

Problemy z wiaduktem.
Kierowcy w Dęblinie
tracą cierpliwość!
Co się dzieje?

STR. 4



Złoty BohaterON dla
nauczyciela ze Stężycy
Jarosław Frąckiewicz na
gali BohaterOny 2025

STR. 2




Nr 46 (1136)

18 listopada 2025 r.

cena 4,00 zł (VAT 5%)

www.twojglos.pl

rok XXVI

 Jesteśmy na Facebooku
TWÓJ GŁOS - gazeta
i portal powiatu ryckiego

Numer w sprzedaży do
24 listopada 2025 r.

TWÓJ GŁOS

GAZETA I PORTAL POWIATU RYCKIEGO

Danuta
Sępka
nowym
sołtysem
Piotrowic

STR. 4

W NUMERZE:

POWIAT

Awantura domowa
zakończyła się
zatrzymaniem
34-latka

STR. 6

DĘBLIN

Rozpoczęła się
modernizacja
cmentarza
komunalnego

STR. 7

RYKI

Strażacy wzięli udział
w uroczystej
Mszy św.

STR. 25

GM. KŁOCZEW

Władze i rodzina
posadzili drzewo
poświęcone kpr.
Władysławowi
Cmielowi

STR. 28

GM. STĘŻYCA

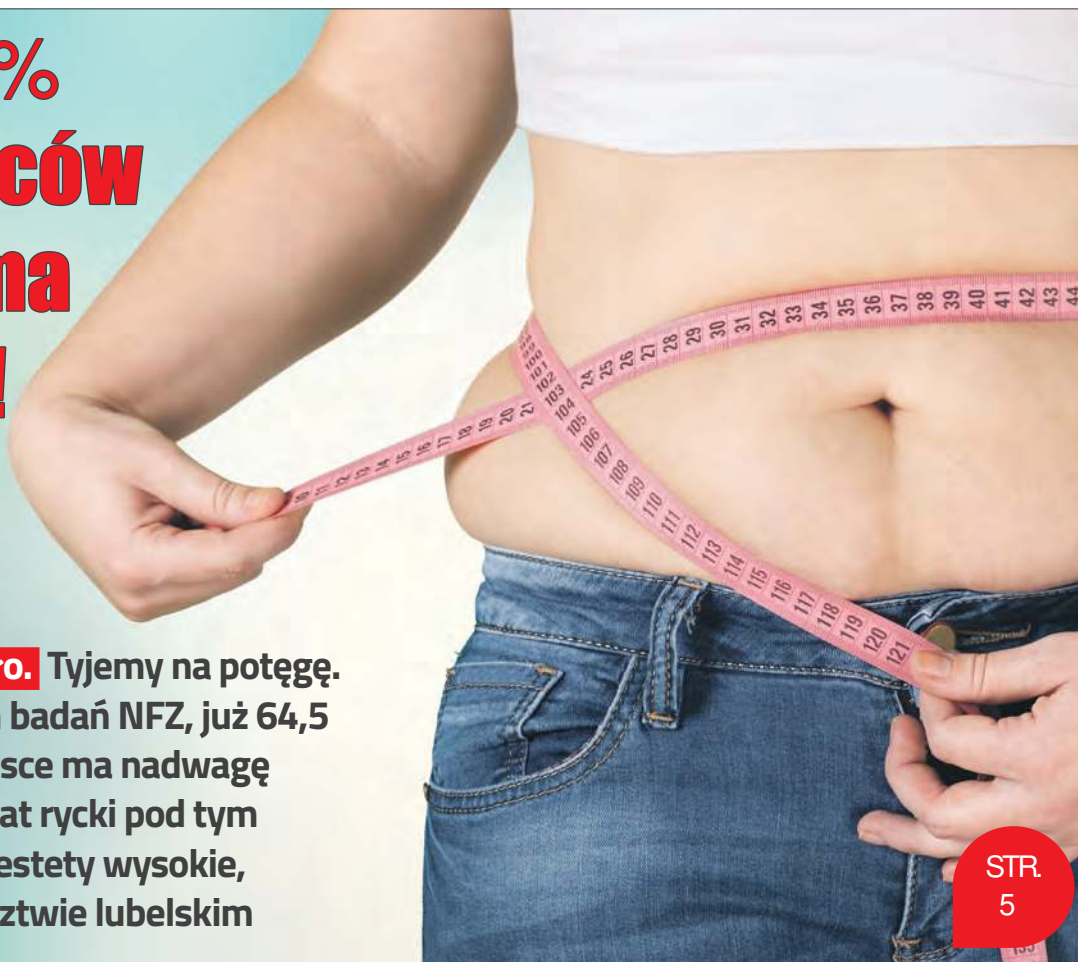
Na scenie młode
talenty zaśpiewały
specjalnie dla
seniorów

STR. 30

OTYŁOŚĆ NAS ATAKUJE

Ponad 30%
mieszkańców
powiatu ma
nadwagę!

Tak źle jeszcze nie było. Tyjemy na potęgę.
Według najnowszych badań NFZ, już 64,5
proc. dorosłych w Polsce ma nadwagę
lub jest otyłych. Powiat rycki pod tym
względem zajmuje niestety wysokie,
5 miejsce w województwie lubelskim



STR.
5

To była eksplozja!

W niedzielę rano maszynista pociągu jadącego w kierunku Dęblina zauważył poważne uszkodzenie torowiska w okolicach przystanku Mika. Choć na szczęście nikt nie odniósł obrażeń, całe zajście budzi wiele pytań, a wśród mieszkańców krążyły pogłoski o eksplozji, które znalazły swoje potwierdzenie w oświadczeniu premiera Donalda Tuska



STR.
9

Groził matce podpaleniem domu

STR. 6

REKLAMA

USŁUGI KOMINIARSKIE

FREZOWANIE KOMINÓW

- czyszczenie mechaniczne
- wkłady kominowe
- ceramika izolowana
- odbiory, przeglądy
- sprzedaż pelletu

do każdego
frezowania
NASADA GRATIS!

KOM-FREZ ☎ 783 493 576

Ratusz zaświeci się na czerwono

Miasto Dęblin włącza się w ogólnopolską kampanię społeczną, której celem jest zwrócenie uwagi na problem przemocy wobec dzieci

Akcję prowadzą wspólnie Ośrodek Pomocy Społecznej, Zespół Interdyscyplinarny oraz Urząd Miasta w Dęblinie. Kampania ma nie tylko edukować, ale i mobilizować mieszkańców do działania. W ramach kampanii każdy może włączyć się w akcję i podpisać manifest przeciw krzywdzeniu dzieci znajdujący się na stronie www.fdds.pl. W ramach kampanii dostępne są webinary i lekcje on-line adresowane dla uczniów, rodziców, opiekunów i nauczycieli na stronie www.dziecinstwobezprzemocy.pl. W środę (19 listopada) w godzinach 13.00-16.00 przy placówkach oświatowych można będzie spotkać wolontariuszy z Zespołu Szkół Zawodowych nr 1 w Dęblinie rozdających symboliczne torby z przesłaniem kampanii. W środku będą materiały edukacyjne i poradnik dla rodziców, który podpowiada, jak rozmawiać z dziećmi o trudnych emocjach i sytuacjach. Szczególnym elementem kampanii będzie podświetlenie tego samego dnia budynku urzędu miasta na czerwono w ramach Międzynarodowego Dnia Zapobiegania Krzywdzeniu Dzieci. Czerwone światło symbolizuje sprzeciw wobec przemocy wobec dzieci oraz solidarność z najmłodszymi, którzy jej doświadczają.

ZŁOTY BOHATERON DLA NAUCZYCIELA ZE STĘŻYCY



Jarosław Frąckiewicz podczas gali BohaterOny 2025 im. Powstańców Warszawskich, odebrał Złotego Bohaterona Publiczności w kategorii Nauczyciel



W ZSP w Stężycy znajduje się Sala Tradycji, w której gromadzone są eksponaty związane z historią Polski i Stężycy. Miejsce opiekuje się i pozyskuje nowe eksponaty Jarosław Frąckiewicz, który również prowadzi „żywe lekcje historii”. Łączy w sobie rzetelność badacza, wrażliwość społecznika i pasję nauczyciela. Dzięki niemu młodzież w Stężycy nie uczy się historii tylko z podręczników, lecz i z żywych świadectw - miejsc, dokumentów, wspomnień. Jego działalność to przykład tego, jak można kształcić postawy obywatelskie w sposób mądry, spokojny i trwały (fot. arch. ZSP w Stężycy)

To wyjątkowe wyróżnienie przyznawane jest w ramach ogólnopolskiej Nagrody BohaterONy im. Powstańców Warszawskich - prestiżowego plebiscytu honorującego osoby i instytucje, które poprzez swoją działalność pielęgnują pamięć historyczną oraz promują nowoczesny patriotyzm. Do tegorocznej nagrody w kategorii „nauczyciel” został mianowany Jarosław Frąckiewicz ze Stężycy, pasjonat lokalnej historii. Swoją wiedzą i niezwykłym zaangażowaniem od lat przybliża uczniom historię Polski i naszego regionu, a jego działania edukacyjne, wystawy, publikacje i coroczne kwesty na rzecz ratowania zabytkowych nagrobków łączą pokolenia wokół wspólnej pamięci i troski o dziedzictwo przeszłości.

„TO BARDZO CIEKAWE HOBBY”

Jarosław Frąckiewicz w Szkole Podstawowej im. Marii Konopnickiej w Stężycy od lat uczy, że patriotyzm zaczyna się od pamięci, troski o dziedzictwo i odpowiedzialności za wspólnotę. Jak sam przy-

znaje, historią zaczął interesować się już w szkole podstawowej. Lubił słuchać osób, które opowiadały o swoich przeżyciach. - *Badam lokalną historię, bo to jest ta historia, która jest nam najbliższa, to historia (genealogia) rodzin, bohaterów, którzy mieszkali po sąsiedzku lub ludzi, których mijano się na ulicy, a o których wcześniej nie wiedziałem, jakie były ich nieraz dramatyczne historie* - mówi pan Jarosław. - *To bardzo ciekawe hobby dające dużo satysfakcji z odkrywania tego co nieznanego, a przy okazji badań spotyka się bardzo dużo interesujących ludzi* - dodaje. Gala Nagrody BohaterONy 2025 im. Powstańców Warszawskich została obłożona patronatem honorowym prezydenta RP Karola Nawrockiego. Jarosław Frąckiewicz nie ukrywa zaskoczenia, tym bardziej, że to szczególne wyróżnienie, ponieważ o jej przyznaniu zdecydowali inter-

NIE ZAMIERZA SPOCZAĆ NA LAURACH

- *Przed Galą było oczekiwanie na jej rozpoczęcie,*



Jarosław Frąckiewicz od wielu lat z niezwykłą konsekwencją i sercem przybliża uczniom historię Polski oraz losy lokalnych bohaterów, przekonując, że patriotyzm to nie tylko wielkie słowa, lecz codzienne działanie dla

dobrych wspólnego potem na poszczególne kategorie, łącznie z tą w której byłem nominowany. Potem nastąpiła chwila, kiedy wyczytano w tym jakże nam bliskiej, bo lokalnej „... Jarosław Frąckiewicz nauczyciel Szkoły Podstawowej im. Marii Konopnickiej w Stężycy. To było wyróżnienie nie tylko moje osobiste ale i szkoły, jej społeczności oraz samej Stężycy. A później p. Małgorzata Kożuchowska odczytała, jak głosowała publiczność. To był moment wzruszenia, kiedy odbierałem statuet-

kę - wspomina Jarosław Frąckiewicz. Jak sam mówi, takie wyróżnienie daje satysfakcję i potwierdzenie, że to co dotychczas udało zrobić choćby w zakresie upamiętnienia osób lub wydarzeń historycznych było ważne i potrzebne. Nie zamierza też spocząć na laurach. - *Kto ma się upomnieć o pamięć i przeszłych bohaterach jak nie historyk. Sporo jeszcze zostało do zrobienia. Teraz nie będę zdradzał planów, ale zapewne będą one w krótszej lub dłuższej perspektywie realizowane. Jest to również motywacja do dalszej pracy i odkrywania naszej historii w tym tej jakże nam bliskiej, bo lokalnej - zaznacza. - Korzystając z okazji chciałbym podziękować wszystkim, którzy oddali swoje głosy na mnie w głosowaniu publiczności. Bez państwa wsparcia nie byłoby tej nagrody. Słowa podziękowania kieruję również do tych osób, które mnie wspierają w pracy m.in. tej społecznej. Jeszcze raz bardzo dziękuję. To dowód ogromnego*

uznania i wdzięczności za codzienną pracę, pasję i serce wkładane w kształtowanie młodego pokolenia. - *Jesteśmy dumni, że w gronie nauczycieli naszej szkoły jest osoba, która swoją postawą i działaniem inspirowa uczniów oraz przypomina, że historia żyje w nas wszystkich - w pamięci, w działaniu i w codziennych wyborach* - mówi Marek Błachnio, dyrektor ZSP w Stężycy.

