 Nowa Szelągowska - program remontowo-wnętrzarski, reality show
19:00 Fakty



19:30 Sport
19:40 Pogoda - informacje
19:45 MasterChef - program kulinarno-rozrywkowy
21:30 Pieniądze to nie wszystko - kom., Polska, 2001. Satyryczny obraz wsi polskiej zapijającej wzmocnionym winem owocowym beznadzieję po okresie transformacji ustrojowej.
23:45 Apokawixa - horror, Polska, 2022.
02:20 Superwizjer - magazyn reporterów
03:00 Uwaga! - program interwencyjny
03:20 Młode gliny - serial krym., Polska
05:10 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - program informacyjno-rozrywkowy
11:05 Ewa gotuje - program kulinarny
11:45 Sezon na misia 4: Strach się bać - anim., USA, Kan., 2015. Gdy na kempingu przy ognisku Elliot opowiada historię o potworze z lasu, niedźwiedź Boguś - który przecież nigdy nie należał do najodważniejszych misiów - jest przerażony!
13:35 Rodzina Addamsów - anim., Kan., USA, 2019
15:25 Lego Masters. W drodze - reality show
16:30 Awantura o kasę - teleturniej
17:40 Hitster. Muzyczna gra przebojów - teleturniej
18:50 Wydarzenia - prog. inform.
19:15 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Być gwiazdą - reportaż



19:55 Taniec z Gwiazdami - program taneczno-rozrywkowy
23:00 Szczęścia chodzą parami - kom., Polska, 2020. Malwina, przebojowa projektantka samochodów, zakochuje się w Brunonie, wziętym terapeucie par.
01:15 Downton Abbey - obycz., Wlk. Bryt., USA, Chiny, 2019. W siedzibie rodu hrabiowskiego Grantham rozpoczynają się przygotowania do największego zaszczytu, jaki można sobie wyobrazić - wizyty pary królewskiej.
03:50 Świat według Kiepskich - serial komediowy
04:50 Disco Gramy
05:40 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:00 Hotel pod Różami - Koncert Przeglądu Piosenki Aktorskiej - 2006
07:10 Rozmowy (nie)wygodne - Anna Jurksztowicz
07:50 Od ucha do ucha - Bajnutki - bajki piaskiem i dźwiękiem pisane - Tymek • Wiersze dla dzieci - Na wyspach Bergamutach
08:00 Nabożeństwo Kościoła Ewangelicko-Reformowanego w Warszawie
09:00 Przystań nad Biblią
09:20 Samuel - reportaż, 2026
10:00 Pamiętniki Sherlocka Holmesa - serial,1994
11:05 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt.
12:10 Teatr Telewizji - Głupi Jakub - spektakl teatralny, 1972
14:20 Stromboli, ziemia Boga - dram., USA, Włochy, 1950



16:10 Czterdziestolatek - serial, Polska, 1976
17:15 Niedziela z... Wojciechem Malajkatem
18:05 Cesarskie cięcie - kom., Polska, 1987
19:35 Wydarzenie aktualne
20:00 Pan od muzyki - dram., Franc., Szwajc., 2004
21:45 Porozmawiajmy szczerze
22:25 Więcej niż fikcja - Lekcja sztuki według Ricarda - dok., Franc., Szwajc., 2023
00:25 Noc krótkich filmów - Piękni mężczyźni
00:55 Klub Jazzowy - Wojciech Jachna - koncert, 2026
02:00 Kino nocne - Chłopcy z Jersey - fab., USA, 2014
04:15 Niedziela z... Wojciechem Malajkatem
05:05 Teledysk

Stopklatka

06:00 Komisarz Rex - serial kryminalny, Wł., Austria, 2009
10:00 Hudson i Rex - serial krym., Kan., 2024. Kiedy śledztwo w sprawie morderstwa przeradza się w porwanie, nos Rexa prowadzi jego i Charliego na Wyspę Bell, prosto w sam środek planu podwójnej...
13:00 Komisarz Montalbano - serial krym., Wł., 1999. Starszy mężczyzna, urodzony w Vigaty, powraca na Sycylię po wielu latach spędzonych w Ameryce. Tego samego dnia w starym bunkrze odkryty zostaje pamiętnik z czasów II wojny światowej.
15:45 Książę i ja 3: Królewski miesiąc miodowy - komedia, USA, 2008



17:30 Stawka większa niż życie - serial woj., Polska, 1968.
20:00 The November man - akcja, USA, 2013. Były agent CIA powraca z emerytury, aby zapewnić ochronę ważnemu świadkowi. Wkrótce odkrywa, że dawni znajomi mogą okazać się najpotężniejszymi wrogami...
22:10 Oddział Delta 2 - akcja, USA, 1990.
00:35 Nagi instynkt 2 - thriller, Niem., Hiszp., Wlk. Bryt., USA, 2005
02:55 Karate po polsku - dram., Polska, 1982
05:00 Jaś Fasola - serial kom., Wlk. Bryt., 1994
05:45 Szumy i fonie - dram., Polska, 2024.

TVN 7

05:20 Ten moment - serial
05:55 Wiza na miłość - serial
06:50 New Looney Tunes III - animacja
07:05 Bez kompleksów - reality show
08:05 Gremliny rozrabiają - SF, USA, 1984
10:20 The Floor - teleturniej
11:35 Nasza rewolucja - kulisy produkcji
11:45 Top Model - reality show
13:10 Ukryta prawda - serial
15:10 Szpital św. Anny - serial
17:10 Detektywi - prog. krym.
18:10 Akademia policyjna III: Ponowne szkolenie - kom., USA, 1986
20:00 Jack Reacher - sens., USA, 2012
22:50 Dzień próby - sens., USA, 2001
01:15 Nostalgia anioła - obycz., USA, N. Zel., Wlk. Bryt., 2009
04:00 Fachowcy - paradokument
04:40 Dorota was urządzi

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show **07:00** Najdziwniejsze domy świata - dok., Wlk. Bryt., 2018 **08:05** Kultowe pociągi - najwspanialsze podróże koleją - dokument, Franc., 2024 **09:15** A na deser... - program kulinarny
09:30 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe **11:35** Karate Kid 4: Mistrz i uczennica - sens., USA, 1994 **13:45** Wyścig z czasem - sens., USA, 2003 **15:55** Most szpiegów - sens., USA, Niemcy, 2014 ● **18:55** Uroczysko - serial kryminalny
20:00 Sprawiedliwi. Trójmiasto **00:00** STOP Drogówka - serial policyjny **01:00** Nieznane zdjęcia Hitlera **03:10** Cudownych rodziców mam **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Puls

05:40 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu
06:05 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
07:00 Don Matteo: Boski detektyw - serial krym.
09:05 Rodzinny interes - serial
11:00 Miłość, szmaragd i krokodyl - przygod., USA, Meksyk, 1984
13:10 Sześć dni, siedem nocy - kom., USA, 1998
15:15 Bibliotekarz: Tajemnica włóczni - przygod., USA, Niemcy, 2004
17:35 Need For Speed - akcja, USA, 2014
20:00 Świat w ogniu - akcja, USA, 2019
22:20 Człowiek pies - akcja, Franc., Wlk. Bryt., USA, 2005
00:20 Sabotaż - akcja, USA, 2014
02:25 Dyżur - serial medyczny
03:20 Taki jest świat - przegląd
04:00 Dyżur - serial medyczny
05:00 Dzielnica strachu - serial

TV Trwam

09:25 Przegląd Tyg. „Niedziela" **09:30** Msza św. **10:30** Serial z życia Jezusa **11:00** Głos serca **11:45** Solidarność - narodziny Wolności **12:00** Anioł Pański z Ojcem Św. Leonem XIV **12:15** Papież Polak do Rodaków **12:40** Kryptonim Kościół **13:35** Cmentarz przy Lipowej
14:15 Miasteczko na rozdrożu **15:00** Wieś to też Polska **16:00** Inf. dnia **16:10** Koncert życzeń **16:50** Mateczniki Polskości **17:00** Natura et Homo **17:30** Sól ziemi **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień
19:30 Baśniowy teatr lalek **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Retrospekcja **21:45** Stan Bezp. Państwa **21:55** Św. na każdy dzień **22:00** Mocni Jego mocą **22:45** Jak wygrać małżeństwo?

eprasa.pl 0cc41dc691

PONIEDZIAŁEK • 23 listopada

TVP 1

05:00 Sprawdzamy - magazyn
05:15 Pytanie dnia - rozmowa
05:35 Reporterzy - magazyn
05:45 Oko na Świat - magazyn
06:10 Akacjowa 38 - serial, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Studio Raban - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:30 Zaraz wracam - serial
09:05 Ranczo - serial kom., 2011
10:05 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
12:55 Dzika Skandynawia - dok., Wlk. Bryt., 2023
14:00 Splątane losy - serial
15:00 Serwis Info
15:10 Reporterzy - magazyn



17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Klan - telenowela, Polska
18:40 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Słoneczna. Poza ciszą - serial
20:55 Teatr Telewizji - Wszystko czerwone - spektakl, 2026
22:10 Postscriptum - Wszystko czerwone - dyskusja
22:40 Lech Janerka - śpij, śpij inteligencie - dok., Polska
00:15 Balans bieli - magazyn
00:50 Spokojnie, to tylko awaria - kom., USA, 1982
02:20 Braciszek - dram., Polska, 2007
04:05 Raport specjalny - mag.

TVP 2

05:00 Rodzinka.pl - serial kom.
05:35 M jak miłość - serial, Polska, 2025
06:20 Rodzina (nie od) święta - magazyn
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:45 Dla niesłyszących - Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
12:25 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - serial obycz.
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024



18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
19:55 Domowe patenty - felieton
20:05 Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
20:40 Kulisy serialu „M jak miłość" - felieton
20:50 M jak miłość - serial, Polska, 2026
21:50 Na sygnale - serial fabularyzowany
22:55 Dyżur ogólny - magazyn
23:30 Wieloryb - dramat, USA, 2022
01:30 Davos wojna szpiegów - serial, Szwajc., Niem., 2023
02:20 Czas zemsty - akcja, USA, 2013

TVN

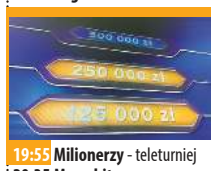
05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - serial
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:20 Doradca smaku - program kulinarny
11:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 Ukryta prawda - serial
15:45 Młode gliny - serial krym., Polska
16:50 Szpital św. Anny - serial
17:55 Detektywi - program krym.
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:40 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich
19:45 Pogoda - informacje
19:55 Uwaga! - program interwencyjny



20:15 Na Wspólnej - serial obycz.
20:50 The Floor - teleturniej
21:30 Robin Hood: Początek - przygod., USA, Wlk. Bryt., Franc., Hong Kong, 2018. Wieśniacy z Nottingham planują powstanie. Nie zgadzają się na opresje i wykorzystywanie przez władzę...
23:55 Triumf - obycz., USA, 2021. Cox Mike cierpi na łagodne porażenie mózgowe. Jest bystrym nastolatkiem i ma jedno marzenie - chce zostać zapaśnikiem...
02:10 Uwaga! - program interw.
02:30 Co za tydzień - program rozrywkowy
03:20 Kuchenne rewolucje
04:20 Młode gliny - serial krym.
05:20 Jak to jest zrobione

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:20 Trudne sprawy - program obyczajowy
09:20 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
12:20 Gliniarze - serial paradokumentalny. Na podmiejskiej drodze dochodzi do brutalnego ataku na znanego dziennikarza śledczego, a jego syn zostaje porwany. Detektywi ustalają, że
15:30 Wydarzenia - program informacyjny
15:50 Pogoda
15:55 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:40 Pogoda



19:55 Milionerzy - teleturniej
20:35 Mega hit - Uprowadzona 3 - sens., Franc., 2014. Gdy ukochana żona agenta Bryana Millsa zostanie zamordowana, a podejrzenie padnie na niego, Bryan znów będzie musiał zrobić użytek ze swych wyjątkowych umiejętności, by dorwać winnych i oczyścić się z zarzutów.
22:55 Strzelec wyborowy - sens., USA, 2005
01:00 Wrobiony - kom., USA, 2012
03:20 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Tuż obok. O rzeźbie w przestrzeni publicznej - Anioł Stróż - dok., 2026
06:20 Kulturalni - magazyn
07:15 Piękny był pogrzeb, ludzie płakali - dram., Polska, 1967
08:20 Tamte lata, tamte dni - magazyn
09:00 Rodzina Kanderów - Gdzie jest mój ojciec. Rok, 1962 - serial obycz., Polska, 1988
10:15 Będzie lepiej - kom., Polska, 1936
12:05 Dokument tygodnia - Fanny Ardant. Filmy mojego życia - dok., Franc., 2022
13:10 Pan wzywał, Milordzie - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
14:15 Dekalog - Jeden - film TVP, 1988
15:25 Kocie ślady - film TVP, 1971



17:00 Rodzina Kanderów - serial obycz., Polska, 1988
18:15 Dobry tytuł - magazyn
18:55 Rawhide - western, USA, 1959
20:00 Uczta Babette - dramat, Dania, 1987
21:55 Pan od muzyki - dram., Franc., Szwajc., 2004
23:40 Jutro idziemy do kina - fab., Polska, 2007
01:35 Więcej niż fikcja - Lekcja sztuki według Ricarda - dok., Franc., Szwajc., 2023
03:30 Dzień z życia artysty - Katarzyna Żak - magazyn
04:00 Dobry tytuł - magazyn literacki
04:35 Radek wstępuje do zakonu - dokument, Pol.
05:10 Teledyski

Stopklatka

06:00 Kabaretowe hity - prog. rozrywk., Polska, 2023
06:55 Wojciech Cejrowski. Boso przez Świat - serial podróżniczy, Polska, 2009
08:00 Robert Makłowicz - serial kulinarny, Polska, 2023
09:50 Komisarz Rex - Powrót do Wiednia - serial krym., Austria, Niem., 2026
11:55 MacGyver - serial, Kan., USA, 1986. MacGyver przebywa w Bułgarii, gdzie realizuje niebezpieczną misję, polegającą na przemyceniu mikrofilmu. Tam poznaje piękną kobietę.
14:00 Katastrofy w przestworzach - dok., Kan. Kulisy najgłośniejszych katastrof lotniczych ostatnich lat.
18:00 Wojny magazynowe Kanada - reality show, Kan.



19:10 Aukcja w ciemno - dok., USA, 2011. Brandon, Lori i Jesse spotykają się w Desert Hot Springs, gdzie panuje upał jak w piekle, a pojemniki pełne są fascynujących...
20:00 Potężne uderzenie - kom., USA, 2017
22:55 Żelazny rycerz - akcja, Wlk. Bryt., 2011
01:30 Na układy nie ma rady - kom., Polska, 2017. Marek Niewiadomski niespodziewanie obejmuje stanowisko drugiego wiceministra. Mężczyzna wpada w świat wpływów, wielkiej polityki, ale...
03:15 Jestem mordercą - psychologiczny, Polska, 2016

TVN 7

05:15 Ten moment - serial
05:50 Szkoła - serial obycz., Polska
08:40 Ukryta prawda - serial
11:45 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:50 Detektywi - program krym.
14:55 Szpital św. Anny - serial
15:55 Ukryta prawda - serial
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
19:00 Ukryta prawda - serial paradokumentalny
20:00 Hotel Paradise - reality show
21:00 13 minut - katastrof., Kan., USA, 2021
23:15 Kac Vegas III - kom., USA, 2013
01:25 Słodko-ostro - kom., USA, 2021
03:30 Mówię Wam - talk-show
04:45 Fachowcy - program paradokumentalny

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradokumentalny **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny **11:55** Na ratunek 112 - serial obyczajowy
12:55 Trudne sprawy - program obyczajowy **17:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial kryminalny **20:35** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **21:35** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:40** Opowiem Ci o zbrodni - serial kryminalny **23:05** Wrogowie - dramat, sens., USA, 2017 **01:55** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:55** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
10:00 Zaklinaczka duchów - serial fabularny
11:00 Kotka - serial, Meksyk
12:00 Mój grzech
13:00 Wspaniałe stulecie - serial
14:00 Rodzinny interes - serial
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Rodzinny interes - serial
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 Terminator 2: Dzień sądu - akcja, USA, 1991
22:55 Pole rażenia - akcja, USA, 1993
01:00 Komórka - akcja, Niemcy, USA, 2004
03:05 Dzielnica strachu - serial
04:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu
04:25 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dzielnica strachu - serial

TV Trwam

09:30 Baśniowy teatr lalek **09:55** Św. na każdy dzień **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:20** Stan Bezp. Państwa **11:30** Warto być ojcem **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Polskie ślady na Łotwie **13:05** Miłosierdzie Boże w duszy mojej **13:30** Msza św. **14:30** Wykłady z Kongresu „Katolicy a cielesność" **15:00** Boże, gdzie Ty jesteś? **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Sanktuaria polskie **16:30** Porady Medyczne Bonifratrów **17:00** Świadkowie **17:30** Moja parafia **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Poznajemy Polskę **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia

WTOREK • 24 listopada

TVP 1

04:50 Wykrywacz kłamstw - magazyn
05:10 Pytanie dnia - rozmowa
05:30 Reporterzy - magazyn
05:40 Oko na Świat - magazyn
06:05 Akacjowa 38 - serial, 2018
06:50 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa - felieton
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Kościół z bliska, 2026
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:30 Zaraz wracam - serial
09:05 Ranczo - serial kom., 2011
10:05 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Magazyn Rolniczy, 2026
12:55 Natura w Jedynce - Zwierzęta. - Gryzonie - serial dok., Austral., 2023
14:00 Splątane losy - serial
15:00 Serwis Info
15:10 Reporterzy - magazyn