Zbigniew Jończyk

Nagroda BohaterONy im. Powstańców Warszawskich, przyznawana od 7 lat, wyróżnia osoby i instytucje, które poprzez swoją działalność przybliżają historię Polski z lat 1918-1989 oraz kształtują postawy patriotyczne młodego pokolenia. Wśród kategorii znalazły się m.in. nauczyciel, dziennikarz, organizacja non-profit, instytucja, osoba publiczna czy pasjonat. Laureatów wybiera kapituła złożona z Powstańców Warszawskich, historyków i ambasadorów kampanii BohaterON - włączając historię, a o Złotym BohaterONie Publiczności decydują internauci.

FEDAGUEZESPÓŁ:

Michał Gawryłek - 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 Gawryłek, Marcin Sadura

WYDAWCA: Firma Wydawnicza Michał Gawryłek, ul. Szkolna 1, 08-500 Ryki

DRUK: Ringier Axel Springer Polska Sp. z o.o., nakład 3770 egz.

REDAKCJA: ul. Szkolna 1, 08-500 Ryki, tel. 510 332 855, e-mail: redakcja@twojglos.pl

ADRESY SKRZYDEK 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)

POZDERZENIU KIEROWCA TRAFIŁ DO SZPITALA

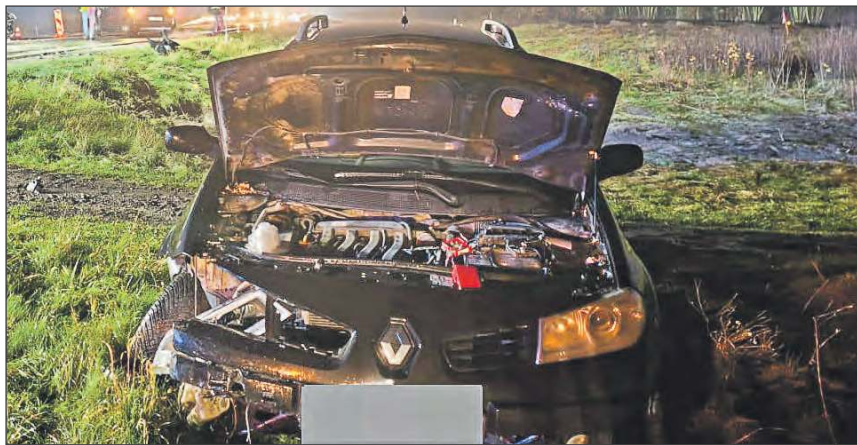


Na skrzyżowaniu drogi powiatowej z krajową, jeden z kierowców wymusił pierwszeństwo przejazdu. Skutek to ranna osoba i dwa rozbite samochody

WŚwięto Niepodległości około godziny 18:20, dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Rykach otrzymał zgłoszenie o zdarzeniu drogowym w miejscowości Moszczanka. Na skrzyżowaniu drogi krajowej K48 z drogą powiatową prowadzącą do miejscowości Bobrowniki zderżyły się dwa samochody. Na miejsce skierowano patrol policji, służby ratunkowe oraz straż pożarną. - Ze wstępnych ustaleń funkcjonariuszy wynika, że 43-letni mieszkaniec powiatu ryckiego, kierujący samochodem marki Volvo,jechał drogą powiatową i nie ustąpił pierwszeństwa przejazdu znajdującemu się na drodze krajowej, 60-letniemu kierowcy Renault - informuje asp. Łukasz Filipek, rzecznik prasowy ryckiej policji. Kierowca Renault, mieszkaniec powiatu ryckiego,



Ze wstępnych ustaleń funkcjonariuszy wynika, że 43-letni mieszkaniec powiatu ryckiego, kierujący samochodem marki Volvo, nie ustąpił pierwszeństwa przejazdu znajdującemu się na drodze krajowej 60-letniemu kierowcy Renault (fot. KPP Ryki)



Kierowca Renault, mieszkaniec powiatu ryckiego, z obrażeniami ciała został przewieziony do szpitala (fot. KPP Ryki)

z obrażeniami ciała został przewieziony do szpitala. Na czas prowadzenia czynności droga była całkowicie zablokowana, a ruch kierowano na objazdy drogami lokalnymi. Policjanci prowadzą po-

stępowanie, mające na celu szczegółowe ustalenie okoliczności i przyczyn zdarzenia i przypominają o konieczności zachowania szczególnej ostrożności podczas zbliżania się do skrzyżowań i bezwzględny

przestrzeganiu zasad pierwszeństwa przejazdu. - *Pamiętajmy, że bezpieczeństwo na drodze zależy od nas wszystkich. Chwila nieuwagi może doprowadzić do tragedii* - przestrzega asp. Łukasz Filipek.

Oszuści powoływali się na znanego profesora z USA

56-latek padł ofiarą internetowego oszustwa inwestycyjnego i stracił ponad 1000 dolarów. Mężczyzna zainstalował aplikację do inwestowania w kryptowaluty, która - jak się później okazało - była elementem piramidy finansowej

Kilka miesięcy temu mieszkaniec powiatu ryckiego, zachęcony przez znajomą, zdecydował się na inwestycję w kryptowaluty za pośrednictwem jednej z firm, która wykorzystywała wizerunek rzekomego profesora z USA. Mężczyzna zainstalował aplikację internetową służącą do inwestowania na giełdzie kryptowalut, a za pośrednictwem komunikatora otrzymywał kody autoryzacyjne dzięki którym zarabiał.

Początkowo inwestycja wydawała się wiarygodna - na ekranie aplikacji widoczne były rosnące zyski. Jednak w ostatnim czasie mężczyzna całkowicie utracił możliwość zalogowania się na swoje konto i wypłaty zgromadzonych środków. W internecie natrafił na informacje, że wiele innych osób również utraciło dostęp do pieniędzy. Dodatkowo pokrzywdzony obawia się, że jego dane osobowe mogły zostać przejęte przez oszustów, ponieważ w ramach tzw. weryfikacji tożsamości przesłał zdjęcie swojego dowodu osobistego. Dlatego postanowił zgłosić sprawę na Policję.

piramidy finansowej, ukrytej pod pozorem handlu kryptowalutami. Organizatorzy posługują się atrakcyjnymi hasłami reklamowymi i tworzą wizerunek wiarygodnej instytucji finansowej. W ramach tzw. programów promocyjnych oszuści płacą osobom lub przedsiębiorcom, którzy zgodzili się umieszczać fizyczne reklamy w swoich lokalach. Banery i plakaty pojawiają się m.in. w salonach kosmetycznych, restauracjach, punktach ubezpieczeniowych, a nawet na naczepach ciężarówek i łodziach rybackich.

W sieci publikowane są dziesiątki zdjęć rzekomo zadowolonych inwestorów z różnych krajów, którzy pozowali z telefonami pokazującymi aplikację inwestycyjną. Uczestnikom obiecują bardzo wysokie zyski - nawet 1,8% dziennie - oraz szybki zwrot inwestycji, często już po 35 dniach. Dodatkowe profity miały trafiać do osób, które pozyskiwały kolejnych inwestorów. W rzeczywistości środki wpłacane przez nowych uczestników służą do wypłat dla wcześniejszych inwestorów i organizatorów systemu. Gdy napływ nowych wpłat się kończył, zyski przestają być wypłacane, a platforma inwestycyjna znika z sieci. Osoby podające się za ekspertów finansowych okazują się fikcyjnymi, a cała struktura - pozbawiona realnych inwestycji.

APEL POLICJI

Policja przypomina, aby zachować szczególną ostrożność wobec ofert inwestycyjnych obiecujących szybki i pewny zysk.

JAK DZIAŁAJĄ PIRAMIDY FINANSOWE

Tego typu projekty inwestycyjne funkcjonują w oparciu o schemat

Ogień w śmietniku

RYKI Kilka dni temu na ulicy Kanałowej zapalił się jeden ze śmietników ustawionych pod wiatą śmietnikową. Działania ratowników polegały na zabezpieczeniu miejsca

zdarzenia oraz ugaszeniu ognia przy pomocy wody. Dalsze działania polegały na wyprowadzeniu na zewnątrz wiaty kontenera, przerzuceniu śmieci i przelaniu ich wodą.

„Znajoma” oszukała ją na 2 tysiące

47-latka otrzymała wiadomość z prośbą o pożyczkę. Nie wiedziała, że ma do czynienia z oszustem, który wcześniej włamał się na konto społecznościowe znajomej i w jej imieniu wyłudził pieniądze

Mieszkanca powiatu ryckiego zareagowała na przekazaną jej za pomocą popularnego komunikatora społecznościowego wiadomość. Była

przekonana, że z prośbą o pomoc zwróciła się jej koleżanka. Napisała, że ma problem z kontem i poprosiła o podanie kodu BLIK.

Chcąc pomóc znajomej, 47-latka przekazała kod BLIK i autoryzowała transakcję w swojej aplikacji bankowej. Z jej konta zniknęło blisko 2 tys. zł. Dopiero po wykonaniu przelewu kobieta dowiedziała się, że konto jej znajomej zostało przejęte przez cyberprzestępców, którzy rozesłali do

kontaktów wiadomości z prośbą o kod BLIK licząc na łatwowiernych odbiorców.

Po raz kolejny policjanci apelują o zachowanie ostrożności podczas kontaktów w sieci. - *Coraz częściej przestępcy podszycują się pod znajomych, członków rodziny czy współpracowników. Wysyłając wiadomości przez komunikatory internetowe, wykorzystują naszą ufność i pośpiech* - przypomina asp. Łukasz Filipek z ryckiej policji.

Jak się chronić

Zawsze weryfikuj tożsamość osoby, która prosi o pieniądze. Zadzwoni do niej lub napisz w inny sposób, zanim przekazesz jakiegokolwiek dane lub kody. Nie udostępniaj kodów BLIK ani danych logowania do bankowości elektronicznej. Bank i policja nigdy nie proszą o takie informacje. Zwracaj uwagę na styl wiadomości. Jeśli wiadomość od znajomego brzmi nietypowo lub zbyt pilnie - może to być oszustwo. Włącz w aplikacji bankowej limity transakcji BLIK i powiadomienia SMS. To pozwoli szybciej zareagować na nieautoryzowane operacje. Zgłoś podejrzaną aktywność policji lub swojemu bankowi. Szybka reakcja może pomóc w odzyskaniu środków i zapobiec kolejnym oszustwom.

PROBLEMY Z WIADUKTEM. KIEROWCY MUSZĄ UZBROIĆ SIĘ W CIERPLIWOŚĆ



Przebudowa drogi krajowej przez Dęblin poprawi komfort jazdy, płynność ruchu i przepustowość. Póki co, kierowcy muszą mierzyć się z dużymi utrudnieniami



Na czas przebudowy wiaduktu nad torami kolejowymi wprowadzono ruch wahadłowy, sterowany tymczasowo sygnalizacją świetlną. Niestety od ponad trzech tygodni prace na wiadukcie zostały wstrzymane

Trzy miesiące temu ruszyły prace drogowe związane z przebudową drogi krajowej k48. Obejmą dwa odcinki: od mostu na Wiśle do wiaduktu kolejowego w Dęblinie (ok. 2 km) oraz fragment poza miastem, od wylotu z Dęblina do Moszczanki (ok. 6 km). Trasa zyska nową nawierzchnię i nowoczesną infrastrukturę. Inwestycja, która potrwa do 2027 roku, oznacza jednak spore utrudnienia dla kierowców i mieszkańców. Dotychczas największe okazały się te przy modernizacji wiaduktu nad torami kolejowymi. Rozpoczęły się kilka tygodni temu. Po „zdjęciu” asfaltu po jednej stronie jezdni, wprowadzono ruch

wahadłowy, sterowany sygnalizacją świetlną. Początkowo prace na tym obiekcie szły sprawnie, ale od ponad 3 tygodni nic tam się nie dzieje. Mieszkańcy Dęblina, dla których wiadukt kolejowy jest głównym łącznikiem między wschodnią a zachodnią częścią miasta, są bardzo tym zaniepokojeni. Mieli nadzieję, że akurat ta część inwestycji przebiegnie sprawnie. Wprowadzony ruch wahadłowy powoduje duże utrudnienia w poruszaniu się, tworzą się długie kolejki w oczekiwaniu na „zielone światło”. - *Każdego dnia i to nie raz muszę przejeżdżać tym wiaduktem. Rozumiem, że trwa jego modernizacja i trzeba było liczyć się z tym, że utrud-*

nienia będą. Nie rozumiem jednak, dlaczego nic tam teraz się nie robi, a to oznacza, że jeszcze dłużej będziemy mieli utrudniony przejazd - mówi jeden z mieszkańców Dęblina. Droga krajowa łącząca Dęblin z Kockiem jest trasą o dużym natężeniu ruchu. W Moszczance łączy się z drogą ekspresową S17 między Warszawą a Lublinem.

TEGO NIE BYŁO W PLANACH

- *Podczas prowadzonych prac na odcinku remontowanego wiaduktu, wykonawca natrafił na odmiennie warunki gruntowe niż te, które zostały określone w dokumentacji projektowej. Analizuje-*

my dokumenty przekazane przez wykonawcę oraz prowadzimy niezbędne badania, które umożliwią wprowadzenie ewentualnych zmian w dokumentacji projektowej. Do czasu zakończenia tych działań konieczne jest utrzymanie obecnej, tymczasowej organizacji ruchu - mówi Łukasz Minkiewicz, rzecznik prasowy Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad, która odpowiada za inwestycję. Dodaje, że nie jest to nadzwyczajna sytuacja, przy pracach. Często w trakcie robót pojawiają się problemy, których wcześniej nie daje się przewidzieć. Jak podkreśla GDDKiA, zaistniała sytuacja nie powinna wpłynąć na termin zakończenia całej in-

westycji. - Zdajemy sobie sprawę z tego, że to duże utrudnienie dla kierowców i przede wszystkim mieszkańców Dęblina. Robimy wszystko, żeby jak najszybciej ten problem został rozwiązany i rozpocząć odbudowę tego wiaduktu. Nikomu nie zależy na tym, żeby te utrudnienia przeciągały się w czasie - zapewnia rzecznik GDDKiA.

NOWOCZEŚNIEJ I BEZPIECZNIEJ

Efektom prowadzonych prac będzie nowoczesna i bezpieczna infrastruktura drogowa, która przyczyni się do poprawy bezpieczeństwa kierowców, pieszych i rowerzystów, a tym samym mieszkańców Dęblina i okolicz-

nych miejscowości. Droga zostanie dostosowana do parametrów technicznych i standardów drogi klasy GP (główny ruch przyspieszonego). Stara nawierzchnia zostanie rozebrana, a w jej miejscu powstanie nowa konstrukcja jezdni o dopuszczalnym nacisku 11,5 tony na oś. Przebudowy doczekają się skrzyżowania, a to przy stacji paliw i cmentarzu w Dęblinie zmieni się w rondo.

Zaplanowano również remont trzech przejazdów kolejowych. Nieczynny tor w rejonie skrzyżowania ulic 15 P.P. „Wilków” i Staszica zostanie rozebrany. Przebudowane zostaną zatoki autobusowe, chodniki i zjazdy oraz sieci wodociągowa i kanalizacyjna. Pojawia się doświetlone, bezpieczne przejścia dla pieszych z azyłami oraz ciągi pieszo-rowerowe. Na odcinku zamiejskim jezdni zostanie poszerzona z 7 do 9 metrów. Inwestycja powinna zakończyć się w 2027 roku. Głównym wykonawcą prac jest firma Strabag, a wartość kontraktu to 95,5 mln zł. Inwestycja jest finansowana z budżetu państwa.

Zbigniew Jończyk

Danuta Sępka nowym sołtysem Piotrowic

Tym razem mieszkańcy postawili na kobietę. Wybory były konieczne po śmierci dotychczasowego sołtysa, Ryszarda Gizy, który pełnił tę funkcję przez 36 lat

Nagła śmierć Ryszarda Gizy poruszyła nie tylko mieszkańców Piotrowic, gdzie od 36 lat pełnił funkcję sołtysa, ale całą lokalną społeczność. Z odaniem zabiegał o rozwój wsi, poprawę warunków życia jej mieszkańców. Starał się o środki finansowe m.in. na budowę i modernizację dróg publicznych, rozbudowę



Danuta Sępka, nowa sołtys Piotrowic deklaruje współpracę z mieszkańcami na rzecz wsi. Głównym problemem na ten moment pozostaje fatalny stan drogi od drogi wojewódzkiej w kierunku Wisły

świetlicy i remizy OSP, remont i modernizację

szkoły, aktywnie działał w społecznym Komitecie budowy wodociągu, angażował się w organizację dożynek gminnych, licznych festynów, aktywnie uczestniczył w zbiórce funduszy na ławki do kościoła. Współpracował oraz wspierał wszelkie organizacje społeczne działające na terenie sołectwa. W przypadku śmierci, mandat sołtysa wygasa i konieczne jest przeprowadzenie wyborów uzupełniających. Wójt Stężyca zarządził je zgodnie z kalendarzem wyborczym. Cieszyły się sporym zainteresowaniem. W świetlicy wiejskiej przy OSP Pawłowice

zgrupowało się 56 osób. Do funkcji sołtysa zostały zgłoszone trzy kandydatury. Zgodę na kandydowanie wyrazili Jan Giza, Zbigniew Moryc i Danuta Sępka. Wybory mają charakter tajny. Podczas liczenia głosów okazało się, że największym zaufaniem mieszkańcy Piotrowic obdarzyli kobietę. Panowie zdobyli po 9 głosów, a pani Danuta aż 28.

Do tej pory nie pełniła żadnej funkcji w samorządzie. W urzędach załatwiała raczej sprawy prywatne, brała udział w spotkaniach. - *Kiedyś już kandydowałam na sołtysa, ale ostatecznie*

zrezygnowałam. Teraz mieszkańcy znów zachęcali mnie, żebym wystartowała w wyborach. Sama nie bardzo chciałam. Wolałam coś zrobić dla wsi, ale bez rozgłosu - mówi nowa sołtys Piotrowic.

Funkcja sołtysa wcale nie jest łatwa. Na szczęście pani Danuta ma wsparcie nie tylko mieszkańców, ale również swojej rodziny. - *Ile będę mogła, to będę starała się działać na rzecz naszej wsi - oznajmia. Jak sama przyznaje nowo wybrana sołtys, najważniejszą sprawą jest wyremontowanie drogi asfaltowej przez wieś*

od drogi wojewódzkiej W801 w kierunku Wisły. - *Jest w niej bardzo dużo dziur. Podobno są plany, ale kiedy zostanie zmodernizowana, jeszcze niewiadomo, dlatego już zgłosiłam, żeby chociaż doraźnie w najbliższym czasie zalać ubytki - mówi Danuta Sępka. Sołtysi mają prawo do udziału i występowania na forum rady gminy, jednak bez prawa do głosowania. Mają też do swojej pomocy trzyosobowe rady sołeckie, które są organem doradczym. W przypadku rady sołeckiej w Piotrowicach pozostała ona bez zmian.*

17 TYSIĘCY MIESZKAŃCÓW NASZEGO POWIATU MA NADWAGĘ



Tak źle jeszcze nie było. Tyjemy na potęgę. Według najnowszych badań NFZ, już 64,5 proc. dorosłych w Polsce ma nadwagę lub jest otyłych. Powiat rycki pod tym względem zajmuje niestety wysokie 5 miejsce w województwie lubelskim

W oparciu o dane zebrane przez lekarzy POZ od ponad 13,4 mln pacjentów, opracowana została mapa otyłości Polaków. Dane opublikowane przez NFZ zostały zebrane w okresie od stycznia do lipca 2025 r.

przez lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej w całej Polsce. Od ponad 13,4 mln dorosłych Polaków, pacjentów odwiedzających w tym czasie przychodnie, zebrano informacje o wzroście i wadze i na tej podstawie obliczono BMI (ang.

Body Mass Index), czyli wskaźnik masy ciała. Przyjmuje się, że prawidłowy zakres BMI wynosi od 18,5 do 25,0. Jeśli wartości są wyższe, może to oznaczać, że pacjent ma nadwagę lub jest otyły. W Polsce powiatem

z najwyższym odsetkiem osób o BMI powyżej 25 jest powiat łosicki w woj. mazowieckim — 72,42 proc. przebadanych dorosłych zostało tam zaklasyfikowanych jako z nadwagą lub otyłe. W powiecie ryckim ten procent wynosi 68,6,

co daje piątą pozycję w zestawieniu z powiatami województwa lubelskiego. Najgorzej na Lubelszczyźnie wypada powiat krasnostawski (70,5%) a najlepiej miasto Lublin (60,3%). Najlepiej w zestawieniu wypadły duże miasta —

m. st. Warszawa (58,73 proc. osób z nadwagą lub otyłych), Wrocław (58,29 proc.), Sopot (58 proc.), Kraków (57,85 proc.) i „najchudszy” powiat w kraju — miasto Poznań — z 55,8 proc. osób z nadwagą lub otyłych.

Zbigniew Jończyk

» ROZMOWA Z LEK. MED. HANNĄ CZERSKĄ Z NZOZ W STĘŻYCY, SPECJALISTKĄ MEDYCYNY RODZINNEJ I INTERNISTKĄ, CERTYFIKOWANĄ EKSPERTKĄ POLSKIEGO TOWARZYSTWA LECZENIA OTYŁOŚCI

Otyłość to konsekwencja naszego stylu życia

Według najnowszych badań NFZ, już 64,5 proc. dorosłych w Polsce ma nadwagę lub jest otyłych. Czy rzeczywiście jest z nami tak, że coraz bardziej tyjemy?

Tak, niestety dane te są alarmujące, ale nie zaskakujące. W Polsce — podobnie jak w całej Europie — od lat obserwujemy systematyczny wzrost masy ciała populacji. Jeszcze dwie dekady temu otyłość była problemem pojedynczych grup społecznych, dziś dotyczy większości dorosłych. Tempo życia, stres, łatwy dostęp do przetworzonej żywności i brak ruchu tworzą środowisko, które sprzyja tyłowi. Widać to zwłaszcza po pandemii COVID-19, kiedy wiele osób ograniczyło aktywność i zmieniło sposób odżywiania.

Dlaczego tak się dzieje?

To efekt tzw. „toksycznego środowiska metabolicznego”, które nas otacza. Jemy coraz szybciej, często pod wpływem emocji, a nie głodu. Pracujemy siedząco, odpoczywamy przed ekranem, śpimy za mało. Wysokoprzetworzona żywność jest tania, łatwo dostępna i silnie uzależniająca — zawiera cukier, tłuszcz i sól w proporcjach, które aktywują ośrodek nagrody w mózgu. Dodatkowo stres i brak czasu sprzyjają sięganiu po jedzenie „na pocieszenie”. Otyłość nie jest więc wynikiem lenistwa, ale konsekwencją stylu życia, jaki narzuca współczesny świat.

Czym jest otyłość?

Otyłość to choroba przewlekła, w której organizm magazynuje nadmiar tkanki tłuszczowej w sposób zagrażający zdrowiu. Nie chodzi o wygląd, ale o zaburzenia metaboliczne i hormonalne, które prowadzą do poważnych chorób. Współczesna medycyna uznaje otyłość za jednostkę chorobową — tak jak nadciśnienie czy cukrzyca. Wymaga diagnozy, monitorowania i leczenia.

Z jakimi komplikacjami może się ona wiązać?

Lista jest długa. Otyłość zwiększa ryzyko rozwoju cukrzycy typu 2, nadciśnienia tętniczego, chorób sercowo-naczyniowych, udaru, niektórych nowotworów (np. piersi, jelita grubego, trzustki), zwyrodnienia stawów czy bezdechu sennego. Ale to nie wszystko — ma też wymiar psychiczny. Wielu pacjentów cierpi na depresję, obniżoną samoocenę i lęk, co dodatkowo utrudnia leczenie.

W oparciu o dane zebrane przez lekarzy POZ od ponad 13,4 mln pacjentów, opracowano interaktywną mapę otyłości Polaków. W powiecie ryckim, który zajmuje 5 miejsce w województwie lubelskim, aż 68,6 proc. dorosłych ma BMI powyżej 25. Czy dziwi Panią ten wynik?

Nie dziwi, ale bardzo niepokoi. Powiaty o charakterze wiejskim i półwiejskim, takie jak rycki, od lat należą do regionów o wyższym odsetku otyłości. Mieszkańcy pracują często fizycznie, ale po pracy brakuje im czasu i energii na ruch rekreacyjny. Dodatkowo dostęp do dietetyków, psychologów i programów profilaktycznych jest ograniczony. To pokazuje, że walka z otyłością musi się toczyć nie tylko w gabinecie, ale też na poziomie lokalnych społeczności — przez edukację, działania profilaktyczne i zmianę nawyków całych

rodzin.

Co to takiego BMI? Czy to wiarygodny wskaźnik?

BMI (Body Mass Index) to prosty sposób na ocenę, czy masa ciała jest prawidłowa. Obliczamy go dzieląc wagę w kilogramach przez kwadrat wzrostu w metrach. Wynik poniżej 18,5 oznacza niedowagę, między 18,5 a 24,9 masę prawidłową, między 25-29,9 - nadwagę a powyżej 30 otyłość. To użyteczne narzędzie przesiewowe, ale ma swoje ograniczenia — nie

uwzględnia proporcji między tłuszczem a mięśniami. Osoba umięśniona może mieć wysokie BMI mimo braku nadmiaru tłuszczu. Dlatego w praktyce klinicznej oprócz BMI oceniamy także obwód talii, skład ciała i parametry metaboliczne.

Dane pokazują, że odsetek otyłości i nadwagi jest najniższy w największych miastach. Jak to wytłumaczyć?

To efekt różnic stylu życia. W dużych miastach łatwiej o dostęp do siłowni, zdrowej żywności, porad

dietetyków czy specjalistów. Mieszkańcy są też bardziej świadomi zagrożeń zdrowotnych. Na wsi czy w mniejszych miejscowościach często brakuje infrastruktury i edukacji zdrowotnej, a tradycyjna kuchnia jest kaloryczna. Ważny jest też czynnik ekonomiczny — produkty zdrowe są droższe, co utrudnia zmianę nawyków w uboższych regionach.

Czy z otyłością można wygrać? Jak to zrobić?