15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Klan - telenowela, Polska
18:40 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Słoneczna. Poza ciszą - serial, 2026
21:05 Program publicystyczny
22:35 Kino mocnych wrażeń - Red - fab., USA, 2010
00:35 Rekiny wojny - kom., USA, 2016
02:35 Pajęczarki - kom., Polska, 1993

TVP 2

04:30 Na dobre i na złe - serial obyczajowy
05:30 M jak miłość - serial
06:25 Słowo przez pokolenia - reportaż, 2026
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:45 Rosół polski - magazyn kulinarny
12:25 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:30 Na sygnale - serial fabularyz.
15:00 Koło Fortuny - extra - teleturniej
15:05 La Promesa - serial obycz.
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial
18:15 Va Banque - teleturniej



18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial
19:55 Domowe patenty - felieton
20:05 Barwy szczęścia - serial
20:40 Kulisy serialu „M jak miłość" - felieton
20:50 M jak miłość - serial
21:50 SOR - serial fabularyzowany, 2026
22:30 Na sygnale - serial fabularyzowany
23:05 Każdy ma swoje lato - dram., Polska, 2020
00:40 Wieloryb - fabularny, USA, 2022
02:40 Rozbite marzenia, 1918-1939 - dokument fabularyzowany, Niemcy, 2017
03:45 Serial fabularny

TVN

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



20:50 The Floor - teleturniej
21:30 Kuba Wojewódzki - talk-show
22:45 Skyfall - sens., USA, Wlk. Bryt., 2012. Po ataku na siedzibę MI6, M zostaje zmuszona do przeniesienia działalności do podziemnego centrum. Jej każdy krok śledzi przewodniczący Komitetu Wywiadu i Bezpieczeństwa...
01:45 Superwizjer - magazyn reporterów
02:20 Uwaga! - program interw.
02:40 Młode gliny - serial krym., Polska
04:45 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy
05:15 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:20 Trudne sprawy - program obyczajowy
09:20 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
12:20 Gliniarze - Nauczyciel wychowania fizycznego zostaje brutalnie zamordowany tuż pod własnym blokiem. Wszystkie ślady prowadzą do...
15:30 Wydarzenia - program informacyjny
15:50 Pogoda
15:55 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:55 Milionerzy - teleturniej



20:35 Bez skrupułów Toma Clancy'ego - sens., USA, 2021. Żołnierz US Navy SEALs (Michael B. Jordan) szukając sprawiedliwości za zabójstwo swojej ciężarnej żony, odkrywa międzynarodowy spisek.
22:55 Zawodowcy - sens., USA, 2008. W mieście pojawia się seryjny zabójca, który zawsze porzuca broń i zostawia przy zwłokach wierszyki opisujące przewinienia ofiar.
01:05 Siła rażenia - sens., USA, Wlk. Bryt., Rum., 2006
03:15 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:20 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Tygodnik Kulturalny - magazyn
06:55 Wydarzenie aktualne - program informacyjny
07:20 Rawhide - western, USA, 1959
08:20 Porozmawiajmy szczerze
09:00 Rodzina Kanderów - Pociąg z Frankfurtu. Rok, 1966 - serial obycz., Polska, 1988
10:15 Stromboli, ziemia Boga - dram., USA, Włochy, 1950
12:10 Wszystkie role Stanisława Barei - dok., Polska, 2021
13:10 Wydarzenie aktualne
14:05 Pan wzywał, Milordzie - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
15:10 Zemsta - komedia, Polska, 2002
17:05 Rodzina Kanderów - Odwiedziny. Rok, 1971 - serial obycz., Polska, 1988



18:15 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn
18:55 Rawhide - western, USA, 1959
20:00 Teatr Telewizji - Głód - spektakl, 1980
21:30 Na wschód od Hollywood - Jeźdźcy sprawiedliwości - dram., Dania, Szwecja, 2020
23:35 Uczta Babette - fab., Dania, 1987
01:25 Ella Fitzgerald: Tylko jedna z tych rzeczy - dok., Wlk. Bryt., 2019
02:55 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn
03:30 Podróże z historią - Na torach historii - dok., Polska
04:05 Jutro idziemy do kina - fab., Polska, 2007

Stopklatka

05:55 Kabaretowe hity - prog. rozrywk., Polska
06:55 Wojciech Cejrowski. Boso przez Świat - serial podróżniczy, Polska, 2009
08:00 Robert Makłowicz - serial kulinarny, Polska, 2023
09:50 Komisarz Rex - Powrót do Wiednia - serial kryminalny, Austria, Niem., 2026
12:00 MacGyver - serial, Kanada, USA, 1986. Poważnie ranny MacGyver trafia do zdominowanego przez Sowietów Afganistanu, gdzie zaprzyjaźnia się z młodym tubylcem.
14:00 Katastrofy w przestworzach - dok., Kan. Kulisy najgłośniejszych katastrof lotniczych ostatnich lat.
18:00 Wojny magazynowe Kanada - reality show, Kan., 2014



19:10 Aukcja w ciemno - dok., USA, 2011. Bracia Taylor powracają, gotowi siać postrach w okolicy. T. planuje zakup frytkownicy i wędzarni, ale najpierw musi stawić czoła...
20:00 Ucieczka z Pretorii - thriller, Australia, Niemcy, Wlk. Bryt., USA, RPA, 2020
22:10 Saga Wikingów - przygodowy, RPA, Niem., Szwajc., 2014
00:25 Zanim zasnę - thriller, Franc., Wlk. Bryt., Szwec., USA, 2014
02:30 Papierowe małżeństwo - dram., Wlk. Bryt., Polska, 1991
04:25 Gangsterzy i Filantropi - kom., Polska, 1962

TVN 7

05:15 Ten moment - serial
05:50 Szkoła - serial obycz., Polska
08:40 Ukryta prawda - serial
11:45 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:50 Detektywi - program krym.
14:55 Szpital św. Anny - serial
15:55 Ukryta prawda - serial
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
19:00 Ukryta prawda - serial
20:00 Morderstwo w Białym Domu - sens., USA, 1997
22:20 Annabelle - horror, USA, 2014
00:15 Posejdon - katastrof., USA, 2006
02:25 Hotel Paradise - reality show
03:25 Fachowcy - program paradokumentalny
04:05 Dorota was urządzi - program lifestylowy
04:45 Usterka - program poradnikowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **11:55** Na ratunek 112 - serial obyczajowy **12:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **16:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial kryminalny **20:35** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **21:35** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:40** Opowiem Ci o zbrodni - serial krym. **23:05** Wyspa strachu - sens., USA, 2009 **01:05** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:20** Hardkorowy lombard **02:50** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
10:00 Zaklinaczka duchów - serial fabularny
11:00 Kotka - serial, Meksyk
12:00 Mój grzech
13:00 Wspaniałe stulecie - serial
14:00 Rodzinny interes - serial
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Rodzinny interes - serial
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 Sposób na świętego - akcja, Wlk. Bryt., Kan., USA, 2020
22:05 Przynęta - akcja, Kan., USA, 2000
00:40 Pasażer 57 - akcja, USA, 1992
02:15 Dzielnica strachu - serial
03:15 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
04:20 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu
05:00 Dzielnica strachu - serial

TV Trwam

09:45 Słowo życia **09:50** Św. na każdy dzień **10:00** Inf. dnia **10:15** Jak my to widzimy **10:45** Zew natury **11:10** Mocni w Wierze **11:35** Słowo życia **11:40** Ma się rozumieć **11:50** Św. na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Głos serca **13:05** Cudowny Krucyfiks Baryczkowski **13:30** Msza św. **14:30** Post Scriptum **14:55** Kapłani zesłanych **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Jestem mamą **16:25** Przyroda w Obiektywie **16:40** Zdrowie z Bożej Apteki **17:00** Wierzę w Boga **17:30** Rajd Katyński **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia

eprasa.pl 0cc41dc691

ŚRODA • 25 listopada

TVP 1

04:50 Wykrywacz kłamstw - magazyn
05:05 Pytanie dnia - rozmowa
05:30 Reporterzy - magazyn
05:40 Oko na Świat - magazyn
06:05 Akacjowa 38 - serial, 2018
06:50 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa - felieton
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Rodzina (nie od) święta
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:25 Zaraz wracam - serial
09:05 Ranczo - serial kom., 2012
10:00 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Magazyn Rolniczy, 2026
12:55 Zwierzęta. - Skorupiaki - serial dok., Austral., 2023
14:00 Splątane losy - serial
15:00 Serwis Info
15:10 Reporterzy - magazyn



16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress; Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Klan - telenowela, Polska
18:40 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport; Pogoda
20:30 Słoneczna. Poza ciszą - serial, 2026
20:55 Piłka Nożna: Liga Mistrzów - Paris Saint-Germain-AS Roma
23:05 Zapis emocji. 20 lat TVP Sport - reportaż, 2026
00:35 Skazany na bluesa - dram., Polska, 2005
02:20 Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu - komedia, USA, 2015
04:00 Film dokumentalny

TVP 2

04:30 Na dobre i na złe - serial obyczajowy
05:30 M jak miłość - serial, Polska, 2025
06:20 Pożyteczni.pl - magazyn
06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:45 Gwiazdorska kuchnia Ani - magazyn kulinarny
12:25 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - serial obycz., 2024
15:50 Domowe patenty - felieton
16:00 Koło fortuny - teleturniej



16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - telet.
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
20:40 Przepis dnia
20:50 Na dobre i na złe - Stan zagrożenia - serial, Polska, 2026
21:50 Na sygnale - serial fabularyzowany
22:20 Magazyn Ekspresu Reporterów
23:20 Książę z innej bajki - obycz., USA, 2023
00:55 Peaky Blinders - serial, Wlk. Bryt., 2017
02:05 Fantastyczny Matt Parey - dok., Polska, 2021
03:30 Serial fabularny

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - serial
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:20 Doradca smaku - program kulinarny
11:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 Ukryta prawda - serial
15:45 Młode gliny - serial krym., Polska
16:50 Szpital św. Anny - serial
17:55 Detektywi - program krym.
19:00 Fakty
19:30 Top Model - reality show
19:35 Sport
19:45 Pogoda - informacje
19:55 Uwaga! - program interwencyjny
20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska



20:50 Top Model - reality show
22:25 Infiltracja - sens., USA, Hong Kong, 2006. Bystry i niezwykle ambitny Colin Sullivan (Matt Damon) wydaje się być na najlepszej drodze do błyskotliwej kariery w elitarnej specjalnej jednostce dochodzeniowej policji...
01:40 Pieniądze to nie wszystko - komedia, Polska, 2001
03:55 Uwaga! - program interwencyjny
04:15 Nowa Szelągowska - program remontowo-wnętrzarski, reality show
04:50 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy
05:15 Zamieszkać na plaży - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:20 Trudne sprawy - program obyczajowy
09:20 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
12:20 Gliniarze - W nieczynnym szybie kopalni zostaje odnaleziony masowy grób. Ze wstępnych ustaleń wynika, że...
15:30 Wydarzenia - program informacyjny
15:50 Pogoda
15:55 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:55 Milionerzy - teleturniej
20:30 Kabaret K2. Jedziemy po bandzie - program rozrywkowy



22:00 Komediowa środa - Prawdziwe kłamstwa - kom. sens., USA, 1994 ●
01:05 Jak ukradłem 100 milionów - kom., Polska, 2024. Edward „Ed" Szmal (Antoni Królikowski) ma pieniądze - całe 100 milionów - piękną ukochaną Emi (Zuzanna Zielińska) i głowę na karku. Ale przy okazji ma też kilka problemów. Po pierwsze, pieniądze ukradł, przez co rok ma spędzić w więzieniu...
03:15 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:20 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:10 Hala odlotów - talk-show
07:05 Którędy po sztukę - mag.
07:20 Rawhide - western, USA, 1959
08:25 Tamte lata, tamte dni - magazyn
09:00 Rodzina Kanderów - serial obycz., Polska, 1988
10:15 Zemsta - komedia, Polska, 2002
12:10 Ella Fitzgerald: Tylko jedna z tych rzeczy - dok., Wlk. Bryt., 2019
14:10 Czterdziestolatek - serial, Polska, 1975
15:15 Kamień na kamieniu - dram., Polska, 1995
17:05 Rodzina Kanderów - serial obycz., Polska, 1988
18:15 Tuż obok. O rzeźbie w przestrzeni publicznej - Anioł Stróż - dok., 2026
18:30 Informacje kulturalne - magazyn
18:55 Rawhide - western, USA, 1959



20:00 Jak pies z kotem - fab., Polska, 2018
21:50 Teraz taniec! - Wstępy do spektakli tanecznych - Wstęp do spektaklu Car, Men, 2026
21:55 Teraz taniec! - Chicos Mambo: CAR, MEN - balet, Francja, 2023
23:35 YYAA. Wojciech Bruszewski - dok., Polska, 2023
01:00 Jeźdźcy sprawiedliwości - dram., Dania, Szwec., 2020
03:00 Miłość w przejściu podziemnym - film TVP, 2006
04:05 Porozmawiajmy szczerze
04:40 Informacje kulturalne
05:00 U Tatarów - dokument, Polska
05:35 Teledyski

Stopklatka

06:00 Kabaretowe hity - program rozrywk., Polska, 2023
06:55 Wojciech Cejrowski. Boso przez Świat - serial podróżniczy, Polska, 2009
08:00 Robert Makłowicz - serial kulinarny, Polska, 2023
09:50 Komisarz Rex - Powrót do Wiednia - serial krym., Austria, Niem., 2026
12:00 MacGyver - serial, Kan., USA, 1986. MacGyver oraz nastoletni geniusz komputerowy, który zdobył informacje na temat tajnej technologii wojskowej próbują zapobiec potencjalnej katastrofie narodowej.
14:00 Katastrofy w przestworzach - dok., Kan. Kulisy najgłośniejszych katastrof lotniczych ostatnich lat.



18:00 Wojny magazynowe Kanada - reality show, Kan., 2014
19:10 Aukcja w ciemno - dok., USA, 2012. Scott i Chrissy próbują zdobyć szturmem teren Brandona i Lori. Zestaw owiniętych plastikową folią palet stanowi jednak spore wyzwanie...
20:00 Klient - krym., USA, 1994
22:35 Egzorcysta: Początek - horror, Franc., Wł., PK, USA, 2003
00:50 Juliusz - kom., Polska, 2018
02:55 Nieśmiertelny II: Nowe życie - akcja, Wlk. Bryt., 1991
05:30 Martwe małżeństwo - dram., Polska, 2022

TVN 7

05:15 Ten moment - serial obyczajowy
05:50 Szkoła - serial obycz., Polska
08:40 Ukryta prawda - serial paradokumentalny
11:45 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:50 Detektywi - program kryminalny
14:55 Szpital św. Anny - serial obyczajowy
15:55 Ukryta prawda - serial paradokumentalny
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
19:00 Ukryta prawda - serial paradokumentalny
20:00 Miasto złodziei - sens., USA, 2010
22:40 Jack Reacher - sens., USA, 2012
01:15 Matka - obycz., USA, 2017
03:45 Prawdziwy horror - serial paradokumentalny

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradokumentalny **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny **11:55** Na ratunek 112 - serial obyczajowy
12:55 Trudne sprawy - program obyczajowy **16:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **20:35** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **21:35** Sprawiedliwi. Trójmiasto
22:40 Opowiem Ci o zbrodni - serial krym. **23:05** Godzilla - sens., USA, 1998 **01:55** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:55** Śmierć na 1000 sposobów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
10:00 Zaklinaczka duchów - serial fabularny
11:00 Kotka - serial, Meksyk
12:00 Mój grzech
13:00 Wspaniałe stulecie - serial
14:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Rodzinny interes - serial
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 Bodyguard zawodowiec - akcja, USA, 2017
22:20 Dorwać gringo - akcja, USA, 2012
00:20 Zabójcza przesyłka - akcja, Wlk. Bryt., 2019
02:20 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
03:20 Dzielnica strachu - serial
04:20 Dyżur - serial medyczny
05:00 Dzielnica strachu - serial

TV Trwam

09:30 Sanktuaria polskie **09:50** Św. na każdy dzień **10:00** Audiencja Generalna Ojca Św. Leona XIV z Watykanu **11:10** Mateczniki Polskości **11:25** Jestem mamą **11:40** Myśląc Historia **11:50** Odnaleźć siebie **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia
12:20 Głos serca **13:05** Wybierz więc życie **13:30** Msza św. **14:30** Skorpion w stalowej trumnie. Władysław Drelicharz **15:00** Ze Swojczan do wolności **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Na zdrowie **16:30** Rozmowy o edukacji
17:00 Po stronie prawdy **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:20** Odnaleźć siebie **19:30** Bóg z nami **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** Przetrwaliśmy

CZWARTEK • 26 listopada

TVP 1

04:55 Wykrywacz kłamstw - magazyn
05:15 Pytanie dnia - rozmowa
05:35 Reporterzy - magazyn
05:45 Oko na Świat - magazyn
06:10 Akacjowa 38 - serial, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Dobre historie - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:30 Zaraz wracam - serial
09:05 Ranczo - serial kom., 2012
10:05 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 To się opłaca - magazyn
12:55 Natura w Jedynce - Zwierzęta. - Wodne ptaki - serial dok., Australia, 2023
14:00 Splątane losy - serial, Turcja
15:00 Serwis Info