Zdecydowanie tak. Otyłość można skutecznie leczyć, ale wymaga to kompleksowego podejścia i cierpliwości. Najlepsze efekty osiąga się, gdy pacjent współpracuje z zespołem specjalistów — lekarzem, dietetykiem i psychologiem. Leczenie obejmuje zmianę nawyków żywieniowych, regularną aktywność fizyczną, wsparcie psychoterapeutyczne i — jeśli to konieczne — farmakoterapię. Wielu pacjentów oczekuje szybkich rezultatów, ale kluczowe jest myślenie długoterminowe. Już utrata 5-10 proc. masy ciała przynosi realne korzyści zdrowotne: obniża ciśnienie, poprawia poziom glukozy i cholesterolu, zmniejsza ryzyko powikłań. To proces, w którym nie ma „cudu” — jest wiedza, wsparcie i konsekwencja.



lek. med. Hanna Czerska z NZOZ w Stężycy, specjalistka medycyny rodzinnej i internistka, certyfikowana ekspertka Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości. - Leczenie otyłości to proces, w którym nie ma „cudu” - podkreśla

Powiat	Procent osób z BMI >25	Liczba osób z BMI >25
Krasnostawski	70,5	16 675
Janowski	70,2	12 224
Chelmski	69,7	19 755
Łukowski	69,6	29 860
Rycki	68,6	16 985
Hrubieszowski	68,5	16 422
Bialski	68,4	31 287
Radzyński	68,1	16 245
Parczewski	68,0	7 023
Tomaszowski	67,9	24 097
Włodawski	67,9	11 369
Zamojski	67,7	30 848
Łęczyński	67,7	15 791
Opolski	66,8	17 969
Biłgorajski	66,7	27 904
Kraśnicki	66,6	26 587
Puławski	66,3	30 568
Świdnicki	66,3	20 360
Lubartowski	66,2	23 351
Chelm	66,1	14 729
Biała Podlaska	66,0	14 155
Lubelski	64,8	43 812
Zamość	63,7	18 441
Lublin	60,3	85 848

Ruszyła z pomocą seniorowi

DĘBLIN Do niebezpiecznej sytuacji doszło na ulicy Okólnej. 48-letnia mieszkanka Dębina zauważyła starszego mężczyznę, który prowadząc rower upadł na chodnik. Nie pozostała obojętna i natychmiast ruszyła z pomocą seniorowi. Chwilę później przejeżdżał tamtędy patrol policji. Funkcjonariusze zatrzymali się i kontynuowali udzielanie pomocy 87-letniemu mieszkańcowi Dębina do czasu przyjazdu karetki pogotowia. Wstępne badanie nie wykazało obrażeń ciała. Jednak ze względu

na wiek oraz przebieg zdarzenia, mężczyzna został przewieziony do szpitala na obserwację. *- Składamy wyrazy uznania dla 48-letniej kobiety za jej odpowiedzialną i empatyczną postawę. Dzięki jej reakcji starszy mężczyzna szybko otrzymał niezbędną pomoc. Apelujemy też do mieszkańców o reagowanie na podobne sytuacje, szczególnie w okresie jesienno-zimowym, gdy osoby starsze są bardziej narażone na wychłodzenie organizmu i nagłe zastąpienia - podkreśla asp. Łukasz Filipek.*

Pożar w kominie

RYKI Strażacy zostali wezwani na ulicę Królewską. W jednym z domów doszło do pożaru sadzy w przewodzie kominowym. Działania zastępów polegały na zabezpieczeniu miejsca zdarzenia, następnie do przewodu kominowego podano proszek gaśniczy, co pozwoliło na ugaszenie pożaru. Stra-

żacy ostrzegają przed możliwymi konsekwencjami. Zapalona sadza może uszkodzić komin, powodując jego pęknięcie lub rozsądzenie, co grozi pożarem całego budynku. Uszkodzony komin zwiększa też ryzyko przedostania się do domu tlenu węgla - bezwonnego i śmiertelnie niebezpiecznego czadu.

GROZIŁ MATCE PODPALENIEM DOMU

Awantura domowa zakończyła się policyjną interwencją i zatrzymaniem 34-latka

Kobieta zadzwoniła na policję z prośbą o natychmiastową interwencję. Skarżyła się, że jej syn wszczął awanturę i groził podpaleniem wspólnie zajmowanego domu. Dyżurny ryckiej komendy skierował pod podany adres patrol. Po przyjeździe okazało się, że 34-latek uciekł z domu. Policjanci rozpoczęli poszukiwania agresywnego mężczyzny. Został odnaleziony na jednej z posesji oddalonej o kilkaset metrów. Policjanci zatrzymali go i przewieźli do aresztu. Usłyszał zarzut kierowania gróźb karalnych. Grozi za to 3 lata więzienia. Prokurator, biorąc pod uwagę okoliczności



Mężczyzna uciekł z domu przed przyjazdem mundurowych, którzy namierzali go na terenie jednej z posesji i trafił do policyjnego aresztu. Podejrzan usłyszał zarzut gróźb karalnych, a sąd zdecydował o jego trzymiesięcznym aresztowaniu (fot. KPP Ryki)

zdarzenia oraz konieczność zapewnienia bezpieczeństwa pokrzywdzonej, zawniósł o zastosowanie wobec mężczyzny tymczasowego aresztowania. Sąd przychylił się do wniosku i zdecydował, że 34-latek trafi do aresztu na okres trzech miesięcy. Policja przypomina, że wszelkie groźby czy zastraszania są traktowane bardzo poważnie

i apeluje o reagowanie na wszelkie przejawy przemocy domowej i zagrożenia życia lub zdro-

wia. *- Szybkie zgłoszenie może zapobiec tragedii - zaznacza asp. Łukasz Filipek z ryckiej policji.*

Nie zastanawiaj się, reaguj!

Jeśli jesteś ofiarą znęcania się, jesteś jej świadkiem, bądź też posiadasz wiedzę na temat osób, które mogą być ofiarami znęcania się, zareaguj. Jeśli czujesz, że czyjeś bezpieczeństwo jest zagrożone - nie zastanawiaj się - natychmiast wezwij Policję, dzwoniąc na numer alarmowy 112. Możesz również zadzwonić na „Niebieską Linie” pod numer 800 120 002, gdzie uzyskasz informacje o tym, jak pomóc ofierze przemocy w rodzinie, jak reagować na przemoc oraz o miejscach i formach pomocy w twojej najbliższej okolicy.

Odeszli od nas

2 listopada 2025 r. zmarł

Henryk WALASEK

z Leopoldowa
przeżył 67 lat

3 listopada 2025 r. zmarła

Krystyna BOBER

z Brzeźc
przeżyła 86 lat

5 listopada 2025 r. zmarła

Luiza LEŚKO

z parafii Nowodwór
przeżyła 50 lat

6 listopada 2025 r. zmarł

Zdzisław PIOTROWSKI

z parafii Ryki
przeżył 79 lat

6 listopada 2025 r. zmarł

Stanisław DULEWICZ

z Ryk
przeżył 75 lat

7 listopada 2025 r. zmarł

Marian PIOTERCZAK

z Leopoldowa
przeżył 90 lat

8 listopada 2025 r. zmarł

Mariusz PISZCZ

z Krasnoglin
przeżył 46 lat

9 listopada 2025 r. zmarł

Jan KAMIŃSKI

z Sierskowoli
przeżył 79 lat

10 listopada 2025 r. zmarł

Marian GRZĄDKA

z Paprotni
przeżył 66 lat

12 listopada 2025 r. zmarł

Marcin OSIAŁ

z Sokoli
przeżył 46 lat

13 listopada 2025 r. zmarła

Barbara JASEK

ze Stężycy
przeżyła 69 lat

14 listopada 2025 r. zmarł

Stanisław WAROWNY

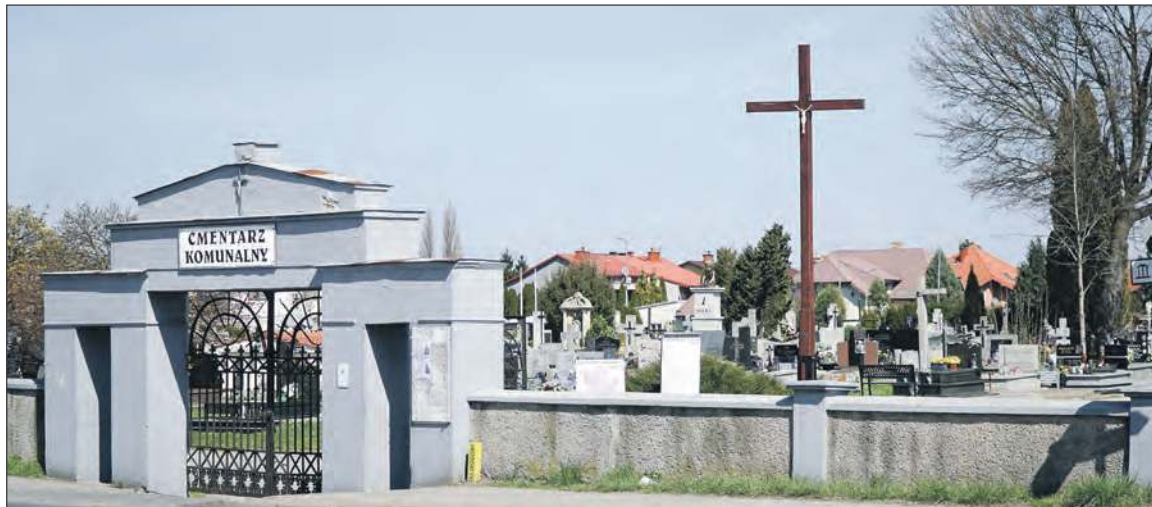
z Leopoldowa
przeżył 92 lata

DĘBLIŃSKI CMENTARZ „IDZIE DO REMONTU”



Cmentarz komunalny jest już wypełniony niemal do ostatniego miejsca. Rozpoczęła się kompleksowa modernizacja nekropolii, która ma na celu poprawę jego funkcjonalności i pozyskanie nowych miejsc pochówku

Dębliński cmentarz komunalny, położony w środku miasta i otoczony ulicami 15 Pułku Piechoty Wilków, Stężycą, Bajana i Krzywą, nie ma możliwości powiększenia. Problem związany z nowymi miejscami na pochówek zmarłych był dostrzegany przez władze miasta już od lat. Jakoś jednak udawało się, choć cmentarz nie powiększał swojej powierzchni, grzebać zmarłych, np. w już istniejących grobach. Nie wszyscy mają jednak taką możliwość. Istnieje potrzeba nowych grobów.



☛ Cmentarz komunalny jest miejscem pochówku osób zmarłych bez względu na ich narodowość, wyznanie, światopogląd i pochodzenie społeczne

MODERNIZACJA JEST KONIECZNA

- Z uwagi na ograniczoną liczbę wolnych miejsc grzebalnych, konieczne stało się podjęcie działań umożliwiających lepsze zagospodarowanie istniejącego terenu - oznajmia Roman Bytniewski, burmistrz Dębli. Rozpoczęła się kompleksowa modernizacja cmentarza mająca na celu poprawę jego funkcjonalności oraz odpowiednie przygotowanie terenu do dalszego użytkowania.

Modernizacja cmentarza została podzielona na kilka etapów. W pierwszej kolejności, po uzyskaniu odpowiednich zgód, przeniesione zostały pomniki i tablice

upamiętniające znajdujące się po prawej stronie od wejścia, w sąsiedztwie kwater jeńców Stalagu 307. Nowe miejsce dla nich powstaje przed kolumbarium. - Warto podkreślić, że są to pomniki symboliczne, pod którymi nie znajdowały się prochy zmarłych. Spoczywające tam osoby mają swoje mogiły wzdłuż ogrodzenia cmentarza - zaznacza burmistrz. Ten ruch pozwoli stworzyć ponad 100 nowych miejsc grzebalnych.

INWESTYCJE W INFRASTRUKTURĘ

Kolejnym etapem będzie przygotowanie nowych miejsc grzebalnych. Po

przeniesieniu pomników teren zostanie wyrównany i przygotowany pod budowę nowych piwnic grzebalnych. Część z nich zostanie przeznaczona do sprzedaży tzw. „za życia”. - Do urzędu miasta zgłasza się wiele osób z prośbą o taką możliwość, co potwierdza zasadność tego rozwiązania - mówi burmistrz. Środki uzyskane z tego tytułu zostaną przeznaczone na realizację kolejnych etapów modernizacji. W planach jest remont głównego wejścia wraz ze schodami, utwardzenie istniejących alejek, budowa nowego kolumbarium, niwelację studni chłonnych, dobudowanie miejsca na znicze,

wiązanki i ławeczkę. Jednym z ważnych elementów zmian będzie uporządkowanie systemu gromadzenia odpadów. Śmietniki zostaną przeniesione poza ogrodzenie cmentarza. Przy bramie bocznej ma stanąć prasokontener, który pozwoli utrzymać porządek i zmniejszyć koszty wywozu odpadów. Równoległe miasto prowadzi procedurę poszerzenia cmentarza o obszar, na którym obecnie znajduje się zbiornik na wody opadowe. Dałoby to 20-25 nowych miejsc pochówku. - To proces długotrwały. Wymaga przebudowy systemu kanalizacji burzowej na osiedlu Żwica - zastrzega Roman Bytniewski.

NOWY CMENTARZ KOMUNALNY

Modernizacja cmentarza może przynieść między 100 a 200 nowych miejsc pochówku. To wciąż mało. Długofalowym projektem jest zakup kolejnych działek pod budowę cmentarza w nowej lokalizacji. Wymaga to nie tylko czasu, ale przede wszystkim środków finansowych. Zgodnie z Miejscowym Planem Zagospodarowania Przestrzennego, uchwalonym w 2023 roku, teren pod nowy cmentarz komunalny został wyznaczony na osiedlu Żdżary. - Obecnie trwa proces wykupu działek pod przyszły cmentarz oraz drogę dojazdową. Otwarcie nowego miejsca pochówku to perspektywa najbliższych kilku lat, jednak już dziś podejmowane działania pozwolą zachować ciągłość funkcjonowania cmentarza komunalnego w Dęblinie - podkreśla burmistrz Roman Bytniewski. - Prace realizowane są z poszanowaniem historii, godności zmarłych oraz potrzeb współczesnych mieszkańców. Modernizacja cmentarza to inwestycja w estetykę, funkcjonalność i przyszłość tego szczególnego miejsca - podsumowuje wóldarz.

Zbigniew Jończyk

Pamięci ofiar wypadków drogowych

Co roku, w trzecią niedzielę listopada, obchodzony jest Światowy Dzień Pamięci Ofiar Wypadków Drogowych. To szczególny dzień w roku poświęcony refleksji nad tragediami, które każdego dnia rozgrywają się na drogach

To ważny moment, by ponownie zwrócić uwagę na globalny problem wypadków drogowych, ich tragiczne skutki oraz konieczność stałego podnoszenia świadomości w zakresie bezpieczeństwa ruchu drogowego. W tym czasie w całej Polsce odbywają się licz-



☛ Policjanci z Lublina i Ryk, wspólnie z druhami z OSP Leopoldów, OSP Nowodwór, Żandarmerii Wojskowej Dębliń, zespołem ratownictwa medycznego, GDDKiA oraz współpracującymi firmami, przygotowali stoiska informacyjno-promocyjne (fot. Policja)

ne wydarzenia i akcje edukacyjne. Jedną z nich miało miejsce w MOP

Niwa Babicka przy drodze ekspresowej S17. Policjanci z Lublina i Ryk,

wspólnie z druhami z OSP Leopoldów, OSP Nowodwór, Żandarmerii

Wojskowej Dębliń, zespołem ratownictwa medycznego, GDDKiA oraz współpracującymi firmami, przygotowali stoiska informacyjno-promocyjne. Odwiedzający mogli dowiedzieć się więcej o przyczynach i skutkach wypadków drogowych, zasadach bezpiecznej jazdy, a także odebrać drobne upominki związane z bezpieczeństwem na drodze. To dzień, który ma przypominać, jak ważna jest odpowiedzialność każdego uczestnika ruchu drogowego. Pamiętajmy o tych, którzy zginęli i dbajmy o to, by na naszych drogach było bezpiecznie.

Trzeba było wyważyć drzwi

GM. KŁOCZEW Kilka dni temu strażacy zostali poproszeni przez policjantów o pomoc przy otwarciu drzwi. W domu jednorodzinnym w jednym z pomieszczeń przebywał mężczyzna, który wcześniej wszczął awanturę domową. Nie reagował na polecenia otwarcia drzwi. Strażacy uporali się z zamkniętymi drzwiami przy pomocy urządzenia tzw. hooligana. Policjanci zatrzymali 46-latkę. Był pod wpływem alkoholu.

z

KALENDARZ
LITURGICZNY

❖ **18 listopada, wtorek**
WSPOMNIENIE BŁ. KAROLINY
KÓZKÓWNY, DZIEWICY
I MĘCZENNICZY
- PAPIEŻ GRZEGORZ XV
USTANOWIŁ ZAKON PIJARÓW
(1621 R.)
- 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, środa**
- PAWEŁ III WYDAŁ BULLĘ
LAETARE IERUSALEM
ZWOŁUJĄCĄ SOBÓR TRYDENCKI
(1544 R.)

❖ **20 listopada, czwartek**
WSPOMNIENIE ŚW. RAFAŁA
KALINOWSKIEGO, PREZBITERA
- ZAŁOŻONO PAPIESKI
UNIwersYTET ANTONIANUM
W RZYMIE (1890 R.)
- BENEDYKT XVI POWOŁAŁ
24 NOWYCH KARDYNAŁÓW,
W TYM ABP. WARSZAWSKIEGO
KAZIMIERZA NYCZA (2010 R.)

❖ **21 listopada, piątek**
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, sobota**
WSPOMNIENIE ŚW. CECYLII,
DZIEWICY I MĘCZENNICZY

❖ **24 listopada, niedziela**
UROCYSTOŚĆ JEZUSA
CHRYSZTUSA KRÓLA
WSZECHŚWIATA
- W KATEDRZE PŁOCKIEJ
UMIESZCZONO KOPIĘ
ŚREDNIOWIECZNYCH DRZWI
PŁOCKICH (1981 R.)

❖ **25 listopada, poniedziałek**
WSPOMNIENIE ŚWIĘTYCH
MĘCZENNIKÓW ANDRZEJA
DUNG-LAC, PREZBITERA,
I TOWARZYSZY
- PAPIEŻ KLEMENS X
BEATYFIKOWAŁ MĘCZENNIKÓW
Z GORKUM (1675 R.)

ŚW. MARCIN, GŁÓWNY PATRON PARAFII W STĘŻYCY



Wierni przybyli na doroczny odpust, aby przez wstawiennictwo św. Marcina prosić o łaski nie tylko dla ludzi, ale również ze względu na przypadające 11 listopada narodowe święto odzyskania niepodległości, również dla Ojczyzny

Wierni mieli powód do podwójnej dumy i radości. Wspomnienie świętego Marcina zbiega się z rocznicą odzyskania przez Polskę niepodległości. W Stężycy obydwie uroczystości są ze sobą powiązane. Najpierw mieszkańcy spotkali się przy pomniku pamięci mieszkańców Ziemi Stężyckiej walczących i poległych o odzyskanie niepodległości, gdzie zostały złożone wiązanki kwiatów i zapalone znicze. Później przemaszewali do kościoła parafialnego, gdzie została odprawiona Msza św. w intencji Ojczyzny. - *Jest to dla nas powód do podwójnej dumy i radości* - podkreślił ks. prof. Dariusz Lipiec, wykładowca KUL, który przewodniczył sumie odpustowej ku czci św. Marcina. - *Powód do wdzięczności naszym przodkom, za ich wielkie dokonania. Za spuściznę, którą otrzymaliśmy i z której korzystamy. Jest to jednocześnie dla nas zobowiązanie, aby to dzieło, które otrzymaliśmy, by je nieustannie rozwijać i to dobro rozmnażać* - mówił podczas homilii ks. Lipiec. Kontynuując podkreślił, że uroczystości 11 listopada nie są tylko Zaduszkami Ojczyźnianymi i przypomnieniem wydarzeń, które miały miejsce w naszej historii, beatyfikował męczenników z Gorkum (1675 R.)



❖ 11 listopada wierni z okazji odpustu parafialnego licznie wypełnili stężycką świątynię, aby przez wstawiennictwo św. Marcina prosić o łaski dla siebie, parafii i całej Ojczyzny z racji Święta Niepodległości

zmierzamy, kim chcemy być w przyszłości. - *Dlatego tak ważną rzeczą jest, abyśmy czcili pamiętki naszej historii* - zaznacza ks. profesor.

WZÓR ŻYCIA KAPŁAŃSKIEGO

W swojej homilii przywołał również postać świętego Marcina, który zapisał się na kartach Kościoła jako wrażliwy i gotowy do czynów miłości pasterz. Jest uznawany za wzór życia kapłańskiego. Jako pierwszy wyznawca - nie męczennik - zaczął odbierać cześć świętego. - *Potrafił zauważyć z wysokości swojego konia, swojego rycerskiego stanu i nobilitowanego pochodzenia człowieka prostego, biednego i potrzebującego. W naszych czasach nam również, potrzeba zobaczyć tych wszystkich, którzy na ten naród się składają* - podkreśla kaznodzieja.

Św. Marcin urodził się ok. 316 r. Początkowo był rzymskim żołnierzem. Wtedy żebrakowi prosiącemu o jałmużnę oddał połowę swojego płaszcza. Porzucił karierę wojskową uważając, że wojowanie kłóci się z zasadami wiary. Przyjął chrzest i został misjonarzem. W 371 r. lud wybrał go biskupem Tours. Odbił wiele wypraw misyjnych. Zmarł 8 listopada 397 r. w Candes podczas podróży duszpasterskiej. Jego ciało sprowadzono do Tours i pochowano 11 listopada.

Zbigniew Jończyk



❖ Nabożeństwu eucharystycznemu i uroczystościom odpustowym przewodniczył ks. Dariusz Lipiec, profesor KUL. W czasie homilii sporo miejsca poświęcił Ojczyźnie.



❖ W uroczystościach patriotyczno-odpustowych nie mogło zabraknąć również pocztów sztandarowych jednostek OSP, związku łowieckiego, szkół z terenu gminy Stężyca oraz rycerzy Św. Jana Pawła II



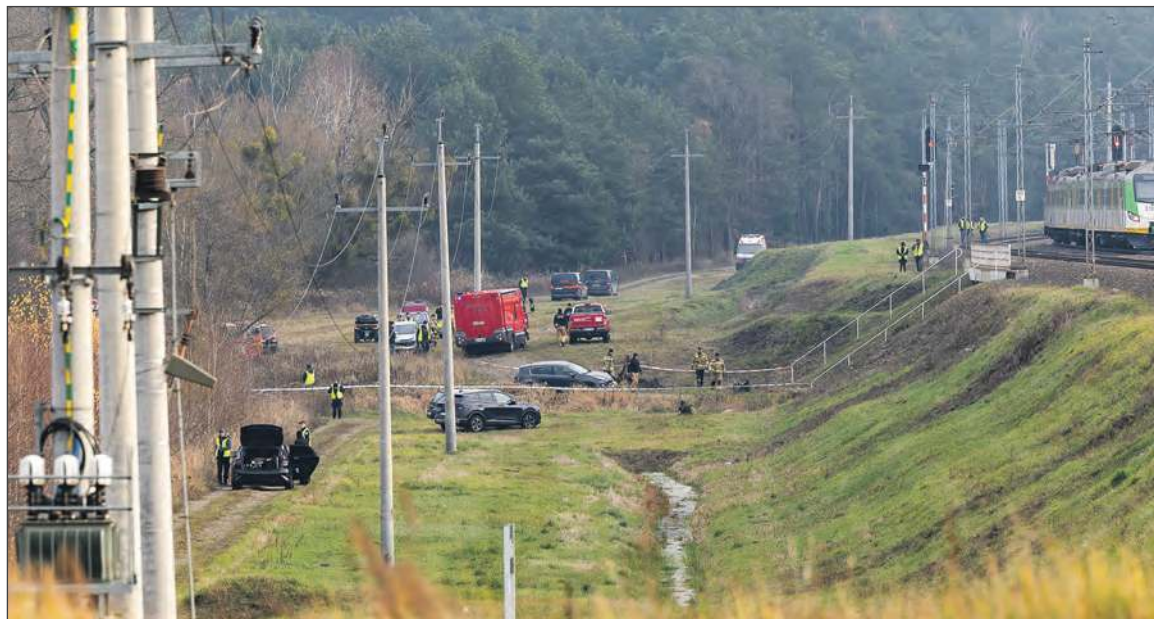
❖ Zwieńczeniem sumy odpustowej było wystawienie Najświętszego Sakramentu, litania do św. Marcina, a po nich procesja eucharystyczna

USZKODZONY TOR: TO BYŁA EKSPLOZJA!



W niedzielę rano maszynista pociągu jadącego w kierunku Dębina zauważył poważne uszkodzenie torowiska w okolicach przystanku Mika. Choć na szczęście nikt nie odniósł obrażeń, całe zajście budzi wiele pytań, a wśród mieszkańców krążyły pogłoski o eksplozji, które znalazły swoje potwierdzenie w oświadczeniu premiera Donalda Tuska

Około godziny 7:39, maszynista pociągu relacji Warszawa Zachodnia - Dębina zgłosił telefonicznie nieprawidłowości w infrastrukturze kolejowej w rejonie Życzyna, nieopodal stacji Mika. Wstępne oględziny wykazały uszkodzenie fragmentu torowiska, które spowodowało zatrzymanie pociągu. Dla zapewnienia bezpieczeństwa, ruch kolejowy w tym rejonie odbywa się po drugim torze - informowała podkom. **Małgorzata Pychner**, oficer prasowy Komendanta Powiatowego Policji w Garwolinie. W chwili zdarzenia w pociągu znajdowało się dwóch pasażerów oraz kilku członków obsługi. Na szczęście nikomu nic się nie stało. Na miejsce natychmiast skierowano odpowiednie służby: policję, straż pożarną, zespoły techniczne zarządcy infrastruktury, ratowników medycznych, a nawet specjalistyczną grupę ratownictwa chemiczno-ekologicznego.