15:10 Reporterzy - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Klan - telenowela, Polska
18:40 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Ojciec Mateusz - serial
21:25 Sprawa dla reportera
22:30 Klangor - serial
23:25 Gra z Cieniem - serial
00:20 Red - fab., USA, 2010
02:20 Magazyn Ekspresu Reporterów
03:20 Sprawa dla reportera

TVP 2

04:30 Na dobre i na złe - serial obyczajowy
05:30 M jak miłość - serial, Polska, 2025
06:20 Operacja zdrowie - magazyn medyczny
06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:45 Jedzenie ma znaczenie - 2026
12:25 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - serial obycz., 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej



17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - telet.
19:25 Barwy szczęścia - serial
19:55 Domowe patenty - felieton
20:05 Barwy szczęścia - serial
20:40 Postaw na milion - teleturniej
21:40 Super Gary. Gotuj z Bosacką! - Poleski
22:20 SOR - serial fabularyz
23:00 Rodzinka.pl - serial komediowy
23:35 Europa da się lubić - nowe pokolenie - widowisko rozrywkowe
00:35 Peaky Blinders - serial, Wlk. Bryt., 2017
01:45 Każdy ma swoje lato - dram., Polska, 2020
03:10 Serial fabularny

TVN

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



20:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
22:00 Osiemdziesiątki dla Brady'ego - kom., USA, 2023. Film oparty na faktach przedstawia przygodę 4 przyjaciół i zagorzałych fanów drużyny New England Patriots, którzy udają się na życiową wycieczkę na Super Bowl, aby zobaczyć występ...
23:55 Zbliżenie. Mówię Wam - talk-show
00:45 Beetlejuice Beetlejuice - kom., USA, Franc., 2024
03:05 Uwaga! - program interwencyjny
03:25 Młode gliny - serial krym.
04:25 Down the road - dokument
05:25 Jak to jest zrobione

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:20 Trudne sprawy - program obyczajowy
09:20 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
12:20 Gliniarze - paradokument
15:30 Wydarzenia - program informacyjny
15:50 Pogoda
15:55 Gliniarze - Po wielotygodniowym pościgu śląscy policjanci wpadają na ostateczny trop Mitręgi. Akcja prowadzi ich aż za południową granicę, jednak gangster po raz kolejny wymyka się obławie i wraca na Śląsk.
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:45 Pogoda



19:55 Milionerzy - teleturniej
20:30 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
21:50 Kod da Vinci - sens., USA, 2006. Światowej sławy historyk i badacz symboli profesor Robert Langdon (Tom Hanks) w środku nocy zostaje wezwany do muzeum Luwru, gdzie, jak się okazuje, miało miejsce tajemnicze morderstwo. Jego ofiarą jest tego kustosz muzeum, który...
01:00 Jeszcze dłuższe zaręczyny - kom., USA, Jap., 2012
03:30 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:15 Niedziela z... Wojciechem Malajkatem
07:00 Informacje kulturalne
07:25 Rawhide - western, USA, 1959
08:25 Dzień z życia artysty - Katarzyna Żak - magazyn
09:00 Rodzina Kanderów - serial obycz., Polska, 1988
10:15 Kamień na kamieniu - dram., Polska, 1995
12:05 Reżyserzy - George Cukor - dok., Wlk. Bryt., 2018
13:30 Czterdziestolatek - serial, Polska, 1976
14:30 Poznań 56 - dram., Polska, 1996
16:35 Rodzina Kanderów - Gorzkie dni. Rok, 1976 - serial obycz., Polska, 1988
17:40 Którędy po sztukę - magazyn
17:45 Tuż obok. O rzeźbie w przestrzeni publicznej - dok., 2026



18:00 Kulturalni - magazyn
18:55 Rawhide - western, USA, 1959
20:00 Czwartkowy klub filmowy - Wstęp do filmu - Tramwaj zwany pożądaniem
20:05 3 × Złota Era Hollywood - Tramwaj zwany pożądaniem - dram., USA, 1951
22:20 Hala odlotów - talk-show
23:20 Jak pies z kotem - fab., Polska, 2018
01:10 Jeszcze nie wieczór - obycz., Polska, 2008
02:55 Hala odlotów - talk-show
03:50 Kolekcja - felieton
04:10 Podróże z historią - Piękno wykute w stali - dok., Polska
04:45 Teledyski

Stopklatka

06:00 Kabaretowe hity - prog. rozrywk., Polska, 2023
06:55 Wojciech Cejrowski. Boso przez Świat - serial podróżniczy, Polska, 2009
08:00 Robert Makłowicz - serial kulinarny, Polska, 2023
09:55 Komisarz Rex - Powrót do Wiednia - serial krym., Austria, Niem., 2026
12:00 MacGyver - serial, Kan., USA, 1986. Na początku odcinka MacGyver musi dosłownie wskoczyć do jadącego pociągu, który wcześniej przegapił, aby zwrócić rządowi Stanów Zjednoczonych ściśle tajne akta i dokumenty...
14:00 Katastrofy w przestworzach - dok., Kan. Kulisy najgłośniejszych katastrof lotniczych ostatnich lat.
18:00 Wojny magazynowe Kanada - reality show



19:10 Aukcja w ciemno - dok., USA, 2012.
20:00 Ostatni bastion - dram., USA, 2001. Skazany i zdegradowany generał Eugene Irwin trafia do więzienia kierowanego przez pułkownika Wintera.
22:45 Sztos - kom., Polska, 1997
00:40 Nieśmiertelny III: Czarnoksiężnik - akcja, Kan., Franc., Wlk. Bryt., 1994. Po śmierci ukochanej Heather kilka wieków wcześniej, Connor MacLeod opuszcza rodzinną Szkocję i zaczyna podróżować po świecie.
02:50 Konopielka - kom., Polska, 1981
04:55 Falenicka Atlantyda - dok., Polska, 2020

TVN 7

05:15 Ten moment - serial
05:50 Szkoła - serial obycz., Polska
08:40 Ukryta prawda - serial
11:45 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:50 Detektywi - program krym.
14:55 Szpital św. Anny - serial
15:55 Ukryta prawda - serial
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
19:00 Ukryta prawda - serial
20:00 Dziewczyna moich koszmarów - kom., USA, 2007
22:30 Szczęśliwe święta - kom., USA, 2014
00:10 Zabójcza broń - sens., USA, 1987
02:30 Prawdziwy horror - serial paradokumentalny
03:35 Fachowcy - program paradokumentalny
04:15 Usterka - program poradnikowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **11:55** Na ratunek 112 - serial obyczajowy **12:55** Trudne sprawy - program obyczajowy
16:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **20:35** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **21:35** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:40** Opowiem Ci o zbrodni - serial krym.
23:05 Wyścig z czasem - sens., USA, 2003 **01:20** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:25** Hardkorowy lombard **02:55** Śmierć na 1000 sposobów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
10:00 Zaklinaczka duchów
11:00 Kotka - serial, Meksyk
12:00 Mój grzech
13:00 Wspaniałe stulecie - serial
14:00 Rodzinny interes - serial
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Rodzinny interes - serial
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 Niemożliwe - katastrof., Hiszpania, Tajlandia, USA, 2012 ●
22:10 97 minut do śmierci - przygod., USA, 2022
00:00 Porachunki - akcja, Wlk. Bryt., 1998
02:15 Dzielnica strachu - serial
03:05 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
04:05 Menu na miarę
04:35 Taki jest świat - przegląd
05:00 Dzielnica strachu - serial

TV Trwam

09:20 Bóg z nami **09:45** Oświadczenie Fundacji Lux Veritatis **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:25** Myśląc Ojczyzna **11:35** Przyroda i ludzie **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Wykłady naukowe **12:50** Mateczniki Polskości
13:00 Kalina **13:20** Przegląd Tyg. „Niedziela" **13:30** Msza św. **14:30** Burza w Okręgu Krakowskim **15:00** Po stronie prawdy **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Z wędką nad wodę **16:35** Sól ziemi **17:05** Akademia pro-life
17:30 Odpowiedzialni za Kościół **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia" **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** Głos serca

eprasa.pl 0cc41dc691

DODAJ SWOJE OGŁOSZENIE

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

SMS

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

KUPON

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

REDAKCJA

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

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

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń.

UWAGA!
JEDEN KUPON = JEDNA OFERTA

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

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



OGŁOSZENIA

MIESZKANIE
SPRZEDAM

☒ **MIESZKANIE** na ul. Staszica w Dęblinie, 3 pokoje, balkon, 2 piętro, piwnica. Tel: 604 065 296

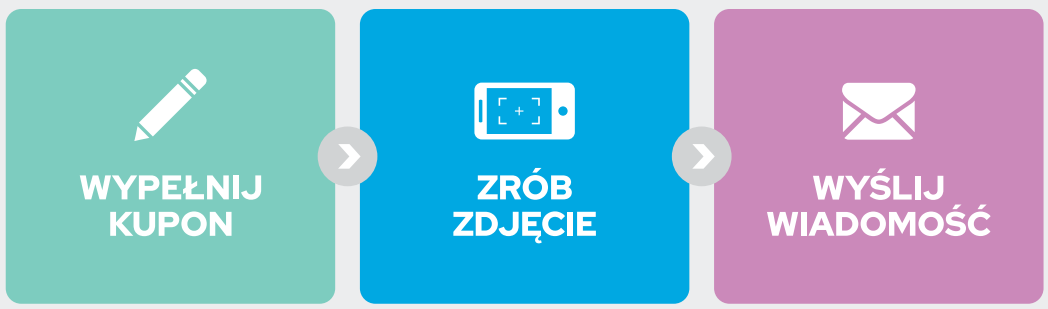
MIESZKANIE
ZAMIENIĘ

☒ **MIESZKANIE** w bloku na dom jednorodzinny w Rykach. Mieszkanie znajduje się przy ulicy Witosa blok numer 4. Trzy pokoje, 62.34 m2. Pierwsze piętro. Tel. 886 464 331



Nowy wygodny sposób dodawania bezpłatnych ogłoszeń

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



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

KUPON NA BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DROBNE

*PROSIMY WYPEŁNIĆ CZYTELNIE DRUKOWANYMI LITERAMI

TREŚĆ OGŁOSZENIA: .....

.....

.....

MIEJSCOWOŚĆ: .....

CENA: .....

TELEFON KONTAKTOWY: .....

TWÓJ Głos

KUPON WAŻNY DO 27 listopada

eprasa.pl 0cc41dc691

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

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

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

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

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

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

DOM
SPRZEDAM

DOM drewniany do rozbiórki /do przeniesienia. Cena do uzg. Gęsia Wólka. Tel. 793 693 071.

DOM w Rykach na działce. Tel. 608 492 314, 695 503 508.

LOKAL
SPRZEDAM

STOLARNIA w Korytnicy, plac 8000 mkw, 2 hale po 300 mkw, dom 80 mkw. Suszarnia do drewna 50, maszyny do drewna, szlifierka szerokotaśmowa, długotaśmowa , do kantów do ostrzenia noży strugarskich, piła formatowa, dwupiła formatowa, wielopola trzystronna prasa 130x330cm do schodów 100x300cm. strugarka 4 stronna weinig ploter cnc 100x200cm, dłutarka, maszyny do parkietu, trak do drewna. Cena 2.600.000 zł. Tel. 607 607 700.

DO WYNAJĘCIA
POSIADAM

MIESZKANIE do wynajęcia, nowe, ładnie wyposażone, w Siedlcach dla osób młodych, pracujących. Więcej informacji udzielę telefonicznie. Tel. 508 247 262

MIESZKANIE w bloku, centrum w Rykach, kawalerka, umeblowane i wyposażone. Tel. 736 227 673.

WYNAJMĘ DZIAŁE na komis samochodowy, przy stacji paliw MOJA w i Biedronce, 1000 mkw lub więcej, cena 4 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

DZIAŁKA przy biedronce i stacji paliw Moja, 240 mkw na wszelką działalność. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 608 057 374.

DZIAŁKA POLE
SPRZEDAM

LAS pow. 2,83 ha miejscowość Kruszyna, cena 105.000 zł. Tel. 607 607 700.

DZIAŁKA budowlana z siedliskiem o łącznej powierzchni 1710 m2 przy ul. Macieja Rataja w Garwolinie. Wszystkie media doprowadzone do działki: gaz, woda, kanalizacja, światło. Cena: 700 tys. zł. Tel: 608 522 606

DZIAŁKA budowlana pow. 30 ar, Nr 3412/6 lub Nr 3412/8, Ryki ul. Jankowszczyzna 8. Cena do uzg. Tel. 507 862 337, 504 415 243.

DZIAŁKA z możliwością zabudowy o pow. 0,5 ha w Leopoldowie. 200 tys. zł do negocjacji. Tel: 577 900 570

SIEDLISKO ok. 1 h, we wsi Bramka, gmina Kłoczew, na działce dom jednorodzinny, media. Cena do uzgodnienia. Tel: 573 911 090

LASY w Słup Drugi. Działka nr 3/2 las i zadrzewienie o (pow. 1,55 ha) oraz pastwisko 0,33 ha, razem 1,88 ha. Działka nr 4 las (pow. 0,83 ha). Cena razem 200 tys. PLN. Tel: 662 113 896

DZIAŁKA BUDOWLANA 0,14 ha wszystkie media, dogodne położenie, Ryki ul. Myśliwska. Cena do uzg. Tel. 500 190 674.

DZIAŁKA POLE
KUPIĘ

DZIERŻAWA - przyjmę pola, łąki i ugory w dzierżawę w miejscowościach Brusów, Bazanów, Oszczywilk, Jakubówka, Wrzosówka, Nowodwór, i okolice. Tel. 518 564 715.

POSZUKUJĘ DZIAŁKI w spokojnej okolicy z drewnianym domem, w bezpośrednim lub bliskim sąsiedztwie lasu. Ewentualnie działki mocno zadrzewionej. Mile widziana większa działka. Dom może być w stanie do remontu. W razie zainteresowania proszę o kontakt. Tel. 884 625 739

SAMOCHÓD
SPRZEDAM

CITROEN C-3 1.4 diesel 2010r. przebieg 198.000 km, przegląd czerwiec, ubezpieczenie sierpień. Ryki. Tel. 500 871 189.

HYUNDAI Tucson 2016r., klimatronik dwustrefowy, nawigacja, kamera cofania, czujniki parkowania, alufelgi, podgrzewane fotele itp. Tel: 602 605 367

HYUNDAY i30, 1,6 benzyna, 2013 rok, hatchback, szary metalic, nieuszkodzony, skrzynia manual, przebieg 152 tys. km. Cena 27 500 zł. Tel. 697 597 638.

LAGUNA 2 sprawna, cena 1500 zł. Tel. 602 228 637.

OPEL ASTRA H b+g. Tel. 732638409.

OPEL ASTRA prod. 2002r. 1.8 Benzyna, przebieg 185 tys,km. nowy rozrząd, hak, opony, cena 5.300 zł do uzg. Ryki. Tel. 663 915 570.

TOTYOTA YARIS prod. 2012 162 tys.km. silnik 1.4 on, nawigacja, kamera cofania, wymieniony olej, koła letnie i zimowe, cena do uzg. Tel. 605 548 453.

TOYOTA Auris, 2007 rok, 1,4 D4D, 2007r. złoty metalik, stan b.dobry, zarejestrowany, cena 9.500 zł. Ryki. Tel. 668 275 449.

TOYOTA avensis, 2000r., 2,0 benzyna, klimatyzacja, hak, ABS, el.szyby, 237 000 km przebiegu, OC i PT do 06.2027. Ryki. 4 000 zł do negocjacji. Tel: 602 277 230

TOYOTA RAV 4 prod. 2004r. benzyna gaz, garażowany, stan dobry, cena do uzg. Ryki. Tel. 507 862 337.

VW Passat B5 FL 1.9 TDI 2003r., 293 000 km przebiegu, czarny, sedan, hak, nowe turbo, doinwestowany, stan bdb. Ryki. 15 900 zł. Tel: 514169870

VW Passat B7 2012r. sedan, 2.0 diesel 140KM, 340 tys.km. przebiegu, bogate wyposażenie, auto krajowe, wszystkie naprawy robione na bieżąco. Przykwa. Tel. 663 855 914.

SAMOCHÓD
KUPIĘ

KUPIĘ samochody w każdym stanie do 5000 zł. Tel: 780 142 907

MOTO RÓŻNE
SPRZEDAM

ALUFELGI 16 225x55x16 4 st. kpl 5x112 do Audi z ładnymi oponami zimowymi Continental, stan bdb, cena 950 zł/kpl. Ok.Okrzei. Tel. 604 891 618.

DĘTKI lotnicze używane 600x180, 300x125, 900x300, cena do uzg. Dęblin. Tel. 517 120 621.

GARAŻ nowy 3x5 mb w kolorze grafitowym, cena 3000 zł.

SYSTEMY ALARMOWE ORAZ KAMERY
- bezpłatny kosztorys wybranego systemu
- szybka instalacja
- całodobowy serwis instalacji
- całodobowy nadzór Patroli Interwencyjnych

Dowiedz się więcej: Polska Firma
ASTRA
tel. 505 017 170
tel. 502 147 256

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

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

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

KŁOCZEW
tel. 502 215 457

eprasa.pl 0cc41dc691

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

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

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

PRZYCHODNIA
LEKARZY SPECJALISTÓW
PRZY ZIELENIAKU
Ortopedia
Poradnia preluksacyjna
USG narządu ruchu
Rehabilitacja
Psychoterapia
Dietetyka
665 664 695
ul. Krótka 1, Garwolin
przychodnia_przy_zieleniaku
www.przychodniaprzyzieleniaku.pl

SANMED
PORADNIA
DIETETYCZNA DLA DOROSŁYCH I DZIECI
ZAPRASZAMY DO KONTAKTU!
SANMED
ul. Żytnia 16, 08-500 Ryki
tel. 81 822 89 99
www.san-med.eu

Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 608 057 374.

KOŁA zimowe Skoda 1.4 Fabia 165/70 R14. Zosin. Tel. 81/8828133.

OPONY letnie Dunlop 2 szt. 185/60 R15 Tel. 662 596 281.

OPONY letnie Kumbo 4 szt. 185/55 R15. Tel. 662 596 281.

OPONY letnie Nexen, kpl. 4 szt. 215/55 R17. Tel. 662 596 281.

OPONY zimowe 185/65r15, 7.5mm bieżnika, Kleber, felgi stalowe, 4x108, opony 2015r. Ryki. 550 zł. Tel: 514 169 870

OPONY zimowe Bridgestone 235x45x18 4 szt. komplet, w dobrym stanie, cena 170 zł. Ok.Okrzei. Tel. 604 891 618.

PRZYCZEPKA BRENDERUP nowa, 2-osie skrętne, koła 10 cali, światła LED, DMC 750 kg, 250x150cm rama ocynk, plandeka, zarejestrowana, cena 5.400 zł. Ryki. Tel. 508 734 252.

MOTO RÓŻNE
KUPIĘ

KUPIĘ przyczepkę do samochodu osobowego. Tel. 511 079 554.

MASZYNY ROLNICZE
SPRZEDAM

ŚRUTOWNIK na kamienie, cena do uzg. Wóz konny, przerobiony dyszel do ciągnika, metalowy. Zainteresowanych zapraszam pod adres Lasoń 7, okolice Moszczanki.

CIĄGNIK nazwa MICKORNIK, stan bdb, opony nowe, cena 26.000 zł. KULTYWATOR nowy, dwa razy używany. BRONY nowe. SIEWNIK stan bdb, łączone dwa w jeden samoróbka. Wóz. Sprzęt garażowany. Kłoczew. Tel. 507 638 680.

CIĄGNIK C-330 po kapitalnym remoncie. Tel. 514 287 523.

ROZRZUTNIK 1-osiowy dwuwałkowy Czarna Białostocka. Tel. 511079554.

CIĄGNIK Ferguson 260, 60 KM, wspomaganie kierownicy oraz tur. Tel. 511 07 95 54.

ROZSIEWACZ lejek 300 litr, cena 700 zł. okolice Ryk. Tel. 794 746 840.

CIĄGNIK Jon Deer 2850 prod. 1988r. sprawny. Prasa belująca Sitma Z,279/1 farma 2. sprawna. Pługi obrotowe 4 firmy Huzart, stan bdb, niemalowane niespawane. Przyczepy 2 szt. jedna sztywna druga kiprująca na 3 str. bez dokumentów. Rozsiewacz nawozu Kuht dwutalerzowy poj. 600kg. Mieszalnik ze śrutownikiem prawie jak nowy. Zbiornik na mleko 600 litr. Kosiarka rotacyjna 1,65m. Zgrabiarka do siana 5-gwiazdowa. Ceny do uzg. Likwidacji gospodarstwa. Tel. 785 450 297.

MIESZALNIK + śrutownik bijakowy niemiecki CRAMER poj. 1 tona, stan bdb, likwidacja gospodarstwa. Ownia. Tel. 604 924 765.

MASZYNY rolnicze - Agregat AGRO-LIFT uprawowo-siewny, 3 m, hydropak na 2 siłowniki, Siewnik Unia Poznaniak Unia, wał daszkowy, Sprzedam razem lub osobno. Przykwa. Tel. 663 855 914.

MASZYNY - Agregat uprawowy 2,1m / 2,5m. Kultywator z wałkiem 1,8 / 2,1 / 2,4. Pługi 2/4. Talerzówka 2x8 / 2x9. Brony 3. Pielacz 3/5. Wóz metalowy. Pługi 2/4. Siewnik 13. Tel. 784 063 070.

PRZYCZEPA na bele na dwie osie. 4 000 zł. Tel: 724 111 557

ZBIORNIK wannowy do mleka 1050l, stan bdb. Stryj. 8 500 do negocjacji. Tel: 697 597 612

PŁUG 2-skibowy, brony trójki, przyczepka dwukołowa z nadstawką, krajzega metalowa z silnikiem. Kontakt po godz. 16. Tel: 505 684 837

GRUBER na sprężynie, 2,6 szer., 6 łap, talerze, wał, nowe elementy robocze Lemken, 2015r., stan bdb. Tel: 505 900 999

TUR do Fergusona na linkę, łyżka, widły, mało używany, stan bdb. Tel: 505 900 999

ROZRZUTNIK 1-osiowy w dobrym stanie. Tel. 513 483 589.

OPRYSKIWACZ 1200l. zawieszany, 2019r. belka hydrauliczna pozioma 15m.Tel: 721 330 269

MASZYNY ROLNICZE
KUPIĘ

MASZYNY ROLNICZE kupię - talerzówka, glebogryzarka, rozrzutnik, prasa, beczkowóz, sadzarka i inne/różne maszyny. Tel. 517 293 861.

MASZYNY rolnicze, ciągnik, talerzówkę, agregaty, pługi, siewnik. Tel: 505 900 999

CIĄGNIK rolniczy Ursus C-330 C-360 C-360 3P. Tel. 666 941 477

MASZYNY URZĄDZENIA
SPRZEDAM

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

SILNIKI elektryczne 2 KW, 3 KW, 5,5 KW 7,5 kW i większe. WIERTARKA stołowa WS 15 400V. Tel. 603 346 594.

WIERTARKA WS15 ze stojakiem na kółkach, posiada małe obroty do gwintowania. Tel. 691 977 061.

SPRĘŻARKI, 2 szt., do małej poprawy 100 i 200l. Tel: 725 840 600

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

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

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

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

eprasa.pl 0cc41dc691





SKUP AUT. KASACJA
Dobre ceny. Dojazd gratis
Gotówka od ręki
✆ 660 454 255

MASZYNY URZĄDZENIA
KUPIĘ

WAŁEK do heblarki na dwa noże, szerokość 50cm. 200 zł. Tel: 725 840 600

FREZARKO-PILARKA do drewna z możliwość cięcia, 400V, blat żeliwny, fabryczna. Cena 1.850 zł. Tel. 787 380 145.

ŁUPARKA do drewna, cena do uzg. Ryki. Tel. 793 679 726.

PRODUKTY I PŁODY ROLNE
SPRZEDAM

SIANO suche w belotach 120x120, pierwszy i drugi pokos 2026 roku. SŁOMA w belotach. SŁOMA z 2 hektarów, tegoroczny zbiór. Okolice Ryk. Tel. 785 450 297.

BURAKI czerwone, duże, cena 2 zł. Ownia. Telefon po godz. 20tej. Tel. 783531330.

ZIEMNIAKI jadalne różne odmiany. ZBOŻE - owies, pszenżyto, pszenica jara i ozima. Cena do uzgodnienia. Ryki. Tel. 605 340 777.

ZBOŻE - pszenica, pszenżyto i owies, mieszanka zbożowa. Słoma w belach, siano w kostkach. Cena do uzgo. Nowodwór. Tel. 694 825 530.

OWIES gniady, czarny, rok po centrali. 100 zł. Tel: 724 111 557

OPAŁ
SPRZEDAM

DREWNO OPAŁOWE łupany, sosna 300 zł m.p.n. Korytnica. Ceny dotyczą metra przestrzennego narzutowego. Możliwy transport. Tel. 607 607 700.

DREWNO opałowe, dębowe, sosnowe, brzozowe. na terenie Ryk dowóz gratis. Tel. 503 493 002.



DREWNO na opał, różne gatunki pocięte i połupane. Borowie, pow. Garwolin. Cena od 260 zł. Tel: 787 022 688

DREWNO opałowe suche. Tel. 600 824 588.

DREWNO opałowe rąbane i w wałkach, różne gatunki, możliwy transport. Tel. 691 312 727.

DREWNO opałowe rąbane lub w wałkach. Możliwy dowóz. Okolice Stężycy. Tel: 663 953 782

BUDOWLANE
SPRZEDAM

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

DESKA szalówka, cena 55 zł + vat m.kw. Tel. 607 607 700.

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

DESKA balkonowa, cena 10 zł/szt. Sztachety sosnowe bezsęczne, cena 10 zł/szt. Tel. 607 607 700.

DESKI dębowe calówki i 50, sezonowane 3 lata. Tel. 503 493 002.

KROKWY sosnowe , kantówki, belki, deski calówki obcięte do kantu. Tel. 503 493 002.

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

OKNA plastikowe z demontażu białe o wym. wys.1,44 m x szer. 2,05m 1 szt. wys. 1,46m x szer. 1,43m 1 szt. wys. 1,15m x szer. 0,62m 3 szt. wys. 1,45m x szer. 0,55m 1 szt. Dęblin. Tel. 609 239 724.

DESKI sosnowe 14sz. z rozbiórki 400cm x 17cm x 4cm, stan bdb. Tel. 692 945 589.

BLACHA czarna 0,6mm x 125 x 250cm, cena 80 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

BLACHA trapezowa T18 nowa , końcówki z produkcji, różne długości, cena 21 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

CEOWNIKI 50x20x1,2 dobre na tanie sztachety, cena 3 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI ocynkowane z profila 60x40x1,2 II gat. dobre na leśne działki, sady itp. Cena 4 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

KSZTAŁTOWNIKI ocynkowane na ładne poziome płoty 25cm szerokości i 200 długości, cena 15 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 280 793.

BLACHA czarna 2mm 1x2, cena160 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 280 793.

BLACHA czarna 1mm 1x2, cena 85 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SZTACHETY ocynkowane z blachy 0,5mm x 8cm x 100cm, cena 4 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

DWUTEOWNIK HEA 160 2szt. po 12mb nowe, cena 3 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

KRATKI WEMA ocynkowane 70x104cm pół ceny giełdowej, 70 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

RURA fi.76x2,6mm po 6mb, cena 29 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

RURA nowa fi.101,3 x 2,5mm dobra na słupy do wiat dł. 12mb. Cena 39 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

CEOWNIK z/g 40x20x1,2 cena 2,50 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PRĘTY żebrowane fi.12, cena 39,50 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

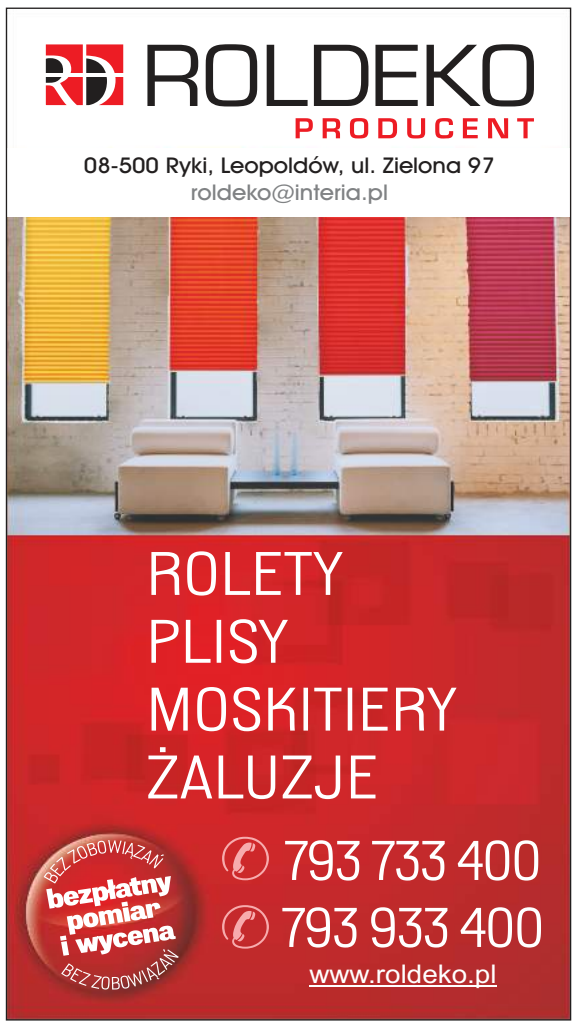
CEOWNIK ocynkowany 40x30x1,2mm po 6mb, cena 3 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PROFIL 25x25x2, cena 6,50 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

RURA używana na słupy fi .219x5mm po 6mb, cena 2 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.







eprasa.pl 0cc41dc691



RECYKLING CENTER

RYKI, UL. LUBELSKA 43

KIERUNEK Chrustne

SKUP ZŁOMU

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

AUTO KASACJA

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

SKUP ZŁOMU ✆ 609 126 733

AUTOKASACJA ✆ 781 200 418

SPRZEDAŻ CZĘŚCI ✆ 603 756 451

SZAMBA

zbiorniki betonowe na scieki domowe, przemysłowe, deszczówkę, gnojowicę



tel. 791 519 607

www.szambabetonowe-brat-bet.pl, brat-bet@wp.pl

POSADZKI MIXOKRETEM UDZIELAM GWARANCJI NA POZIOM

WYLEWKI ANHYDRYTOWE

TYNKI AGREGATEM



T. Panasiewicz - 663 776 972

PRĘTY żebrowane fi.8 do 6mb, cena 1,40 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

PROFIL 45x45x2, cena 15 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI solidne fi.53x2,2 mm cena 12 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

SŁUPKI ocynkowane fi .48x1,5 pół ceny marketowej, cena 12 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

SŁUPKI ocynkowane fi .42x1,5mm pół ceny marketowej, po 9 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

BLACHA trapez T18 używana, ładna, cena 13 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PROFIL ocynkowany 60x40x1,2mm po 6mb, dobry na słupki, cena 10 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SIATKI leśne od 120cm do 200cm, cena od 2,50 zł/mb. Garwolin Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

RUSZTOWANIA warszawskie cena 79 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

FARBY CZARNE w puszkach 1 litr, bardzo dobrej jakości, za pół ceny, po 30 zł/litr. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

BLACHA na rozrzutniki 3mm 2x5 docinamy na wymiar, cena 120 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

GILOTYNA hydrauliczna do 7mm x 2,5mb, cena 14000 zł. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 608 057 374.

DLA DZIECI

SPRZEDAM

PILNIE sprzedam - ŁÓŻECZKO dziecinne, jest materac i poszewka, kolor biały, sana jak nowy, bardzo mało używane, można dzwonić cały dzień. Tel. 663 647 909.

WÓZEK dziecięcy ze spacerówką, koła pompowane, firmowy. Fotelik samochodowy w bardzo dobrym stanie. Niezniszczone. Tel. 507 533 143.

ZWIERZĘTA

SPRZEDAM

INDYKI mięsne, gęsi białe, kaczki. Tel. 660 519 891.

GOŁĘBIE rasy mewki, 12 szt. Sprzedam tanio 10 zł. lub oddam za darmo. Pawłowice. Tel. 511 236 979.

GOŁĘBIE pawiki, borki, orły, belgusy siwe, białe i inne. Cena od 20 zł zwysz. Ok. Ryk. Tel. 691 422 766.

PROSIĘTA białe PBZ, wykastrowane do dalszego chowu. Stężyca. Tel. 732 638 409.

GOŁĘBIE pocztowe mulemansy biało-brązowe, biało-czerwone rok 2025/26 12 szt. Belgusy rok 2025/26 2szt. Cena 20-25 zł/szt. Okolice Ryk. Tel. 605408430.

KOGUTA z domowej hodowli. Sobolew. Tel. 502 148 550.

OWCA duża polska biała, 2 gąsiory, indyk, indyczka. Okolice Żelechowa. Tel. 513 139 021.

KROWA pierwiastka, mleczna. Tel: 796 670 390

TUCZNIK karmiony tradycyjnie. Tel: 693 034 704

INDORY, gęsi, sprzedam. Tel. 513 483 589.

ZWIERZĘTA

ODDAM

SUCZKA 2 miesięczna w dobre ręce. Ryki. Tel: 608 397 046

RÓŻNOŚCI

SPRZEDAM

AKORDEON polonez 120b. Okolice Górzna. Tanio w promocji. Tel: 726 574 281

CZARNA ZIEMIA z dowozem lub odbiór osobisty, cena do ustalenia. Ryki. Tel. 513 735 555.

WÓZ konny i homonto w dobrym stanie, cena 2000 zł. Stężyca. Tel. 881 165 363.

5 ŚWIERKÓW ściętych po 6mb i sosna na pniu średnicy około 1mb. Ryki. Tel. 695 731 791.

ZBIORNIK aluminiowy prostokątny poj. 1500 litr. Może być na ryby. Cena do uzg. Ownia. Tel. 604 924 765.

SZAFA pancerna dwudrzwiowa, 180cm x 95cm x 45cm. Tel. 692 945 589.

ROWERKI dla dziewczynki, 2 szt, koła 16 cali - 200 zł i dla chłopca, koła 20 cali - 100 zł. Tel: 725 840 600

ZABAWKI, dzwonki, janczary, monety, meble, lustra, żyrandole, książki. Ziębice. 40 000 zł. Tel: 696 603 869

RÓŻNOŚCI

KUPIĘ

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

KUPIĘ SZKŁO KOLOROWE z epoki PRL oraz inne ciekawe rzeczy i przedmioty. Płatne gotówka od ręki. Dojazd do klienta. Telefon cały dzień. Tel. 663 647 909.



eprasa.pl 0cc41dc691

OGŁOSZENIE

o konsultacjach społecznych dotyczących projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla nieruchomości zlokalizowanych w miejscowości Gózd, Wola Zadybska i Wola Zadybska – Kolonia – Etap I

Na podstawie art. 17 pkt 11 i 13 i art. 8h ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t. j. Dz. U. z 2026 r. poz. 538 ze zm.), w związku z uchwałą nr VII/60/2024 z dnia 27 listopada 2024 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla nieruchomości zlokalizowanych w miejscowości Gózd, Wola Zadybska i Wola Zadybska – Kolonia, zawiadamiam o konsultacjach społecznych dotyczących:

projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla nieruchomości zlokalizowanych w miejscowości Gózd, Wola Zadybska i Wola Zadybska Kolonia – Etap I

w dniach od **17.11.2026 r. do 18.12.2026 r.** w siedzibie Urzędu Gminy Kłoczew, ul. Długa 67, 08-550 Kłoczew w godzinach pracy urzędu oraz na stronie internetowej Urzędu Gminy Kłoczew www.kloczew.pl.