W niedzielę, około godziny 7:39, maszynista pociągu relacji Warszawa Zachodnia - Dębina zgłosił telefonicznie nieprawidłowości w infrastrukturze kolejowej w rejonie Życzyna, nieopodal stacji Mika. Na miejsce skierowano liczne służby, w tym ABW

PREMIER POTWIERDZA AKT DYWERSJI

Niestety, potwierdziły się najgorsze przypuszczenia. W poniedziałek rano premier **Donald Tusk** oficjalnie poinformował o akcie dywersji. - *Niestety potwierdziły się najgorsze przypuszczenia. Na trasie Warszawa-Lublin (wieś Mika) doszło do aktu dywersji. Eksplozja ładunku wybuchowego zniszczyła tor kolejowy. Na miejscu pracują służby i prokuratura. Na tej samej trasie, bliżej Lublina, również stwierdzono uszkodzenie - przekazał premier na platformie X. To oświadczenie rzuca nowe światło na całe zdarzenie i potwierdza wcześniejsze spekulacje. - Wysadzenie toru kolejowego na trasie Warszawa-Lublin to bezprecedensowy akt dywersji wymierzony w bezpieczeństwo państwa polskiego i jego obywateli. Trwa śledztwo - dodał Donald Tusk.*

„LUDZIE MÓWIĄ, ŻE COŚ WYBUCHŁO”

Informacje o uszkodzonym torze szybko obiegnęły okolicę, wywołując falę spekulacji. - *Ludzie*



W poniedziałek rano na miejsce zdarzenia przybył premier Donald Tusk (fot. KPRM)

mówią, że coś wybuchło i nie ma kawałka toru - przekazał nam Czytelnik Krzysztof, przesyłając zdjęcia z miejsca zdarzenia. Te pogłoski podsycił wpis na profilu Dyspozytury Trakcji w serwisie społecznościowym X, który sugeruje: Prawdopodobnie doszło do celowego uszkodzenia szyny poprzez detonację ładunku wybuchowego. Mieszkańcy wspominają o dziwnym hałasie w nocy poprzedzającej zdarzenie. - *W sobotę około godz. 22 coś tak huknęło, że zatrzęsły się szyby w oknach - opowiada jeden z obserwatorów niedzielnej akcji służb.*

- *Późnym wieczorem, może około godziny 21, nie wiem dokładnie, bo nie patrzyłam na zegarek, było słychać silny huk. Do eksplozji doszło jeden raz, później już była cisza. Mąż wyszedł na zewnątrz, ale niczego niepokojącego nie zauważył. Dopiero rano wiadomo było o co chodzi, gdy pojawiły się służby i informacje w mediach ogólnopolskich - opowiada Anna Cienkowska, sołtys Życzyna. Policja potwierdza, że wpłynęło zgłoszenie o hałasie. - Wczoraj [sobota] około godz. 22 mieliśmy zgłoszenie dotyczące hałasu od mieszkańców pobliskiej*

miejsowości. Policjanci sprawdzili te sygnały. Nie zostały one potwierdzone. W zgłoszeniu nie było mowy o rejonie torów - zaznacza rzeczniczka garwolińskiej policji.

STAROSTA: „AKT DYWERSJI, AKT SABOTAŻU”

Bardziej stanowczo wypowiedziała się starosta powiatu garwolińskiego **Iwona Kurowska**. W rozmowie z TV Republika stwierdziła: „Według informacji, które otrzymałam dzisiaj, jest to akt dywersji, akt sabotażu. Wysadzony fragment torów. Na szczęście nikomu się nie

stało. Pasażerowie z tego pociągu i nikt nie odniósł żadnych obrażeń.” Starosta potwierdziła również informację o eksplozji ładunku wybuchowego: „Taką informację dostałam - wybuch, eksplozja, podłożony ładunek”.

Iwona Kurowska podkreśliła również strategiczne znaczenie uszkodzonej linii kolejowej: „Jest to rzeczywiście bardzo ważna linia (...) to jest linia, która prowadzi również na Ukrainę. No i oczywiście do stolicy naszego państwa, do Warszawy.” Starosta zaznaczyła, że takie zdarzenie jest bezprecedensowe dla regionu: „Nigdy wcześniej takie wydarzenie nie miało miejsca na terenie naszego powiatu. Zresztą myślę, że nie tylko na terenie naszego powiatu, bo nie przypominam sobie w ostatnich latach, żeby w Polsce coś takiego się wydarzyło. Jest to po prostu pierwsza taka sytuacja.”

Z dystansem do zdarzenia podchodzi wójt Trojanowa. - *W sprawie przyczyn, póki co nie udzielam jeszcze informacji - oznajmia Michał Jasek. - Na tym etapie jest jeszcze zbyt wcześnie. W przestrzeni publicznej mamy wiele niesprawdzonych informacji i spekulacji. Uważam, że najlepiej będzie poczekać na wyniki pracy służb - dodaje. - W dniu zdarzenia moja rola koncentrowała się m.in. na zabezpieczeniu posiłku dla służb, które prowadzą czynności wyjaśniające na miejscu. Są obecne od rana i mimo że dochodzi do wymiany funkcjonariuszy, muszę w tych chłodnych warunkach coś ciepłego zjeść. Poprosił mnie o to komendant Komendy Powiatowej Policji w Garwolinie za pośrednictwem posterunkowego policji w Trojanowie - mówi wójt Jasek.*

ur, mg, tk

FELIETON

Moja pasja



Karol Gałkowski

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

Gdybyś potrzebował wsparcia, napisz: karolgalkowski02@gmail.com

Jestem ojcem. I mówię to bez ogródek: to najtrudniejsza, najbardziej wyczerpująca rola, jakiej kiedykolwiek się podjąłem. A jednocześnie to najcudowniejsza przygoda, jaka spotkała mnie w życiu. Wymaga cierpliwości i uwagi. To właśnie ojcostwo jest moją największą dumą i źródłem czystej, głębokiej radości. Wiem, że za tą dumą kryje się zmęczenie po zarwanej nocy, setki pytań bez odpowiedzi i te ciche momenty, gdy marzymy o pięciu minutach w absolutnej ciszy.

Zacznijmy od tego, co łączy wszystkich ojców - od zmęczenia. Od tego nocnego szeptu w głowie: Czy ja to w ogóle dobrze robię? Czy jestem wystarczająco cierpliwy, wystarczająco zaradny, wystarczająco...

obecny? To jest nasze, powszechne doświadczenie.

Przez lata wmawiano nam, że bycie ojcem to funkcja, rola do odegrania: twardy dostawca, niezniszczalny autorytet. Ale kiedy dziś patrzę na Was, Ojców - w parkach, przy szkolnych bramach - widzę coś zupełnie innego. Widzę mężczyzn, którzy czują. Mężczyzn, którzy na nowo uczą się łączyć wrażliwość z zaangażowaniem i siłą.

Wiem, jak paraliżujące bywa to ciągle szarpanie się ze sprzecznymi oczekiwaniami, jak trudny jest brak wzorców. Ojcostwo często musimy wymyślać na nowo - w biegu.

Właśnie dlatego potrzebujemy wsparcia. Uczono nas bycia „samotnym wilkiem”, ale w ojcostwie potrzebujemy siebie nawza-

jem. Porozmawiaj. Zapytaj. Buduj swoją ojcowską wioskę. Szukanie pomocy nie jest porażką. To dowód odpowiedzialności i większej dbałości o tych, których kochasz.

Chciałbym, żebyśmy zaufali sobie w jednej kwestii: Nie musimy być ojcami idealnymi. Ojcostwo to relacja. To życie, w którym zdarzają się błędy, zdarzają się krzyki, zdarzają się trudne dni. Zdarza się bezsilność.

To, co nas ratuje, to nie pogoń za perfekcją, ale nasza autentyczność. Kiedy ostatnio powiedziałeś dziecku: „Nie wiem, jak to naprawić, ale spróbujmy razem”? Albo: „Przepraszam. Byłem zmęczony i krzyknąłem”? W ten sposób uczymy dzieci kluczowej lekcji: dorosły może się potknąć, ale ma odwagę

się podnieść i przeprosić. To jest bezcenne. O wiele cenniejsze niż udawanie bezbłędności.

Co ratuje mnie w najtrudniejszych, najbardziej pracowitych tygodniach? Nie wielkie wyjazdy, ale te małe, codzienne kotwice. Te pięć minut gapienia się w okno, gdy wracam z pracy. Krótka chwila z własną pasją lub ulubioną książką. Nie musimy planować wielkich rzeczy. Musimy chronić te małe momenty, bo to one kodują w sercach naszych dzieci: „Jesteś ważny. Mam dla ciebie czas.”

Twoja prawdziwa siła nie leży w stanie konta ani w autorytecie budowanym siłą. Leży w Twoim spokoju.

Pamiętajmy: aby dawać, musimy mieć z czego. Re-

lacja z dzieckiem zaczyna się od relacji z samym sobą. Jeśli jesteś w ciągłym trybie walki i wyczerpania, łatwo o wybuch. Dajmy sobie prawo do własnych pięciu minut ciszy. Opieka nad sobą to nie jest egoizm - to jest inwestycja w nasze ojcostwo. Kiedy wracasz spokojniejszy, dajesz dziecku stabilniejszego Tata.

Więc, kochani Ojcowie, chcę Wam dodać odwagi: Jesteście wystarczający! To, że się staracie, szukacie i czujecie wątpliwości - to jest największy dowód Waszej miłości, a jednocześnie Waszej siły!

Nie musisz być ani moca-rzem, ani guru. Bądź po prostu swojemu dziecku Tatą. Czasem zmęczonym, czasem radosnym, ale zawsze, na tyle, na ile to możliwe... obecnym. Prawdziwym.

REKLAMA

ukwaś sam



JOGURT

sprzyjający odchudzaniu

zawiera szczep *Lactobacillus gasseri*
znany jako “probiotyk fitness”

zrób jogurt bez cukru, konserwantów i GMO

Więcej informacji
www.jogurt-domowy.pl

Kupisz w Internecie, ponad 300 sklepach stacjonarnych
lub pod tel. **600-58-99-79**

mdk
DEBLIN

Burmistrz Miasta Dęblin
i Miejski Dom Kultury w Dęblinie
zapraszają na Koncerty

Miasto Dęblin

„Mojemu Miastu i Ojczyźnie”

z okazji 71 urodzin Miasta Dęblin

i 107. Rocznicy Odzyskania Niepodległości przez Polskę

22 listopada 2025 r.

17:00 Sala balowa Pałacu Jabłonowskich
w Dęblinie wstęp wolny

- Występy solistów oraz zespołów wokalnych i tanecznych z Miejskiego Domu Kultury w Dęblinie
- Występy dzieci i młodzieży ze szkół i przedszkoli

19:00 Restauracja Piekietko wstęp wolny
do kapelusza
„Blues & Rock dla Niepodległości”:

- Red. Chirowski & Pan Wydro
- Duet ReWo Love
- OMEN ReAnimacje
- Aukcje charytatywne dla Mai Kołodziej

prowadzący festiwal: Sławomir Kielich
prowadzący licytację dla Mai: Marcin Mizera

Sponsorzy i partnerzy:



Patronat medialny:



Współpraca:



MECENAS OŚKO MÓWI, JAK JEST

Kiedy praca gryzie - o wypadkach, o których nikt nie chce myśleć



Mecenas
Tomasz Ośko

Radca prawny, absolwent studiów prawniczych oraz studiów MBA. Certyfikowany Auditor Wiodący ISO 27001. Prowadzi własną kancelarię w Garwolinie przy ulicy Senatorskiej 6, tel. 501 011 773. Specjalizuje się w prawie cywilnym i gospodarczym, umowach, negocjacjach, zarządzaniem i zamówieniami publicznymi

Są tematy, które większość ludzi odkłada na bok w przekonaniu, że „ich to nie dotyczy”. Wypadek przy pracy należy dokładnie do tej kategorii. Dopóki coś się nie wydarzy, nikt nie analizuje, czym on właściwie jest, jakie niesie konsekwencje i czy w ogóle można liczyć na jakiegokolwiek świadczenia. A potem nagle przychodzi życie - i stawia pytania, na które trzeba odpowiedzieć od razu.

Wbrew obiegowym opiniom, wypadek przy pracy to nie tylko spektakularne sytuacje z hal fabrycznych, gdzie spadają palety, a iskry lecą jak w filmach akcji. Definicja jest prosta, ale zaskakująco szeroka: to nagłe zdarzenie, spowodowane czynnikiem zewnętrznym, które prowadzi do urazu albo śmierci i ma związek z wykony-

waną pracą. Brzmi jak opis z kodeksu - i tak jest - ale wystarczy spojrzeć na to bardziej ludzko, by zobaczyć, że kryje się tam znacznie więcej.

„Nagle” to wcale nie musi oznaczać spektakularne. Chwila. Jeden krok źle postawiony. Jeden zimny podmuch na schodach. Jedna sekunda nieuwagi. To, co dla prawnika jest nagłe, dla pracownika bywa kompletnym zaskoczeniem, które przewraca jego codzienność do góry nogami. Nikt nie planuje skręcenia kostki podczas schylania się po segregator. A jednak takie sytuacje są kwalifikowane jako wypadki przy pracy.