Zgodnie z art. 8g ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, interesariusze w czasie konsultacji społecznych mogą składać uwagi do Wójta Gminy Kłoczew, na piśmie utrwalonym w postaci papierowej lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej, na formularzu w postaci papierowej lub w formie dokumentu elektronicznego. Formularz dostępny jest:
- w postaci papierowej w Urzędzie Gminy Kłoczew,
- w formie elektronicznej w BIP Urzędu Gminy Kłoczew lub pod adresem: *https://www.gov.pl/web/rozwoj-technologia/formularz-pisma-dotyczacego-aktu-planowania-przestrzennego.*

Zgodnie z art. 8g ust. 2 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym uwaga do projektu planu miejscowego powinna zawierać: imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby, oraz adres poczty elektronicznej, o ile interesariusz taki posiada. Ponadto interesariusz powinien wskazać, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej uwagą oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu, takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu. Uwagi należy składać do Wójta Gminy Kłoczew najpóźniej do **dnia 18.12.2026 r.**

Zgodnie z art. 8i ust. 1 pkt 2 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, spotkania otwarte poprzedzone prezentacją projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego, odbędą się w **dniach 02.12.2026 r. i 03.12.2026 r. o godzinie 16.15 i** będą prowadzone za pomocą środków porozumiewania się na odległość, zapewniających jednoczesną transmisję obrazu i dźwięku, w sposób umożliwiający zadawanie pytań w formie zapisu tekstowego.
Link do spotkania w dniu 02.12.2026 r.:
https://teams.live.com/meet/9351903468517?p=yT4MDiLJR6NKeL0jwM

Link do spotkania w dniu 03.12.2026 r.:
https://teams.live.com/meet/938474987443?p=Bvz6bVJqYju51HHrMD

Zgodnie z art. 8i ust. 1 pkt 4 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, interesariusze mogą wypełnić ankietę, która jest dostępna:
- w postaci papierowej w Urzędzie Gminy Kłoczew,
- w formie elektronicznej w BIP Urzędu Gminy Kłoczew.

Wypełnioną ankietę w postaci papierowej należy złożyć do Wójta Gminy Kłoczew najpóźniej do dnia zakończenia konsultacji społecznych.

Jednocześnie na podstawie art. 39 ust. 1 pkt 2, art. 46 pkt 1 i art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz ocenach oddziaływania na środowisko (t. j. Dz. U. z 2026 r. poz. 670 ze zm.) w powiązaniu art. 17 pkt 11 i 13 i art. 8h ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym zawiadamiam o możliwościach zapoznania się z projektem miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego wraz z prognozą oddziaływania na środowisko w miejscu i terminie prowadzenia konsultacji społecznych, gdzie dokumenty te są wyłożone do wglądu.

Zgodnie z art. 39 ust. 1 pkt 3 ustawy z dnia 3 października 2008 roku o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz ocenach oddziaływania na środowisko zawiadamiam, że każdy może złożyć uwagi i wnioski do projektu w zakresie ochrony środowiska. Organem właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków złożonych w zakresie ochrony środowiska jest Wójt Gminy Kłoczew. Uwagi mogą być wnoszone:
- w formie pisemnej;
- ustnie do protokołu;
- za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich kwalifikowanym podpisem elektronicznym.

Wójt Gminy Kłoczew
(-)
Zenon Stefanowski

RÓŻNE

SCHRONISKO „Zwierzaki Do Wzięcia" zaprasza do adopcji psa lub kota. Nasze zwierzęta są przebadane, wykastrowane, odrobaczone, zaszczepione, zachipowane. Zapraszamy na spacer i obejrzenie naszych psów. Tel. 605 409 419

PRACA

DAM

ZATRUDNIĘ kobiety i mężczyzn w gospodarstwie sadowniczym do zbioru jabłek, z mieszkaniem na miejscu. Sobienie Jeziory. Tel. 602 357 597.

PRACA dla TECHNOLOGA PRODUKCJI KOSMETYKÓW. SIS LAB SP ZOO w Stoczku Łukowskim zatrudni na cały etat, praca na miejscu w siedzibie firmy. CV proszę przesłać na adres: malgorzata.golofit@sislab.eu

AUTOPUNKT Sp. z o.o. poszukuje KIEROWCY kat. C+E do pracy na zestawie typu tandem z przyczepa tzw. deska. Przewozy międzynarodowe na trasach Polska-Niemcy-Holandia-Belgia. Stabilne zatrudnienie, wynagrodzenie: 500 zł za dzień pracy, warunki zatrudnienia oraz szczegóły umowy o prace ustalane indywidualnie. Tel. 513 735 555.

ZATRUDNIĘ osobę do pomocy przy pracach w ogrodzie, koszenie trawy, porządkowanie terenu. Ryki. Tel. 513 735 555.

WARYŃSKI Origin, Żelechów (ul. Tragutta 52) zatrudni pracowników na umowę o pracę. Proste prace: gratowanie, szlifowanie. Praca zmianowa, bez doświadczenia! Kontakt: 608841650 lub osobiście.

WARYŃSKI Origin, Żelechów (ul. Traugutta 52) zatrudni operatora robota spawalniczego na umowę o pracę. Bez doświadczenia, przyuczymy! Praca zmianowa. Kontakt: 608 841 650 lub osobiście w siedzibie.

ZATRUDNIĘ kierowcę, trasy po kraju. Wymagania: - posiadanie prawa jazdy z kat. C+E. - sumienność i odpowiedzialność. - dbałość o powierzony sprzęt. - doświadczenie w zawodzie mile widziane (ale nie jest konieczność). Oferujemy: - stabilne zatrudnienie. - terminowe wynagrodzenie (kilometrówki albo dniówki). - system pracy pon- pt . Tel. 600 803 943 .

POSZUKUJĘ osoby chętnej do pracy fizycznej przy częściach samochodowych w firmie AUTO CZĘŚCI MIĘTNE ul. Garwolińska 110. Zainteresowane osoby proszę o kontakt pod numerem telefonu 505 031 112



PRACA - WYKOŃCZENIA. Wymagane umiejętności: zabudowy g-k, gładzie itp. Praca głównie w Warszawie. Wynagrodzenie: tygodniowe. Zapewniam dowóz do pracy na trasie Wilga - Warszawa. Tel. 507 979 765

ZATRUDNIĘ do elewacji oraz pomocnika ogólnobudowlanego. Atrakcyjne wynagrodzenie i praca cały. Wyjazd z Garwolina i praca w okolicy. Mile widziane osoby z doświadczeniem. Wszystkie informacje pod numerem. Tel. 695 725 656

PRACA na stałe przy utrzymaniu terenu zewnętrznego. Od poniedziałku do piątku w godzinach 5-13. Praca w Pilawie. Osoby zainteresowane proszę o SMS pod numer: 660 758 502.

RESICON
Antolak Sp. j.
Firma zajmująca się produkcją konstrukcji stalowych
ZATRUDNI OSOBY NA STANOWISKA:
SPAWACZ MIG/MAG
ŚLUSARZ
PRACOWNIK PRODUKCJI
Praca w Rykach
660 425 587

OGŁOSZENIE

Wójt Gminy Borowie podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Borowie oraz w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu pod adresem **bip.borowie.pl**, na okres 21 dni został zamieszczony wykaz nieruchomości przeznaczonej do wydzierżawienia w trybie bezprzetargowym (na rzecz dotychczasowego dzierżawcy), położonej w miejscowości Filipówka, gm. Borowie. Szczegółowe informacje można uzyskać w Urzędzie Gminy w Borowiu bądź pod nr tel. 25 685 90 70 wew. 17.

PG BIURO RACHUNKOWE SKRZYDŁA BIZNESU PAULINA GAWRYŚ
Więcej niż księgowość — wsparcie Twojej firmy.

USŁUGI

ZŁOTA RĄCZKA Artur - bieżące naprawy domowe, małe i duże remonty, podłączanie urządzeń elektrycznych, gazowych i sanitarnych, poddasza, elewacje, glazura, terakota, instalacje elektryczne i hydrauliczne, malowanie agregatem, uprawnienia SEP. Tel. 501 038 391.

WYCINKA drzew i krzewów itp. Koszenie zieleni i nieużytków. Prace ogrodowo-podwórkowe. Drobne naprawy i remonty. Tel. 500 463 989 .

OFERUJĘ usługi remontowo budowlane m.in. malowanie wewnętrzne i zewnętrzne; montaż ścian działowych G-K; układanie płytek, paneli; wymiana/montaż drzwi i okien; prace hydrauliczne. Tel: 514 196 117

BIURO rachunkowe dla przedsiębiorców i osób planujących własną firmę. Rozliczam ryczałt i KPiR, pomagam w księgowości i organizuję szkolenia o obowiązkach i fakturowaniu w KSeF. Tel. 799 051 856

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

MALOWANIE domów i mieszkań. Gładzie, układanie paneli. Szybko, ładnie i dokładnie. Tel. 511 548 087.

WYKONUJEMY usługi przeprowadzek, utylizacji gabarytów i odpadów, rozbiórek garaży/szop/budynków i demontażu mebli — jesteśmy młodą ekipą z kilku letnim doświadczeniem. Tel. 667 987 893

TOWARZYSKIE

POZNAM kobietę w wieku 55-70 lat w celu nawiązania przyjaźni i wspólnego spędzania czasu. Tel. 514 506 201.

eprasa.pl 0cc41dc691

RELIKWIE ŚW. MARCINA NA STAŁE W STĘŻYCY

We wspomnienie św. Marcina, parafia w Stężycy przeżyła szczególny odpust. Podczas uroczystości, w kościele zainstalowano relikwie patrona parafii, fragment kości świętego biskupa

Kościół wspominał 11 listopada św. Marcina, uznawanego za wzór życia kapłańskiego. Jego kult jest na naszym terenie szczególnie żywy w parafii w Stężycy. Doroczny odpust zgromadził licznie parafian. W tym roku miał wyjątkowy charakter. Eucharystię poprzedziło uroczyste wprowadzenie relikwii św. Marcina Biskupa. Od tej chwili będą one na stałe obecne w stężyckiej świątyni. Młodzież parafii przygotowała na tę okazję inscenizację przybliżającą postać świętego.



Zwieńczeniem odpustu parafialnego była procesja eucharystyczna wokół świątyni. Po raz pierwszy wierni mogli pójść za relikwiami swojego świętego patrona



Na zakończenie uroczystości parafianie oddali hołd relikwiom św. Marcina. Ich obecność ma stale przypominać wspólnocie o konieczności realizacji dzieł miłosierdzia i wrażliwości na potrzeby bliźnich



Młodzież szkolna przygotowała specjalną inscenizację prezentującą sylwetkę patrona stężyckiej parafii

„POTĘŻNY PATRON NA TRUDNY CZAS”

W homilii ks. prałat Edmund Szarek podkreślił, że relikwie wpisują się w nowy rozdział historii parafii i całej ojczyzny. Pochodzą one z diecezji gandawskiej w Belgii. – *Potężny patron na trudny czas, na czas tak trudny dla naszej umiłowanej ojczyzny. To właśnie święty Marcin ukazuje drogę, na jakich fundamentach mamy oprzeć nasze życie, aby budować nasz dom ojczysty, nasz dom rodzinny* – mówił kaznodzieja.

Ks. Szarek zwrócił uwagę na przesłanie, które święty niósł przez całe życie. – *Marcin szedł drogą pełną ufności w Boga. Przez swoją posługę i żołnierza i biskupa ciągle powtarzał: Bóg nas kocha. Czy, drogi bracie i siostro, dociera do ciebie ta prawda?* – pytał. Przypomniał, że dewizą świętego były słowa św. Pawła z Listu do Rzymian: „Nic nas nie zdoła odłączyć od miłości w Chrystusie Jezusie Panu naszym”. – *Mimo tego, że się potykamy, upadamy, mimo tego, że niejednokrotnie wstrzymujemy się w zaufaniu Panu Bogu, to Bóg nas kocha. Tak nauczał święty Marcin* – podkreślił.

„OTWARTE SERCE NA EWANGELIĘ”

O znaczeniu relikwii mówił także wikariusz parafii, ks. Krzysztof Sobczuk. – *Umieszczona wewnątrz relikwiarza, cząstka kości naszego patrona, od dziś będzie na nowo przypominać nam, jak ważne jest posiadanie otwartego serca na Ewangelię i pełnienie dzieł miłosierdzia* – przemawiał. Podkreślił też, że kult relikwii nie zatrzymuje się na samych szczątkach świętych. – *Oddając cześć relikwiom świętym i błogosławionym, Kościół czci samego Boga za wielkie rzeczy, jakich dokonał przez ręce ludzi, których prowadził ku uświęceniu siebie i innych* – zaznaczył ks. Krzysztof. Relikwie zostały sprowadzone aż z USA, ale pochodzą z diecezji gandawskiej w Belgii. Ksiądz proboszcz ma nadzieję, że dar ten pomoże całej wspólnocie dążyć ku niebu, mając oczy otwarte na potrzeby i pomoc innym braciom i siostrom. - *Niech przykład wiary św. Marcina oraz jego stawiennictwo prowadzi nas do coraz głębszej przemiany naszych serc i doprowadzi nas do samego Boga, który jest źródłem i szczytem świętości* – podkreśla ks. Jarosław Grzelak.

KIM BYŁ ŚW. MARCIN?

Święty Marcin urodził się około 316 r. w Panonii, na terenie dzisiejszych Węgier, w rodzinie pogańskiej. W wieku 15 lat wstąpił do armii cesarza Konstancjusza II. W czasie tej służby doszło do wydarzenia, które czciciele świętego wspominają do dziś: żebrakowi proszącemu o jałmużnę Marcin oddał połowę swojej opończy. Następnej nocy ukazał mu się Chrystus odziany w ten płaszcz i powiedział do aniołów: „To Marcin okrył mnie swoim płaszczem”.

Pod wpływem tego wydarzenia Marcin przyjął chrzest i opuścił wojsko, uznając, że wojowanie kłóci się z zasadami wiary. Został uczniem św. Hilarego, biskupa Poitiers we Francji, i przyjął święcenia diakonatu. Po pewnym czasie osiadł jako pustelnik na wysepce Gallinaria w pobliżu Genui, gromadząc wokół siebie wielu uczniów.

W 361 r. założył pierwszy klasztor w Galii. Dziesięć lat później, mimo jego sprzeciwu, lud wybrał go biskupem Tours. Odbył wiele wypraw misyjnych. Zmarł 8 listopada 397 r. w Candes podczas podróży duszpasterskiej. Jego ciało sprowadzono Loarą do Tours i pochowano 11 listopada.

WIĘCEJ ZDJĘĆ NA WWW.TWOJGLOS.PL

Zbigniew Jończyk

KALENDARZ LITURGICZNY

17 listopada, wtorek
WSPOMNIENIE ŚW. ELŻBIETY WĘGIERSKIEJ, ZAKONNICY
- NIEMCY ZAMKNĘLI KATOLICKI UNIWERSYTET LUBELSKI W LUBLINIE (1939 R.)
- JAN PAWEŁ II KANONIZOWAŁ KARMELITĘ BOSEGO JÓZEFA KALINOWSKIEGO (W ZAKONIE OJCA RAFAŁA OD ŚW. JÓZEFA) (1991 R.)

18 listopada, środa
WSPOMNIENIE BŁ. KAROLINY KÓZKÓWNY, DZIEWICY I MĘCZENNICY
- PAPIEŻ URBAN VIII KONSEKROWAŁ NOWĄ BAZYLIKĘ ŚW. PIOTRA NA WATYKANIE (1626 R.)
- OGŁOSZONO LIST BISKUPÓW POLSKICH DO EPISKOPATU NIEMIECKIEGO W SPRAWIE WZAJEMNEGO WYBACZENIA KRZYWD. SPOTKAŁ SIĘ ON Z OSTRĄ REAKCJĄ WŁADZ PRL (1965 R.)

19 listopada, czwartek
PATRON DNIA: BŁ. SALOMEA

20 listopada, piątek
WSPOMNIENIE ŚW. RAFAŁA KALINOWSKIEGO, PREZBITERA
- BENEDYKT XVI POWOŁAŁ 24 NOWYCH KARDYNAŁÓW, W TYM ABP. WARSZAWSKIEGO KAZIMIERZA NYCZA (2010 R.)

21 listopada, sobota
WSPOMNIENIE OFIAROWANIA NAJŚWIĘTSZEJ MARYI PANNY
- MARIA ANGELA TRUSZKOWSKA ZAŁOŻYŁA W WARSZAWIE ZGROMADZENIE ZAKONNE FELICJANEK (1855 R.)
- BENEDYKT MENNI, TOMASZ Z CORI I 10 MĘCZENNIKÓW HISZPAŃSKICH ZOSTALI KANONIZOWANI PRZEZ JANA PAWŁA II (1999 R.)

22 listopada, niedziela
UROCZYSTOŚĆ JEZUSA CHRYSTUSA KRÓLA WSZECHŚWIATA

23 listopada, poniedziałek
WSPOMNIENIE ŚW. KLEMENSA I, PAPIEŻA I MĘCZENNIKA ALBO WSPOMNIENIE ŚW. KOLUMBANA, OPATA
- W KATEDRZE PŁOCKIEJ UMIESZCZONO KOPIĘ ŚREDNIOWIECZNYCH DRZWI PŁOCKICH (1981 R.)

eprasa.pl 0cc41dc691

65 LAT AMATORA. JUBILEUSZOWA

W piątek 13 listopada odbyła się uroczysta gala z okazji 65-lecia Klubu Sportowego Amator Leopoldów Rososz. Na jubileusz przyjechali działacze i zawodnicy, a także sympatycy, sponsorzy, przedstawiciele władz samorządowych oraz związku sportowego. Świętowanie jubileuszu zbiegło się z awansem drużyny piłkarskiej do klasy okręgowej



Aktualna kadra drużyny seniorów: Dawid Beczek, Szymon Beczek, Mateusz Biłos, Filip Gajownik, Szymon Gębal, Kacper Goluch, Mateusz Jakubiec, Karol Kalbarczyk, Jakub Lipiec, Lukas Łucjan, Sylwester Magos, Mateusz Nakonieczny, Jakub Łaciak, Marcin Płusa, Marek Świętochowski, Cezary Warowny, Piotr Warowny

Zgoćmi przywitał się prezes klubu Michał Biłos. – *Dzisiejszy dzień jest dla nas wszystkich niezwykle ważny i szczególny. Spotykamy się tutaj, aby wspólnie świętować 65 lat historii naszego klubu* – mówił. Jak podkreślił, jubileusz to przede wszystkim okazja do wspomnień, podziękowań i spotkania ludzi, których łączy przywiązanie do Amatora. Wspomniał o tysiącach treningów, setkach rozegranych spotkań i niezliczonej liczbie osób, które na różnych etapach życia wiązały się z klubem.

Podczas gali wręczono statuetki i podziękowania. Odebrali je m.in. przedstawiciele samorządów, sponsorzy, wieloletni działacze, lokalne organizacje, trenerzy, obecni zawodnicy oraz członkowie zarządu.



Pamiątkowe statuetki z rąk prezesa odebrali szczególnie zasłużeni: Mateusz Antolak, Janusz Piwoński (prezes w latach 2016–2020), Kazimierz Słyk (wieloletni działacz, konserwator, gospodarz obiektu i skarbnik), Robert Plewka (działacz i gospodarz stadionu w Rososzy), Tomasz Polak (były zawodnik, ratownik medyczny zabezpieczający wydarzenia sportowe), Rafał Dunst (członek zarządu w latach 2022–2024)

POCZĄTKI: ROK 1961

Historia klubu z Leopoldowa i Rososzy sięga 1961 roku. 12 lutego odbyło się zebranie założycielskie LZS Leopoldów. Pierwszy zarząd tworzyli: przewodniczący Stanisław Warowny, wiceprzewodnicząca Barbara Gral, sekretarz Edward Kornas, gospodarz Edward Piwoński, członek zarządu Stanisław Kornas.

Początkowo powołały cztery sekcje: siatkówki, szachów i warcabów, lekkoatletyki oraz turystyki. Sekcję piłki nożnej utworzono w 1962 roku i z czasem stała się wiodącą w klubie. W latach sześćdziesiątych w Leopoldowie zorganizowano spartakiadę ludowych zespołów sportowych. Zawody lekkoatletyczne odbywały się przy obecnej ulicy Dworcowej, a wśród najlepszych zawodników był późniejszy przewodniczący klubu Henryk Kubak.

Po krótkim regresie pod koniec lat sześćdziesiątych klub się ożywił. Dużą rolę odegrał w tym Krzysztof Pioterczak, który w wieku zaledwie 14 lat objął funkcję przewodniczącego i pełnił ją w latach 1968-1995.

OD BŁYSKAWICY, PRZEZ SPÓŁDZIELCĘ DO AMATORA

Przez dekady drużyna występowała pod różnymi szyldami, co wiązało się z obecnością dwóch sąsiednich miejscowości. Ustalona chronologia nazw: w 1961 r – LZS Leopoldów, 1982 – LZS Błyskawica Leopoldów, 1983/84 – LZS Leopoldów, 1986 – LZS Spółdzielca Leopoldów.

Pod koniec lat osiemdziesiątych i na początku dziewięćdziesiątych nazwy obu miejscowości stopniowo się łączyły, a mecze przeniesiono z Leopoldowa do Rososzy. 20 lutego 1995 roku do rejestru wpisano stowarzyszenie pod nazwą Klub Sportowy Amator Leopoldów Rososz. Prezesem został Jarosław Prządka, wiceprezesem Henryk Warowny, skarbnikiem Marian Kuźlik, sekretarzem Jerzy Kryczka. W zarządzie zasiedli też Andrzej Styczyński, Tadeusz Stroń, Robert Plewka, Janusz Adamski i Jan Polak.

AWANSE I SPADKI

W latach osiemdziesiątych zespół systematycznie piął się w ligowej hierarchii. W sezonie 1981/82 drużyna z klasy C zajęła trzecie miejsce, a w sezonie 1985/86 awansowała do klasy A. Zdobyła wówczas 33 punkty przy bilansie bramkowym 79:22 i tylko dwóch porażkach.

W latach dziewięćdziesiątych klub występował już na wyższym poziomie. W sezonie 1992/93 zajął dziewiąte miejsce w klasie okręgowej. Od sezonu 1995/96 drużynę prowadził trener Tadeusz Stroń, większą opieką otoczono też zespół młodzieżowy. W sezonie 1997/98 Amator wygrał rozgrywki w klasie A, ale o awansie decydowały baraże, które przegrał. Rok później, w sezonie 1998/99, po-



Wiceprezes Dariusz Piwoński jest działaczem nie tylko Amatora, ale również Rady Wojewódzkiej Zrzeszenia Ludowe Zespoły Sportowe w Lublinie. W imieniu Zrzeszenia wręczył działaczom klubu okolicznościowe medale 80-lecia LZS. Otrzymali je: Krzysztof Pioterczak oraz Jarosław Prządka, Dariusz Szczygielski, Krzysztof Kardas, Janusz Piwoński, Jerzy Walasek, Witold Polak i Kazimierz Słyk



Gościem honorowym jubileuszowej gali był prezes Lubelskiego Związku Piłki Nożnej Krzysztof Gralewski. Na ręce prezesa Amatora wręczył m.in. okolicznościowy grawerton oraz gratulacje i wyrazy uznania za 65 lat działalności, pasji i zaangażowania działaczy klubu na rzecz piłki nożnej w naszym regionie. - Życzymy dalszych sukcesów sportowych, emocji oraz wielu pięknych chwil na boiskach - podkreślił prezes Gralewski



Władze gminy Ryki reprezentował zastępca burmistrza Ryk, który również w imieniu burmistrza Jarosława Żaczka złożył życzenia oraz symboliczny czek na 6,5 tys. zł. - Dziękujemy za wkład pracy na rzecz dzieci i młodzieży z naszego terenu. Myślę, że to zaprocentuje. Być może po Waszym boisku biega kolejny Robert Lewandowski, czego sobie i Wam z całego serca życzę - mówił Jacek Wasilewski

eprasa.pl 0cc41dc691

GALA W GOŚCIŃCU POD LASEM



Zarząd KS Amator Leopoldów Rososz (od lewej): skarbnik - Radosław Kornas, wiceprezes - Dariusz Piwoński, gospodarz klubu - Łukasz Nowaczyk, członkowie Sebastian Kosiorek, Jarosław Prządka, Jerzy Walasek, prezes - Michał Biłos i nieobecny na zdjęciu sekretarz - Patryk Młot



Z życzeniami dla działaczy, trenerów i zawodników KS Amator przybył również starosta rycki Dariusz Szczygielski, który przez 12 lat był prezesem klubu, a przez kolejnych osiem pełnił funkcję skarbnika. W imieniu Zarządu i Rady Powiatu Ryckiego wręczył obecnemu prezesowi okolicznościowy grawerton z okazji 65-lecia klubu. – Klub jest mocny panującą tu atmosferą i ludźmi, którzy chcą pracować dla tej społeczności – podkreślił starosta. Złożył także podziękowania obecnemu skarbnikowi Radosławowi Kornasowi oraz zasłużonemu działaczowi Kazimierzowi Słykowi wręczając Laur Kultury przyznany przez Zarząd Województwa Lubelskiego

wtórzył zwycięstwo i tym razem wywalczył awans do klasy okręgowej. Zawodnicy byli prawdziwymi amatorami i nie otrzymywali wynagrodzenia za zwycięstwa, ale panowała znakomita atmosfera.

Po rejestracji stowarzyszenia w KRS jako cel działalności określono rozwijanie kultury fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem piłki nożnej, tenisa stołowego i piłki siatkowej w środowisku wiejskim. W pierwszym zarejestrowanym zarządzie znaleźli się m.in. Dariusz Szczygielski, Jarosław Prządka, Dariusz Piwoński, Janusz Piwoński i Andrzej Piwoński.

W sezonie 2007/08 Amator wygrał rozgrywki klasy A i awansował do okręgówki, a pierwszy sezon po powrocie zakończył na ósmym miejscu. W klasie okręgowej grał do spadku po sezonie 2011/12. Potem występował w klasie A do sezonu 2025/26, gdzie co roku walczył o czołowe miejsca. Jubileusz zbiegł się z awansem seniorów do klasy okręgowej – to powrót na wyższy poziom i kolejny rozdział w historii Amatora.

AMATOR CUP I PRACA Z MŁODZIEŻĄ

Klub od lat szkoli dzieci i młodzież. W 2023 roku zainicjował cykliczny turniej Amator Cup, w którym rywalizują drużyny z województw lubelskiego i mazowieckiego. Każda edycja przyciąga setki uczestników, a do 2026 roku rozegrano cztery. Klub organizuje też zimową odsłonę rozgrywek, Winter Amator Cup, w hali sportowej. Na początku 2026 roku w klubie działało dziewięć grup sportowych, od seniorów i juniorów, przez kategorie młodzieżowe, po najmłodszych adeptów futbolu, a także sekcja tenisa stołowego.

SEKCJA TENISA STOŁOWEGO

Sekcję założono w 1999 roku z inicjatywy Andrzeja Redy i Zbigniewa Kuźmiaka. Drużyna mężczyzn grała najpierw w czwartej lidze, potem awansowała do trzeciej i zajęła w niej trzecie miejsce. Na początku lat 2000 powstała też sekcja kobiet, która przez wiele lat występowała w drugiej lidze wojewódzkiej. Trenerem kierującym drużynami był i jest Dariusz Piwoński.

Największy sukces sekcji kobiet to mistrzostwo województwa seniorek w grze deblowej oraz pierwsze miejsce w drugiej lidze lubelskiej. Amator wygrał wtedy także półfinał baraży o pierwszą ligę z Białymstokiem. Po odejściu czołowych zawodniczek klub postawił na pracę z młodzieżą. Prowadzi zajęcia w szkole podstawowej w Leopoldowie, a kilku zawodników, zwłaszcza z rocznika 2012 (Maciek Sowa, Kacper Goluch, Antoni Błoński, Filip Kamiński), weszło do wojewódzkiej czołówki. Trenerowi Piwońskiemu pomagają obecnie Stanisław Sowa i Grzegorz Goluch.



Podczas gali uhonorowani zostali również trenerzy: Wojciech Kryczka, Patryk Chachuła i Łukasz Piszczek

„NIEZMIENNA POZOSTAŁA IDEA"

Jak podkreślają władze klubu, Amator to nie tylko daty i wyniki. Przez 65 lat zmieniały się nazwy, zarządy, trenerzy, zawodnicy i pokolenia kibiców. Niezmienna pozostała jednak idea, która przyświecała założycielom klubu w 1961 roku: wspólne działanie na rzecz sportu i integracji mieszkańców. Organizatorzy jubileuszowej Gali podziękowali wszystkim, którzy przez 65 lat tworzyli historię Amatora: zakładali klub, grali w jego barwach, trenowali kolejne pokolenia, wspierali go organizacyjnie i finansowo. Chwilą ciszy uczczono również pamięć tych, którzy na przestrzeni lat odeszli na zawsze.

Zbigniew Jończyk

Prezesi klubu od 1995 roku

1995–1999	Jarosław Prządka
1999–2000	Jerzy Kryczka
2000–2001	Dariusz Piwoński
2001–2012	Dariusz Szczygielski
2012–2016	Krzysztof Kardas
2016–2020	Janusz Piwoński
2020-2022	Witold Polak
2022-2024	Jerzy Walasek
od 2024	Michał Biłos



Po części oficjalnej rozpoczął się jubileuszowy bal

Krzysztof Pioterczak, przewodniczący klubu w latach 1968–1995

„Miałem 14 lat, kiedy powierzono mi prowadzenie klubu"

Byłem w siódmej klasie szkoły podstawowej, kiedy przyszli do mnie starsi działacze. Przynieśli zeszyt z kilkoma zapisanymi kartkami, nazwiskami i powiedzieli, żebym prowadził klub. Miałem wtedy 14 lat. Ogarnęła mnie panika. Zastanawiałem się, kto będzie słuchał takiego chłopaka. Na szczęście trafiłem na świetnych ludzi. Bardzo pomagał nam m.in. Mieczysław Prządka, który wspierał klub również finansowo.

Wtedy nie myśleliśmy o tym, jak klub będzie wyglądał za kilkadziesiąt lat. Najważniejsze było, czy będziemy mieli z kim zagrać, skąd wziąć piłki i stroje. Pamiętam, jak zebraliśmy grupę chłopaków ze szkoły podstawowej i pierwszych klas szkół średnich. Poszliśmy do lasu zbierać jagody. Sprzedaliśmy je, a za zarobione pieniądze kupiliśmy w Kielcach dwa komplety strojów i cztery albo pięć piłek. Takie były początki.

eprasa.pl 0cc41dc691

MIŁOŚĆ DO OJCZYZNY WYRAZILI NA SPORTOWO

Z biało-czerwonymi kwiatami we włosach, barwami narodowymi na policzkach i w patriotycznych strojach stanęli na linii startu. 14 listopada dziesiątki dzieci i dorosłych wzięło udział w Biegu Niepodległości na osiedlu Stawy w Dęblinie



Jako pierwsi rywalizację biegową rozpoczęli najmłodsi zawodnicy



Najwięcej chętnych zgromadził bieg główny. Otworzyła go radna powiatowa Jolanta Kiebzak



Dla wielu uczestników zawody były okazją do wspólnego spotkania integracyjnego. Na zdjęciu: Helena, Darek, Ania, Janusz, Beata i Sławomir

Sportowe wydarzenie już po raz czwarty zorganizował zarząd osiedla z Andrzejem Czarneckim na czele. W tym roku do dobrze znanego marszu nordic walking po raz pierwszy dołączyły konkurencje biegowe dla uczestników w różnym wieku.

UCZCIĆ NARODOWE ŚWIĘTO

Rozszerzony program przyciągnął wielu chętnych. - Jesteśmy na każdych takich imprezach organizowanych przez zarząd osiedla, bo tu mieszkamy - mówią Mariusz i Barbara Majchrzakowie. *- Bieganie i spacery z kijkami to nasza pasja, sposób dbania o zdrowie i okazja do integracji, spotkań ze znajomymi z Dęblina i Puław. A przy okazji czcimy naszą niepodległość* - tłumaczy pani Helena z Ryk, jedna z uczestniczek marszu.

Zawody rozpoczęły się tradycyjnie od odśpiewania hymnu narodowego, czemu towarzyszył dym z odpalonych rac. Podczas oficjalnego otwarcia przypomniano znaczenie Święta Niepodległości. *- Spotykamy się, by wspólnie uczcić narodowe święto, w którym z dumą i wzruszeniem wspominamy moment, gdy po 123 latach niewoli Polska odzyskała niepodległość. Wywalczyły ją pokolenia Polaków, które nie straciły wiary w wolną Polskę. Walczyły o nią na wielu frontach wojen, a także pielęgnując język, tradycję i kulturę. Dzięki nim możemy żyć w wolnym kraju* - mówiła Edyta Kowalska podczas otwarcia.

Powodzenia w zawodach życzyli uczestnikom radna powiatowa Jolanta Kiebzak oraz przewodniczący Rady Miejskiej w Dęblinie Tomasz Mikusek.

SUKCES MARCINA GŁODKA

Start poprzedziła rozgrzewka przy muzyce, którą poprowadziła Joanna Górnik. Jako pierwsi na trasę wyruszyli uczestnicy marszu nordic walking. Mieli do pokonania około 8 kilometrów po okolicznym lesie.

Zaraz po nich na linii startu pojawiły się dzieci. Najmłodsi pobiegli na 200 metrów, a nieco starsi pokonali dwukrotnie dłuższy dystans. Przygotowano również bieg na 700 metrów dla młodzieży, jednak zgłosił się do niego tylko jeden zawodnik - Maksymilian Charkot. Jako ostatni wystartowali dorośli, którzy mieli przed sobą 6-kilometrową trasę.

Wśród najmłodszych, na dystansie 200 metrów, zwyciężył Jakub Kwas. Drugie miejsce zajął Amir Ultafow, a trzecie Antoni Kwas. W biegu na 400 metrów najlepsza była Tosia Franczak, przed Filipem Majchrzakiem i Emilą Kuziołą.