„Przyczyna zewnętrzna” to kolejne pojęcie, które brzmi, jakby ktoś je wymyślił przy stoliku pełnym akt. W praktyce chodzi o wszystko, co nie wynika wyłącznie z organizmu uszkodzonego -

poślizgnięcie, potknięcie, przeciążenie, źle ułożony kabel, mokra podłoga, nieuczynny kontrahent, a nawet... drzwi, które ktoś nagle otworzył prosto na czyjąś głowę. Życie.

Najciekawszy (i najbardziej sporny) jest związek z pracą. Bo o ile klasyczna umowa o pracę większości ludzi kojarzy się z biurem, halą produkcyjną albo magazynem, o tyle współczesny rynek już dawno wykracza poza te obrazki. Mamy pracę zdalną, hybrydową, samozatrudnionych programistów na kontraktach B2B, kurierów na zleceniach, grafików-freelancerów pracujących z balkonu. I tu pojawia się pytanie: czy oni mogą mieć wypadek przy pracy?

Odpowiedź jest zaskakująco często twierdząca. Jeśli zdarzenie pozostaje w związku z wykonywa-

niem zlecenia, świadczeniem usług albo realizacją kontraktu - nie ma znaczenia, jak nazwiemy umowę. Liczy się faktyczny charakter pracy. To dlatego kurier, który przewrócił się na schodach u klienta, grafik, który spadł z drabiny przy dokumentowaniu projektu, czy programista, który podczas delegacji potknął się z laptopem - wszyscy mogą, w określonych warunkach, dochodzić swoich praw.

W praktyce najczęściej emocji budzą sytuacje pozornie błahе: ktoś potknął się o próg wychodząc „na chwilę” po dokumenty, inny skaleczył się nożem otwierając dostawę, jeszcze inny zatruł się obiadem w stołówce podczas przerwy. Czy to wciąż jest związek z pracą? Paradoksalnie - często tak. Prawnicy i komisje wypadkowe dobrze wie-

dzą, że granica między „prywatne” a „służbowe” bywa cienka jak bibułka.

Dlatego warto mieć świadomość, że wypadki przy pracy nie są domeną wielkich przedsiębiorstw ani branż wysokiego ryzyka. Dotyczą zwykłych ludzi, zwykłych dni i zwykłych czynności. Jednego niefortunnego kroku lub decyzji, która w momencie wydawała się błaha.

I może właśnie dlatego tak ważne jest, by wiedzieć, czym ten wypadek właściwie jest: nie po to, żeby żyć w lęku, ale żeby - jeśli kiedyś przyjdzie taka chwila - wiedzieć, że człowiek ma swoje prawa, niezależnie od tego, czy pracuje „na etacie”, czy na „zleceniu”, czy prowadzi własną działalność. Bo praca zmienia się szybciej niż przepisy, ale człowiek wciąż pozostaje w centrum.

O ZDROWIU

O kolejności jedzenia



Leszek Marek
Krześniak

Specjalista chorób wewnętrznych, absolwent Akademii Medycznej w Warszawie. Od ponad 30 lat prowadzi własny gabinet lekarski

Kto podróżował na wschód, często dziwił się, że przed obiadem najpierw podawano sałatkę. Większość turystów z Polski zostawiała sobie taką sałatkę do drugiego dania, do którego zwykle sałatki wcale nie podawano lub tylko w niewielkiej ilości.

Okazuje się, że rozpoczęcie posiłku od spożycia właśnie sałatki z warzyw ma istotny wpływ na zdrowie. Zjedzenie takiej sałatki sprawia, że szybciej osiągamy poczucie sytości, dzięki czemu nie było konieczności nadmiernego objadania się. Ta obserwacja jest cenna dla osób odchudzających się oraz dla mających napady głodu.

Szczególne kolejności spożywanych potraw ma znaczenie dla osób cierpiących na cukrzycę. Potwierdziły to badania wykonane przy pomocy mierników ciągłego monitorowania glikemii, które wykonują pomiary co 5 minut przez całą dobę w ciągu 14-15 dni. Osoby z cukrzycą, zwłaszcza w początkowym okresie choroby, mają często wysokie skoki stężenia cukru we krwi po spożyciu pokarmu zawierającego węglowodany (cukry proste), a potem bardzo znaczne spadki glukozy we krwi. Spadkom tym towarzyszy konieczność szybkiego zjedzenia kolejnego słodkiego posiłku. Po kolejnych 3-4 godzinach to uczucie głodu nawraca,

a osoby takie chętnie sięgają po batoniki, cukierki i tym podobne.

Jeśli takie osoby najpierw zjedzą na przykład zwykłą sałatę lub sałatkę warzywną, nie mają wysokich skoków cukru we krwi, ani późniejszych spadków.

Warzywa i sałaty zawierają dużo błonnika, który również jest węglowodanem, ale ludzie go nie trawią. Dopiero w jelicie grubym zajmują się nim bakterie. Błonnik ten jest środkiem odtruwającym przewód pokarmowy i przeciwdziała zaparciom.

Jeśli natomiast jako pierwsze spożyjemy potrawy zawierające cukry

proste, takie jak cukier, glukoza, fruktoza (owoce, ciastka, słodczyce, soki owocowe, słodzone tzw. napoje energetyzujące, słodkie mleko), to kiedy tylko przedostaną się z żołądka do jelita cienkiego, są bardzo szybko wchłaniane do krwi i powodują skok stężenia glukozy we krwi.

Dlatego w profilaktyce rozwoju cukrzycy i otyłości powinno zalecać się taką kolejność spożywania kolejnych potraw, aby najpierw były warzywa (np. brokuły, kapusty, zwłaszcza kiszzone, ogórki, sałaty itp.). Błonnik w nich zawarty opóźnia opróżnianie się żołądka, zmniejsza działanie enzymu o nazwie alfa-amylaza, który rozkłada skrobię

na glukozę. Błonnik ten zmniejsza także szybkość wchłaniania glukozy do krwi. Badania ciągłego pomiaru glukozy potwierdzają, że krzywe stężenia glukozy we krwi ulegają spłaszczeniu.

Innym sposobem zmniejszenia ładunku cukrów w pokarmach jest spożywanie jogurtów i kefirów, w których bakterie fermentacji mlekowej przetwarzają cukier mlekowy (laktozę) w kwas mlekowy i niewielkie ilości alkoholu. Oczywiście mówię tu o jogurtach, które sami wyhodujemy w warunkach domowych z wykorzystaniem probiotycznych starterów bakteryjnych, tzw. zakwaszek.

www.drkrzesniak.pl

Powrót pamięci o bohaterze niepodległości



Umieszczony w gablocie na zawsze będzie przypominał o bohaterstwie i poświęceniu mieszkańca Starej Dąbki. Do kościoła parafialnego w Rykach trafił Krzyż Niepodległości po peowiaku Antonim Żaczk



Przez krótki czas rentę po poległym za Ojczyznę mężu pobierała żona Antoniego Żaczka - Rozalia z domu Ryszkowska. Niestety zdjęcie Antoniego w rodzinnym archiwum nie zachowało się (fot. Anna Markiewicz)



O przekazaniu cennej pamiątki po Antonim Żaczk do kościoła w Rykach zdecydowała jego najbliższa rodzina

Tegoroczne obchody narodowego Święta Niepodległości miały charakter szczególny. W niedzielę, 9 listopada, doszło do przekazania prezydenckiego odznaczenia. Zostało ono przyznane pośmiertnie członkowi Wojskowej Organizacji w Rykach, który poległ tuż przed dniem odzyskania niepodległości podczas rozbrajania Niemców przed pałacem Marchwickich.

POZOSTAŁO PIĘCIORO DZIECI

Krzyż przez lata pozostawał w domu jednej z wnuczek bohatera Agnieszki Nowak. Dopiero zainteresowanie prawnuczki Anny Markiewicz, zaowocowało powrotem pamięci o peowiaku. - *Gdy zaczęłam badać historię pradziadka, natrafiłam na zapiski jego wnuczki Krystyny Bożek. To skłoniło mnie do głębszego poznania jego losów - zauważyła pani Anna. Z notatek dowiedziała się, że Antoni był człowiekiem wykształconym, znającym wartość nauki i marzącym o dobrym wykształceniu dla swoich dzieci. - Niestety tragiczna śmierć pokrzyżowała te plany - przyznała prawnuczka. Historia Krzyża Niepodległości sięga lat trzydziestych. W 1937*

roku, za sprawą ryckich aptekarzy, rodziny Heinrichów i pomocy zaprzyjaźnionego z nimi ministra spraw zagranicznych Józefa Becka, udało się wszcząć procedurę odznaczeniową. Przyznanie Krzyża było warunkiem, by żona Antoniego - Rozalia mogła otrzymać tzw. zaopatrzenie wdowie po uczestniku walk o niepodległość. - *W prośbie skierowanej przez Rozalię do ministra spraw wojskowych z 29 października 1937 roku można przeczytać wruszające słowa: „Nadmieniam, że będąc wiejską kobietą, nie doceniałam znaczenia posiadania Krzyża Niepodległości po mężu. Nie czyniłam w tym kierunku żadnych starań, będąc zakłopotaną troską i potrzebami codziennego życia dla siebie i pozostałych pięciorga dzieci” - przypomniała A. Markiewicz.*

ZADANIE DO WYPEŁNIENIA

Krzyż Antoniemu Żaczkowi został nadany 27 czerwca 1938 roku przez prezydenta RP Ignacego Mościckiego. - *W 1939 roku prababci przyznano rentę w wysokości 38 zł z wyrównaniem od lutego. Wiem, że za tę sumę prababcia kupiła w mieście tarę do prania, nowe garnitki do kuchni, a dla wnuczek cukierki, które w tamtych*

latach były wielkim rarytasem. Świadczyć o tym mogło choćby to, że moja mama Krystyna, kilkadziesiąt lat później, kiedy opowiadała mi historię moich pradziadków, zapamiętała właśnie ten fakt. Niestety, tę rentę babcia pobierała tylko przez trzy miesiące do wybuchu wojny. Po jej zakończeniu, władze komunistyczne nigdy nie przywróciły Rozalii tego świadczenia - zaznaczyła prawnuczka peowiaka. Przekazanie Krzyża Niepodległości miało miejsce po południowej Mszy. W imieniu rodziny aktu dokonała prawnuczka Marta Bożek i wnuczek Ryszard Żaczek - Niech ten Krzyż przypomina każdemu, a zwłaszcza młodemu pokoleniu, że wolność nie jest nam dana raz na zawsze, ale jest to zadanie do wypełnienia. Niech odwieczna prawda, że dopóki nas ktoś pamięta, wciąż żyjemy, będzie ważnym przesłaniem tej uroczystości - zauważyła prawnuczka bohatera Anna Markiewicz.

„MAMY O KIM PAMIĘTAĆ”

Umieszczony na specjalnie przygotowanym podkładzie Krzyż z adnotacją, że jest ofiarowany Matce Bożej, trafił na ręce proboszcza parafii ks. kan. Stanisława Chodźki. Jeszcze tego samego dnia został



Krzyż Niepodległości Antoniego Żaczka, w specjalnej oprawie, został umieszczony w gablocie w ołtarzu bocznym ryckiego kościoła (fot. Towarzystwo Przyjaciół Ryk)

umieszczony jako wotum przy ołtarzu św. Jakuba. Ksiądz proboszcz wyraził wdzięczność rodzinie Antoniego Żaczka za patriotyczną postawę. - *Mamy o kim pamiętać. Mamy wzór, w oparciu o który możemy się uczyć. Dzisiaj postawa miłości Ojczyzny jest bardzo potrzebna. Niech ta uroczystość będzie okazją do przemyśleń, jak możemy w obecnych warunkach służyć naszej małej ojczyźnie - zaakcentował*

ks. Chodźko. Podziękowania złożył również obecny podczas przekazania Krzyża, burmistrz. - *To odznaczenie mogłoby nadal przebywać w jednym z domów rodzinnych. Ale państwo zdecydowaliście, że przekażecie Krzyż jako wotum dla naszego kościoła. Niech on przypomina o bohaterach tamtych dni, którzy walczyli za wolną Polskę. Niech przypomina o tym, co oznacza niepodległość - mówił Jarosław Żaczek.*

POGRZEB GODNY BOHATERA

Tragiczne losy Antoniego Żaczka, mieszkańca Starej Dąbki (gmina Ryki) rozegrały się w listopadzie 1918 roku. Rycka komenda POW otrzymała wówczas rozkaz przystąpienia do rozbrojenia okupanta. W Rykach stacjonowała wtedy niemiecka kompania piechoty, wchodząca w skład batalionu strzegącego Dęblin. - *Ta kompania była rozlokowana w różnych miejscach: pałacu, domach prywatnych przy ul. Warszawskiej i u gospodarzy Jarmołów - precyzuje Hanna Wittek, prezes Towarzystwa Przyjaciół Ryk.*

Akcję rozbrajania Niemców rozpoczęto 10 listopada o godzinie 17 na umówiony sygnał. Niemcy stacjonujący przy ul. Warszawskiej i na Jarmołówce zaskoczeni, poddali się bez walki. Nie padł nawet jeden strzał. Pojmanych jeńców zostawiono pod strażą, a pozostali żołnierze ze zdobytą bronią i amunicją udali się w kierunku pałacu. Tu wywiązała się walka, w wyniku której pałac został zdobyty, a broniący go Niemcy rozbrojeni i pojmani. Na pomoc Niemcom wyruszył oddział z Garwolina, ale z niewiadomych przyczyn zawrócił.