W biegu głównym na 6 kilometrów najszybszy okazał się Marcin Głodek. Drugie miejsce wywalczył Sebastian Stachurski, a trzecie Zbigniew Gałązka.

Zwycięzcy otrzymali puchary, a wszyscy uczestnicy pamiątkowe medale.

Po zakończeniu zawodów zarówno uczestnicy, jak i kibice mogli posilić się grochówką z kotła i napić gorącej herbaty. Chętnych nie brakowało, bo listopadowa temperatura nie rozpieszczała. Mimo chłodu sportowcom dopisywały humory. Uczestnicy już czekają na kolejne edycje marszowych i biegowych imprez.

Tomasz Kępka

Jedna scena, kilka pokoleń muzyków w mundurowym środowisku



Występy złożyły się na muzyczny hołd dla Ojczyzny, złożony tuż przed obchodami Narodowego Święta Niepodległości (fot. Urszula Krzemińska)



Wydarzenie pokazało, że w środowisku wojskowym kultura i muzyka mają swoje stałe miejsce (fot. Urszula Krzemińska)

Koncert „Muzyczne Pokolenia Garnizonu" w sali widowiskowej LAW był hołdem dla Ojczyzny z okazji Narodowego Święta Niepodległości

Na scenie spotkały się różne pokolenia wojskowych muzyków amatorów: od uczennic i uczniów po studentów Lotniczej Akademii Wojskowej. Garnizon to nie tylko służba i codzienna praca. To także ludzie z pasjami, talentami i artystyczną wrażliwością, których łączy miejsce, wspólnota i tradycja.

Tego dnia wystąpił zespół M.A.L.A. oraz Hania Kowalczyk z Klubu 4. Skrzydła Lotnictwa Szkolnego, z udziałem instruktora artystycznego Jana Szula. Zespół Dywizjon z Ogólnokształcącego Liceum Lotniczego w Dęblinie oraz Gracje Awiacje - absolwentki Wojskowego Liceum Informatycznego z Warszawy, a obecnie studentki LAW. Ich instruktorem artystycznym jest Andrzej Królikowski.

Kolejnym punktem był występ zespołu WILAW z Lotniczej Akademii Wojskowej, przygotowanego przez instruktora artystycznego Sławomira Leszczyńskiego. Zwieńczeniem koncertu był występ formacji Turbulencja. Zespół powstał w 2026 roku z inicjatywy studentów wojskowych i cywilnych Lotniczej Akademii Wojskowej. Koncert poprowadziła Martynka Rzeszotek, a za zabezpieczenie techniczne odpowiadał Grzegorz Joński.

eprasa.pl 0cc41dc691

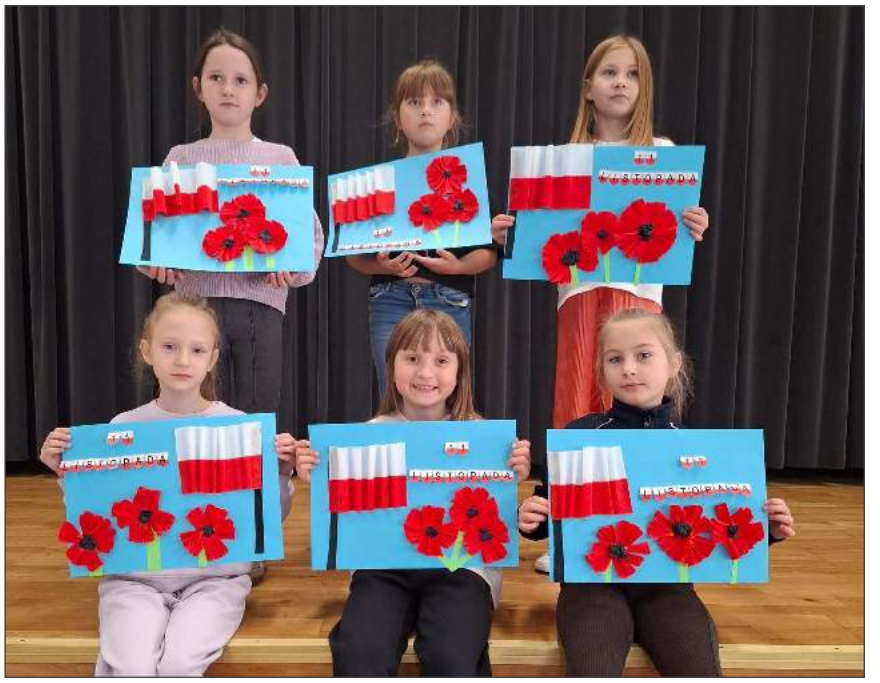
TAK ODDALIŚMY HOŁD NIEPODLEGŁEJ

Zbigniew Jończyk

Hymn państwowy, okolicznościowe przemówienia, apele pamięci, salwy honorowe i składanie wieńców były stałymi punktami oficjalnych uroczystości. Nie zabrakło też koncertów, przedstawień, pokazów, wystaw i imprez sportowych. Mieszkańcy spotykali się w kościołach, przy pomnikach, na placach, w salach widowiskowych i na trasach biegowych, by wspólnie świętować rocznicę wydarzeń sprzed 108 lat



DĘBLIN W obchodach Święta Niepodległości uczestniczyli żołnierze, samorządowcy, przedstawiciele organizacji społecznych, młodzież i mieszkańcy miasta. Uroczystości rozpoczęły się od złożenia kwiatów pod Pomnikiem Niepodległości przed Urzędem Miasta. Następnie w kościele pw. św. Piusa V odprawiono Mszę Świętą w intencji Ojczyzny, po której uczestnicy przemaszerowali ulicami miasta pod Pomnik Bohaterskich Lotników Dęblińskiej Szkoły Orląt. Obchody zakończyło wieczorne wydarzenie „Światło dla Niepodległej" na Cmentarzu Wojennym Balonna (fot. UM Dęblin)



KŁOCZEW Dzieci uczestniczące w warsztatach rysunku i malarstwa uczciły Święto Niepodległości, przygotowując prace plastyczne w barwach narodowych. Główne uroczystości odbyły się 11 listopada pod pomnikiem Gloria Victis. Jednym z najważniejszych punktów obchodów było odsłonięcie tablicy upamiętniającej kaprala Władysława Cmiela, który poległ w walkach pod Monte Cassino (fot. GOK Kłoczew)



OWNIA W miejscowej szkole odbył się koncert patriotyczny z udziałem mieszkańców i zaproszonych gości. Uczniowie przygotowali program artystyczny, w którym znalazły się recytacje i pieśni patriotyczne. Przed publicznością wystąpili również członkowie miejscowego Koła Gospodyń Wiejskich oraz druhowie Ochotniczej Straży Pożarnej. Koncert zakończył się wspólnym śpiewaniem znanych pieśni patriotycznych (fot. ZPO Ownia)



RYKI Przed Pomnikiem „Bojownikom o Wolność Ojczyzny" odbyły się główne powiatowe uroczystości Święta Niepodległości. Uczestniczyły w nich liczne poczty sztandarowe, m.in. policji, straży pożarnej, szkół i instytucji. Okolicznościowe przemówienie wygłosił starosta Dariusz Szczygielski. Przypomniał o pokoleniach Polaków, które mimo 123 lat zaborów zachowały narodową tożsamość, język i kulturę. Podkreślił również znaczenie suwerenności, odpowiedzialności za przyszłość państwa oraz rolę młodego pokolenia w budowaniu niepodległej Polski (fot. Starostwo Powiatowe)



STĘŻYCA Obchody Święta Niepodległości rozpoczęły się przy pomniku mieszkańców Ziemi Stężyckiej walczących i poległych za niepodległość. W imieniu mieszkańców wieniec złożyli wójt Zbigniew Chlaściak, wicewójt Grażyna Domańska, przewodnicząca rady gminy Justyna Karaś oraz duchowni – ks. Jarosław Grzelak i ks. prałat Edmund Szarek. Kwiaty złożyli również przedstawiciele samorządu powiatowego, Towarzystwa Przyjaciół Stężycy, Wspólnoty Gruntowej i harcerze. Przy pomniku zapalono znicze. W uroczystości uczestniczyli harcerze z 38. Stężyckiej Wielopoziomowej Drużyny Harcerskiej „Urwipołcie", Rycerze św. Jana Pawła II oraz poczty sztandarowe jednostek OSP, szkół i koła łowieckiego. Podczas podnoszenia biało-czerwonej flagi na maszt zebrani odśpiewali hymn narodowy



UŁĘŻ W Gminnym Ośrodku Kultury i Bibliotece odbyły się obchody Święta Niepodległości. Do zgromadzonych mieszkańców i gości zwróciła się wójt Izabela Kulik, wygłaszając okolicznościowe przemówienie. W części artystycznej wystąpili lokalni artyści, którzy poprzez muzykę i pantomimę przypomnieli ważne wydarzenia z historii Polski oraz narodowe tradycje. W programie nie zabrakło chwil zadumy i refleksji (fot. GOKiB Ułęż)

eprasa.pl 0cc41dc691

Twój Głos nr 46(1187) | 17 listopada 2026 | www.twojglos.pl

Z Ryk na mistrzostwa świata w USA

Jeszcze kilka lat temu była jedyną dziewczyną w piłkarskiej drużynie Ruchu Ryki. Dziś reprezentuje Polskę w karate tradycyjnym i przygotowuje się do matury. Nikola Jeżewska ma za sobą dwa medale mistrzostw świata w Kairze, ale nie zamierza na nich poprzestać

Właśnie startuje w mistrzostwach świata WTKF w Waszyngtonie (17-20 listopada). Tym razem czeka ją rywalizacja indywidualna, a cel jest jasny: stanąć na najwyższym stopniu podium.

Kiedy Nikola Jeżewska po raz pierwszy przyszła na trening karate, miała sześć lat i chodziła do zerówki. Nie wiedziała jeszcze, że sport, którego miała jedynie spróbować, zajmie tak ważne miejsce w jej życiu. - *Zawsze ciągnęło mnie do sportu, więc mama postanowiła, że spróbujemy z karate, bo to taka nowość, i tak już minęło we wrześniu 12 lat* - wspomina.

Dziś Nikola jest uczennicą klasy maturalnej Liceum Ogólnokształcącego w Rykach, zawodniczką Akademii Karate Daniela Iwanka w Lublinie i reprezentantką Polski. W listopadzie czeka ją drugi w krótkim czasie start w mistrzostwach świata.

JEDYNA DZIEWCZYNA W PIŁKARSKIEJ DRUŻYNIE

Karate nie było jedynym sportem, którego próbowała. Jako dziecko grała również w piłkę nożną w Ruchu Ryki. Była jedyną dziewczyną w drużynie i najczęściej występowała w ataku. - *Jeśli mam być szczera, zbyt dużo nie pamiętam, ale zawsze lubiłam rywalizację. Grałam najczęściej na ataku, więc to oczywiste, że najbardziej lubiłam zdobywać bramki* - opowiada.

Do dziś uważa, że doświadczenia z boiska przydają jej się na macie. W obu dyscyplinach ważne są taktyka, koordynacja ruchowa i umiejętność przewidywania zachowania przeciwnika.

Przez pewien czas trenowała także koszykówkę. W 2021 roku zajęcia zaczęły kolidować z treningami karate i Nikola zrobiła sobie krótką przerwę od tej drugiej dyscypliny.

To właśnie wtedy przekonała się, czego najbardziej jej brakuje. - *Pokazało mi to, że karate jest moim sportem, i mimo przerw wróciłam na dojo i ćwiczyłam jeszcze mocniej.*

Początki nie były jednak łatwe. Największą trudność sprawiało jej zapamiętywanie technik w kata, czyli określonym układzie ruchów. Z pierwszych zawodów najlepiej pamięta turniej mikołajkowy w Zamościu, na którym zajęła trzecie miejsce.

ZMIANA KLUBU OTWORZYŁA DROGĘ DO REPREZENTACJI

Pierwsze treningi karate Nikola odbywała w Ryckim Klubie Karate Tradycyjnego. Z czasem uznała jednak, że jeśli chce rozwijać się sportowo i częściej startować w zawodach, potrzebuje zmiany.

Wybrała Akademię Karate Daniela Iwanka w Lublinie. Jej trener jest trzykrotnym mistrzem świata i szkoleniowcem kadry narodowej. - *Trenuję u niego od stycznia ubiegłego roku - jest to krótki czas, jednak bardzo intensywny. Z każdego treningu w Akademii wynoszę ogromną dawkę wiedzy i nowych umiejętności* - mówi zawodniczka.

Jak przyznaje, marzenie o reprezentowaniu Polski towarzyszyło jej od dawna. Chciała występować z orzełkiem na stroju, ale droga do kadry wymagała kolejnych startów i wyników.

Przełom nastąpił w 2026 roku. Podczas mistrzostw Polski dotarła do półfinału w fukugo, czyli dwuboju. Dwa miesiące później, na zawodach w Łodzi, zdobyła srebro w kumite i brąz w kata.

Te wyniki przyniosły jej powołanie na zgrupowanie kadry narodowej. To właśnie podczas niego wyłoniono reprezentację na mistrzostwa świata w Egipcie. - *Pierwszy raz dres reprezentacji założyłam stosunkowo niedawno, ale było to niesamowite uczucie* - przyznaje.

DWA MEDALE W KAIRZE. TERAZ CZAS NA WASZYNGTON

Na XXIII Mistrzostwach Świata ITKF w Kairze Nikola zdobyła złoty medal w kumite drużynowym i brązowy w konkurencji kogo kumite.

Był to jej pierwszy tak duży sukces na arenie międzynarodowej. Polska reprezentacja zakończyła zawody z 54 medalami - 18 złotymi, 17 srebrnymi i 19 brązowymi - zajmując pierwsze miejsce w klasyfikacji krajów.

Sama zawodniczka podkreśla jednak, że przed wyjazdem do Egiptu nie chciała koncentrować się na medalach. - *Przede wszystkim myślałam o tym, żeby zaprezentować się jak najlepiej. Oczywiście, że w podświadomości pojawiała się myśl o medalach, ale najważniejsze było dla mnie skupienie się na najbliższych walkach, a nie wybieganie myślami już do świętowania.*

Teraz przed Nikolą kolejne wyzwanie. W dniach 17-20 listopada w Waszyngtonie odbywają się mistrzostwa świata WTKF, w których ryczanka wystąpi w kategorii młodzieżowców, w kumite indywidualnym.

Tym razem nie będzie walczyła o medal wspólnie z drużyną. Wynik zależeć będzie od jej własnych pojedynków. - *Moim głównym celem na USA oczywiście jest usłyszenie Mazurka Dąbrowskiego na najwyższym stopniu podium, staram się jednak nie wybiegać zbyt daleko myślami* - mówi.

Nie wskazuje zawodniczki, z którą szczególnie chciałaby się zmierzyć. - Każda zawodniczka walczy inaczej i każda może czymś zaskoczyć na macie.

Przygotowania do startu w USA rozpoczęły się niemal od razu po powrocie z Egiptu. Nie było czasu na dłuższy odpoczynek. - *Doszlifowujemy formę oraz poprawiamy błędy popełnione w trakcie mistrzostw świata w Egipcie; skupiamy się również na regeneracji* - mówiła kilka dni przed wylotem.

TRENING W LUBLINIE, WCZEŚNIEJ SZKOŁA I KOREPETYCJE

Sport na takim poziomie wymaga regularnej pracy, a Nikola musi pogodzić ją z ostatnim rokiem nauki w liceum.

Karate trenuje dwa, czasem trzy razy w tygodniu. Do tego dochodzą dwa treningi motoryczne, podczas których realizuje plan przygotowany przez szkoleniowców kadry.

Jej dzień nie kończy się więc wraz z ostatnim dzwonkiem. - *Teraz, w klasie maturalnej, jest troszkę łatwiej połączyć treningi z nauką, ponieważ lekcje kończę wcześniej niż w poprzednich latach. Dzięki temu zaraz po szkole mam czas na naukę i korepetycje, a o godzinie 18.00 zaczynam się szykować na trening w Lublinie.*

Trudniej jest wtedy, gdy musi wyjechać na zawody lub zgrupowanie. Opuszczone lekcje oznaczają konieczność nadrobienia materiału i ustalenia nowych terminów sprawdzianów.

Do tego dochodzi działalność w szkolnym wolontariacie, w którą również jest zaangażowana.

Nikola podkreśla, że może liczyć na wyrozumiałość nauczycieli. Wsparcie otrzymuje także od przyjaciółek - Konstancji, Leny i Mai. - *Dziękuję wszystkim nauczycielom za wsparcie, słowa otuchy i wyrozumiałość przy wyznaczaniu nowych terminów sprawdzianów* - mówi.

Przyznaje, że obecność przyjaciółek jest dla niej ważna również podczas zagranicznych wyjazdów, kiedy dzielą je tysiące kilometrów.

TRENER, KTÓRY NIE BOI SIĘ POWIEDZIEĆ, CO TRZEBA POPRAWIĆ

Dużą rolę w sportowym rozwoju Nikoli odgrywa Daniel Iwanek. Zawodniczka podkreśla, że trener nie ogranicza się do prowadzenia zajęć. Towarzyszy jej również podczas zawodów i pomaga przygotowywać taktykę na poszczególne pojedynki. - *Podczas walki najczęściej pamiętam o pracy na nogach i poruszaniu się, ponieważ zwracamy na to ogromną uwagę na treningach, oraz o realizacji planu taktycznego opracowanego przed zawodami.*

Ceni to, że trener potrafi zarówno wesprzeć zawodnika, jak i wprost wskazać popełnione błędy.



Nikola Jeżewska jest uczennicą ryckiego I LO, a kilka lat temu grała w piłkę w Ruchu Ryki (fot. Nikola Jeżewska)

eprasa.pl 0cc41dc691

Amazonki na podium MP

Drugie miejsce drużyny U16 i czwarte zespołu U13 - to wyniki Amazonek Rugby Team podczas turniejów Mistrzostw Polski w rugby 7

W Olsztynie, 25 października, rozegrano drugi turniej Mistrzostw Polski Kobiet U16 w sezonie 2026/2027. Tego samego dnia odbył się również pierwszy w historii oficjalny turniej mistrzowski dziewcząt w kategorii U13. Starsze Amazonki rozpoczęły rywalizację od zwycięstw, w tym nad Energa Biało-Zielone Ladies Gdańsk 19:12. Obie drużyny spotkały się ponownie w finale. Tym razem gdańszczanki wygrały 36:14, a zawodniczki z Lublina zakończyły turniej na drugim miejscu.

Za występ w Olsztynie Amazonki zdobyły 18 punktów do klasyfikacji sezonu. Po dwóch turniejach zajmują trzecie miejsce w tabeli U16 z dorobkiem 30 punktów. Prowadzą Energa Biało-Zielone Ladies Gdańsk (40 pkt), przed Lwicami Olsztyn (34 pkt). Tyle samo punktów co Amazonki ma czwarty RC Częstochowa.

Na kolejnych miejscach znajdują się Venol Atomówki Łódź (26 pkt) i Tygrysice Olsztyn (20 pkt).

PIERWSZE MISTRZOSTWA POLSKI U13

Młodsze zawodniczki Amazonek wzięły udział w pierwszym oficjalnym turnieju Mistrzostw Polski Kobiet U13 w rugby 7. Rozpoczęły go od zwycięstwa nad Niedźwiedziami Białystok, a ostatecznie uplasowały się na czwartej pozycji wśród siedmiu zespołów.

Turniej wygrał RC Gorce Raba Niżna, przed RC Gryf Rotmanka i Energa Biało-Zielone Ladies Gdańsk. Amazonki zdobyły 14 punktów do klasyfikacji sezonu 2026/2027.

ZAWODNICZKI Z GMINY KŁOCZEW I LEOPOLDOWA

W drużynie U16 wystąpiły mieszkanki gminy Kłoczew: Aleksandra Małecka, Oliwia Mroczek i Gabriela Kostyra. W zespole U13 zagrały Lena Bichta, Wiktoria Łukasiak, Wiktoria Popiołek, Alicja Wojtaś i Zuzanna Bielecka.

W Olsztynie rywalizowały również uczennice Szkoły Podstawowej w Leopoldowie. W kategorii U16 były to Aleksandra Gregorczyk i Wiktoria Walasek, a w U13 - Dominika Żaczek, Nikola Banaś, Maja Surmacz, Alina Madoń i Emilia Majchrzak.

W przygotowaniu i prowadzeniu drużyn uczestniczyli Tomasz Łukasiak, nauczyciel wychowania fizycznego w szkole w Kłoczewie, Mariusz Zając, mieszkaniec Kłoczewa oraz Robert Ciechoński, założyciel Amazonek Rugby Lublin. **m**



Drugie miejsce drużyny U16 i czwarte zespołu U13 - to wyniki Amazonek Rugby Team podczas turniejów Mistrzostw Polski w rugby 7, rozegranych w Olsztynie (fot. Amazonki Rugby Team)

Piłkarski weekend

IV LIGA „MACRON"

WYNIKI 15 KOLEJKI

14 listopada

Powiślak Końsk.	**4(3)**
Ruch Ryki	**2(1)**

Gole: 1:0 (3') J. Pryliński, 2:0 (13') P. Semeniuk, 3:0 (25') J. Pryliński, 3:1 (43') B. Bułhak, 4:1 (65') J. Pryliński, 4:2 (69') M. Gąsior

Ruch: I. Belka (B), B. Bułhak, B. Donda, M. Gąsior (82' K. Piskorz), B. Gąska, K. Koźlak (72' D. Ozygała), T. Kuchnio (32' K. Nastalski), F. Kuta, B. Piotrowski, B. Woźniak, W. Żelazko. **Trener:** Mirosław Kosowski

Żółte kartki: J. Kozak (Powiślak) 29', K. Przychodzień (Powiślak) 59', B. Donda (Ruch) 72', M. Gąsior (Ruch) 82', B. Woźniak (Ruch) 90'+5'

POZOSTAŁE MECZE:

Orlęta-Sp. - Lublinianka	1:1
Orlęta Ł. - Świdniczanka	0:3
Bug - Tur	0:0
Tomasovia - Avia II	3:1
Granit - Janowianka	1:3
Lewart - Górnik U21	2:5
Victoria - Łada	0:5

TABELA:

1. Łada	15	42 46-15
2. Lublinianka	15	38 47-16
3. Lewart	15	31 39-27
4. Orlęta-Spomlek	15	30 32-12
5. Powiślak	15	30 50-41
6. Avia II	15	26 34-15
7. Janowianka	15	20 30-28
8. Victoria	15	18 16-23
9. Świdniczanka	15	18 26-35
10. Górnik U21	15	17 27-37
11. Tur	15	14 22-25
12. Granit	15	13 16-25
13. Tomasovia	15	13 21-40
14. Ruch	15	12 24-34
15. Bug	15	10 18-41
16. Orlęta Łuków	15	7 14-48

KLASA A: GRUPA 2

WYNIKI 13 KOLEJKI

11 listopada

Czarni 1947 Dęblin	**4(1)**
Poniatowa Wieś	**2(0)**

Gole: 1:0 (33') J. Pielak, 2:0 (62') C. Adamski, 3:0 (68') A. Szlendak, 4:0 (81') H. Napora, 4:1 (84') M. Łagożny, 4:2 (87') K. Czyryszkiewicz

Serokomla Janowiec	**1(0)**
Mazowsze Stężyca	**3(3)**

Gole: 0:1 (2') K. Bednarczyk, 0:2 (24') M. Utnicki, 0:3 (25') M. Utnicki, 1:3 (90'+5') A. Kuś

POZOSTAŁE MECZE:

Góra Puławska - Bogucin	6:1
Michów - Orły	1:1
Garbarnia - Leokadiów	3:1
Żyrzyniak - Uniszowice	2:2
Wilki - Wisła	0:2

TABELA:

1. Góra Puławska	133346-10
2. Wisła	133041-13
3. Garbarnia	132535-22
4. Żyrzyniak	132434-18
5. Czarni	132428-18
6. Uniszowice	132235-25
7. Bogucin	131936-34
8. Leokadiów	131836-29
9. Serokomla	131424-32
10. Wilki	131227-45
11. Orły	131025-48
12. Poniatowa	131018-42
13. Michów	13920-42
14. Mazowsze	13720-47

- Sensei Daniel to trener, który jest zawsze przy mojej macie podczas zawodów, zawsze da dobrą radę, a gdy trzeba, to powie, co jest źle, ale tylko po to, żeby było jeszcze lepiej.

Nikola nie ma wątpliwości, jak wiele zawdzięcza współpracy z lubelskim szkoleniowcem. - *Gdyby nie Sensei Daniel, nie byłabym dzisiaj w miejscu, w którym jestem.*

RODZICE KIBICUJĄ NA DWA RÓŻNE SPOSOBY

Oprócz trenera i koleżanek z kadry najważniejszym wsparciem pozostają dla niej rodzice.

Tata w przeszłości trenował sporty walki. Kiedy ogląda pojedynki córki, zachowuje spokój. Mama przeżywa starty znacznie bardziej. - *Mama z kolei przeżywa wszystko o wiele bardziej ode mnie i nie wyobraża sobie, by mogła nie obejrzeć mojej walki. Zawsze ściska mocno kciuki, a po starcie zadaje mnóstwo pytań* - opowiada Nikola.

Przez lata rodzice pomagali jej nie tylko emocjonalnie. Organizowali dojazdy, dostosowywali rodzinne plany do treningów i zawodów, wspierali ją w trudniejszych momentach. - *Mamo, Tato - dziękuję Wam za cierpliwość i za to, że znosicie moje ciągłe nieobecności w domu. Jesteście nie tylko moimi największymi kibicami, ale też menedżerami, psychologami, a przed moją osiemnastką byliście także niezastąpionymi prywatnymi kierowcami.*

I dodaje: - *Mój sukces nie należy tylko do mnie - tworzymy we trójkę zgrany Team, którego nigdy w życiu bym nie zamieniła.*

STARTY ZA GRANICĄ KOSZTUJĄ. POMAGA SPONSOR

Udział w mistrzostwach świata wiąże się nie tylko z przygotowaniami sportowymi, ale również z wydatkami na podróże i pobyt za granicą.

Wyjazd Nikoli do Egiptu został dofinansowany przez Polską Unię Karate Tradycyjnego. Z kolei start w mistrzostwach świata w Stanach Zjednoczonych jest możliwy dzięki współpracy z firmą Sante. - *Bardzo się cieszę, że dzięki ich wsparciu mogę realizować marzenia o startach na arenie międzynarodowej* - mówi zawodniczka.

Z uśmiechem wspomina też, że produkty marki GO ON, należącej do Sante, znalazła nawet podczas pobytu w Egipcie.

Zagraniczne zawody są dla niej również okazją do podróżowania. W Egipcie razem z innymi zawodnikami kadry zwiedziła piramidy w Gizie oraz Wielkie Muzeum Egipskie.

Wyjazd do Stanów Zjednoczonych ma spełnić kolejne z jej podróżniczych marzeń.

SPORT ZABIERA CZAS, ALE NIE ZAMIENIŁABY GO NA NIC INNEGO

Nikola nie ukrywa, że treningi i wyjazdy oznaczają wyrzeczenia. Czasami musi zrezygnować ze spotkania ze znajomymi, bo ma zaplanowane zajęcia albo przygotowania do zawodów.

Nie traktuje jednak tego jako powodu do rezygnacji ze sportu. Jak mówi, wyjazdy pozwalają jej poznawać nowe miejsca i spędzać czas z innymi reprezentantami Polski.

Karate nauczyło ją także organizacji czasu, samodyscypliny i kontroli nad własnym ciałem. - *Karate to nie tylko wysiłek fizyczny, ale również etykieta* - podkreśla.

Poza sportem jej życie wygląda podobnie jak życie innych maturzystów. Uczy się, przygotowuje do egzaminów, spotyka z bliskimi i stara się znaleźć chwilę odpoczynku.

PO MATURZE STUDIA I DALSZE TRENINGI

Nikola myśli już o tym, co będzie robiła po zakończeniu liceum. Najpierw chciałaby odpocząć podczas wakacji, a od października rozpocząć studia w Lublinie.

Nie zamierza przy tym rezygnować z karate. - *Na studiach chciałabym dalej rozwijać karierę sportową, ponieważ nie wyobrażam sobie życia bez sportu i karate.*

Coraz częściej staje też po drugiej stronie sali treningowej. Prowadzi zajęcia w Puławach, a podczas wakacji pracowała z młodymi zawodnikami w Ryckim Klubie Karate.

W przyszłości chciałaby stopniowo przekazywać innym wiedzę zdobytą podczas własnych treningów i startów.

Na razie jednak najbliższym celem jest Waszyngton. Po dwóch medalach zdobytych w Kairze Nikola stanie do kolejnej rywalizacji z najlepszymi zawodniczkami w swojej kategorii.

Zapytana, co powiedziałaby sześcioletniej sobie, która dopiero zaczynała trenować karate, odpowiada: - *Nie poddawaj się i pracuj wytrwale. Nie zapominaj o najbliższych, bo to oni są Twoją ostoją i największym wsparciem. Pracuj w ciszy, a sukces przyjdzie sam.*

MG

eprasa.pl 0cc41dc691

SPORT I PATRIOTYZM W JEDNYM MIEJSCU

Ponad 70 osób wzięło udział w Biegu Niepodległości, który odbył się 11 listopada w Sobieszynie. Trasa prowadziła po groblach Stawów Sobieszyńskich, a wydarzenie zorganizowano z okazji 108. rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości



Organizatorzy podziękowali zawodnikom, kibicom, sponsorom i wszystkim osobom zaangażowanym w przygotowanie biegu. Złożyli też życzenia, by biało-czerwone barwy zawsze łączyły (fot. OSP Sobieszyn)

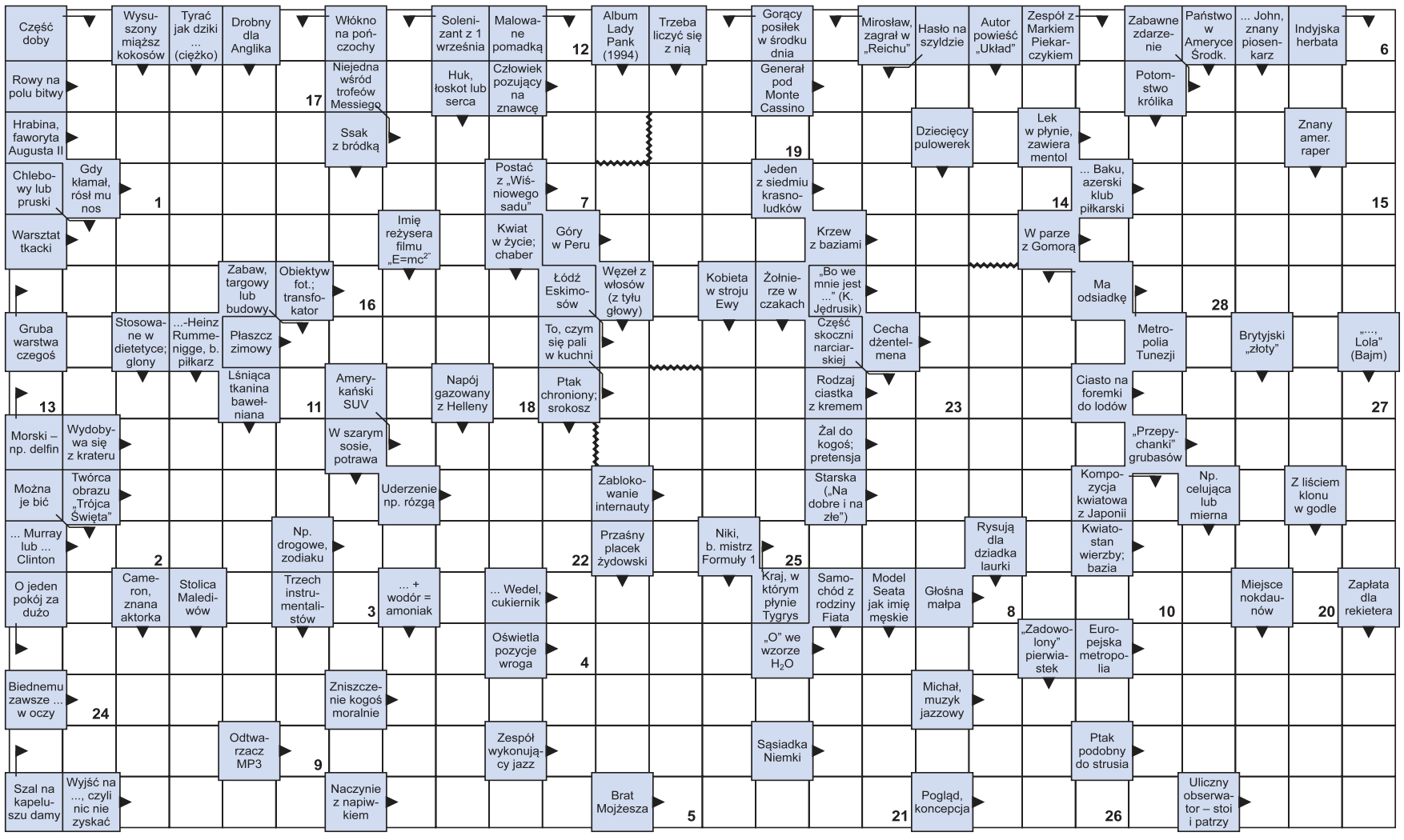
Organizatorzy przygotowali trzy dystanse dostosowane do wieku uczestników. Najmłodsze dzieci pobiegły na 250 metrów, starsze na 500 metrów, natomiast dorośli zmierzyli się z trasą przełajową o długości 2100 metrów.

Zawodnicy rywalizowali na groblach Stawów Sobieszyńskich, za pałacem. Bieg po nieutwardzonym terenie wymagał od uczestników większego wysiłku niż start na asfaltowej trasie. Jednocześnie pozwolił wykorzystać charakterystyczne otoczenie sobieszyńskich stawów.

Wydarzenie odbyło się pod honorowym patronatem Kancelarii Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej. Głównym organizatorem była Ochotnicza Straż Pożarna w Sobieszynie. W przygotowanie biegu włączyły się również Koło Gospodyń Wiejskich w Sobieszynie, Urząd Gminy w Ułężu, Zespół Szkół im. hr. K. Kickiego w Sobieszynie oraz Zespół Szkół Ogólnokształcących im. Jana III Sobieskiego w Sobieszynie.

Po zakończeniu rywalizacji uczestnicy mogli odpocząć przy ciepłej herbacie i posiłku. Bieg był nie tylko okazją do sportowej rywalizacji, ale także do wspólnego spędzenia Święta Niepodległości przez mieszkańców w różnym wieku.

z Sołectwo Sobieszyn,



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 28 utworzą rozwiązanie - aforyzm Józefa Bestera.

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

eprasa.pl 0cc41dc691