Tomasz Kępka

Rusznikarz 1. PSK rozstrzelany przez UB



St. wach. Kazimierz Wojciechowski za konspiracyjną działalność zapłacił najwyższą cenę - został rozstrzelany przez komunistyczne władze w 1945 roku



Dawny Powiat Garwolin i okolice

St. wach. Kazimierz Wojciechowski 15 marca 1991 r. został uniewinniony i zrehabilitowany jako ofiara zbrodni stalinowskich

St. wach. Kazimierz Wojciechowski ps. „Korba”, „Spust”, „Lufka” urodził się 31 lipca 1900 r. w Chwałborzycach pow. Turek. W wieku 12 lat rozpoczął praktykę ślusarską w Zakładach Mechanicznych Ostrowskiego w Kole, którą zakończył w 1914 r., w chwili wybuchu I Wojny Światowej. W 1915 r. został przymusowo skierowany do budowy kolei wąskotorowej Włocławek - Sępólno - Koło.

25 stycznia 1920 roku został powołany do czynnej służby wojskowej w 1. Pułku Strzelców Wileńskich. 25 października 1920 r. został przeniesiony do 78. pp w Baranowiczach. Po zakończeniu działań wojennych,

1 kwietnia 1922 r. został skierowany do Centralnej Szkoły Zbrojistrzów w Warszawie, którą ukończył 31 marca 1923 r. i otrzymał tytuł majstra wojskowego o spec. rusznikarza oraz stopień plutonowego.

1 kwietnia 1923 r. otrzymał przydział do 1. PSK w Garwolinie, gdzie 17 kwietnia 1923 r. objął stanowisko rusznikarza pułku. 26 października 1926 r. awansował na wachmistrza, a 1 kwietnia 1938 r. na st. wachmistrza.

Poza pracą w rusznikar-ni wykonywał różnego rodzaju pamiętki: podkówekki z napisem 1. PSK, bransoletki z elementami strzemiączek i wędzidełek, proporczyki, żetony itp. z okazji Święta Pułku, biegu św. Huberta czy zawodów sportowych.

W kampanii wrześniowej walczył z 1. PSK w składzie Warszawskiej Brygady Pancerno - Motorowej biorąc czynny udział, w walkach w obronie przepraw na Wiśle po ostatnią bitwę pod Tomaszowem Lubelskim. Po zakończeniu walk i unikięciu niewoli powrócił do Garwolina.

W połowie października 1939 r. powołał wraz z kolegami podoficerami grupę konspiracyjną byłych żołnierzy 1. PSK. W latach 1939 - 44 w strukturach SPZ/ZWZ/AK odpowiadał za referat uzbrojenia. Konserwował i naprawiał uszkodzoną broń zebraną na pobożowiskach września. W tym czasie wielokrotnie prowadził szkolenia z zakresu budowy broni, posługiwanie się nią, konserwacji itp. We wrześniu 1940 r. otworzył legalny Warsztat Mechaniczno - Galwaniczno

- Techniczny przy ul. Polnej, świadczący usługi w zakresie napraw różnego sprzętu mechanicznego, rowerów czy maszyn do szycia niejednokrotnie dla krawców żydowskich. W warsztacie na potrzeby AK wykonywano „lewe” kolczyki do znakowania krów i trzody chlewnej oraz metalowe stemple w kształcie litery „H” do znakowania koni oraz butelki zapalające i granaty R-42 tzw. „Sidorówki”. Do pracy w warsztacie zaangażował całą rodzinę: żonę Franciszkę, syna Jerzego oraz córki Zofię i Ewę.

Pod koniec 1943 r. zagrożony aresztowaniem wyjechał do Warszawy, gdzie mieszkał i działał w konspiracji pod nazwiskiem „Jan Sowiński”. Pracował w wytwórni materiałów wybuchowych „Farbiarnia” przy ul. Krochmalnej i w warsztatach przy Hali Mirowskiej. Do wybuchu Powstania Warszawskiego prowadził szkolenia z zakresu rusznikarstwa oraz pełnił funkcję oficera materiałowego IV Rejonu AK. Walczył w Powstaniu Warszawskim do połowy września 1944 r., a następnie szczęśliwie

powrócił do Garwolina. Na skutek denuncjacji wczesnym rankiem 22 stycznia 1945 r. został aresztowany przez funkcjonariuszy PUBP pod zarzutem gromadzenia broni, materiałów wybuchowych i przynależności do AK. Po krótkim śledztwie w dniu 19 lutego 1945 r. został skazany przez Wojskowy Sąd Garnizonowy w Warszawie na karę śmierci i rozstrzelany 27 lutego 1945 r. Miejsce pochówku jest nieznane.

Wraz z nim zostały aresztowane jego dzieci: Jerzy (20 lat) i Zofia (19 lat), które otrzymały odpowiednio wyroki: 8 i 3 lata więzienia. Po amnestii w lipcu 1945 r. zostali zwolnieni. Tego samego dnia po południu została również aresztowana najmłodsza córka, 15-letnia Ewa (zwolniona po sześciu tygodniach).

W wyniku rewizji wniesionej przez ministra sprawiedliwości wyrokiem Izby Wojskowej Sądu Najwyższego z dnia 15 marca 1991 r. został uniewinniony i zrehabilitowany jako ofiara zbrodni stalinowskich.

Dawny Powiat Garwolin i okolice

10. rocznica Cudu nad Wisłą



Dawny Powiat Garwolin i okolice

Górzno 11 listopada 1930 r. Aleja 11 Listopada w rocznicę 10-lecia „Cudu Nad Wisłą” i odzyskania niepodległości. Przy kamieniu z lewej strony proboszcz par. Górzno ks. Henryk Przesmycki, z prawej strony najprawdopodobniej wójt gminy Górzno Bartłomiej Trzpił z Wólki Ostrożeńskiej. W tle widoczna kapliczka „Pod twoją obronę” przy dzisiejszym Urzędzie Gminy w Górznie. Z lewej strony widoczny budynek szkoły powszechnej, który spłonął w 1939 r. (fot. Archiwum Muzeum Regionalnego w Górznie)

Krzyż Zasługi dla st. wach. Kazimierza Wojciechowskiego



Dawny Powiat Garwolin i okolice

Fotografia została wykonana podczas Święta Niepodległości 11 listopada 1934 r. przed kościołem w Garwolinie. Dowódca 1. Pułku Strzelców Konnych płk. Adam Zakrzewski i starosta powiatu garwolińskiego Włodzimierz Kałuba dekorują st. wach. Kazimierza Wojciechowskiego brązowym Krzyżem Zasługi za zasługi na polu akcji przeciwpowodziowej w 1934 r. (fot. st. wachm. Henryk Andrzejkiewicz/zbiory Krzysztofa Kota)

NasTroje w Literaturze

Listopadowe zamyślenie, czyli „Monolog na trzy”



Andrzej Szalas

(...)
liczę coraz krótsze dni
las się powtarza
patrzę i czekam
z nadzieją na jeszcze

Jednak przy całej postawie afirmacji natury, już w pierwszym wierszu otwierającym tryptyk „Ten Księżyc”, zaskakuje nas przecucie nieuchronnej zmiany, w którą powoli wprowadza nas Poetka. Obrazy spóźnionych pociągów, pustych dworców i bezsennych nocy przywołują w naszej wyobraźni przestrzeń oczekiwania na coś nieuchronnego i bardzo trudnego:

*ta noc przyniesie odmianę
sen spóźnił się na ostatni
pociąg
biegnie po pustym peronie
czas goni*

*wiatr i marzenie zasypiają
ze mną na cudzej poduszce
a wędrujące po ścianie cienie
szukają się w poświęciacie*

To przecucie zmiany obecne jest również w wierszu „Sztorm”, w którym to nadchodzący żywioł nabiera symbolicznego znaczenia. To czas trudnego zmagania się z samym sobą oraz z zewnętrznymi okolicznościami, których nie potrafimy zmienić:

*ja i senne mewy
ustawiamy się pod wiatr
trzeba nam pokłonić się
żywiłowi
nisko by iść
gdy sztorm przyjdzie*

JESTEM DALEKO

Druga część tryptyku poświęcona jest w całości Mężowi Poetki oraz niezwykle głębokiemu uczuciu miłości, którym darzą się małżonkowie. Taką intencję twórczą zapowiada motto wprowadzające do tej części autorstwa Khalila Gibrana - „Miłość jest jedynym kwiatem, który rośnie i rozwija się niezależnie od pór roku”. Już pierwszy wiersz tej części cyklu, „Granica”, mówi o bliskiej relacji, która łączy dwie osoby:

*mówisz że inspirują cię do
wierszy pisania
a ja chciałam tylko ci*



*świt pokazać
słońce przenikające
mgłę na horyzoncie*

*mówisz że inspirują cię do
dziękuję radości
gdy jak dzieci
baraszkujemy w trawie
i w srebrnego jeziora wodzie
za naszym oknem*

Jakże poruszający w tym kontekście jest fragment tekstu „Radość”, który z jednej strony uzmysławia nam fakt ogromnej czułości i bliskości, jakie mogą sobie dawać najbliższe osoby, a z drugiej strony zapowiada już teraz nieuchronny chłód rozstania:

*gładsz moją twarz
szczęśliwy
widzę jak zadrzały ci kąciki
ust
w uśmiechu i radości
że jesteśmy*

*jak będzie wyglądało
nasze pożegnanie które
nieuchronnie nadchodzi
z każdą minutą
wspólnego czasu*

Zaś w wierszu „Teraz” odnajdujemy przepiękny obraz wspólnie spędzanych chwil oraz czasu, który stanowi dla najbliższych osób przestrzeń intymności i prze-

strzeń spotkania:
*patrzmy na morze
wypatrując żaglowca
który regularnie płynie
w południe
ze wschodu na zachód
jak słońce*

Rozstanie jest niezwykle trudne. W metaforyczny sposób przywodzi na myśl chwilowy wyjazd lub podróz, o której nikt nie wyobraża sobie mówić w kategoriach „na zawsze”. Mówi o tym wiersz „W północy”:

*nie jedź daleko
wielki świat dzisiaj mały
ja nie zdołam zamknąć ci
świata
w dłoniach miłością
ogrzanych
niech czas nie zabiera mi
ciebie
choć zostawiłeś na szybko
krótki list
że wrócisz*

Postać ukochanego Męża pojawia się również w dramatycznym wierszu „Szukam”. Każda drobna informacja związana ze sposobem bycia ukochanego rodzi chęć drobiazgowych poszukiwań:

*gdy odchodziłeś padał śnieg
szukam
twoich śladów
może byłeś gdzieś blisko*

(...)
znajdę ślady i obrazy
w zapamiętaniu
nie uleczę nie znikną
w szarości dni i bezsennych
nocy

Przeświadczenie o tym, że nieustanny kontakt, pomimo odejścia, nadal istnieje, odnajdujemy w wierszu „Przesyłka”. Tak głębokiej relacji nie może zburzyć nawet śmierć:

*zimą pewnie przesłesz mi
światło
rozszczerzone
w diamentowym
okruczu lodu
marzę niech tak będzie*

Najbardziej poruszający w tej części tomiku jest wiersz „Jak rzeka”. Podmiotem lirycznym tego utworu jest osoba, która odeszła. Oto jak głębokie są teraz jej słowa:

*jestem daleko
tylko myślę możesz mnie
chwycić
jestem szeroką rzeką
na falach tęsknoty nie mogę
tu wrócić
(...)
jestem daleko
za granicą światła nieba
i ziemi
jestem milczeniem i ciszą
łżą słodką ci wrócić
z przestrzeni*

NADZIEJA PODA RĘKĘ

Trzecią część cyklu otwiera myśl Alberta Einsteina - „Życie jest jak jazda na rowerze. Żeby utrzymać równowagę, musisz być w ciągłym ruchu.” Ta część „Monologu na trzy” jest zapisem okresu emocjonalnego ukojenia oraz czasem ponownego wejścia w życie. Nawet bardzo proste sprawy naszej egzystencji uzyskują tu zupełnie inny wymiar. Oto w wierszu „Szafa” czytamy:

*czajnik gwizdże
wzywa do filiżanki czarnej
kawy
piję ją przewieszając sukienki
w mojej szafie*

Zaś w tekście „Huśtawka”, po przeżyciu tak wielu bolesnych doświadczeń, nadal zawieramy nas samych nadziei, która jest jedynym

ratunkiem w tak trudnych doświadczeniach związanych z odejściem najbliższej osoby:

*gdy fantazyjne korony
z głowy spadną
nadzieja poda rękę
wyniesie na powierzchnię*

Życie po stracie jawi się nam jako czas ponownego wejścia we wszystkie dobre i trudne realia naszego otoczenia. Czasami tak jak w wierszu „Adres” trzeba zupełnie zamknąć za sobą przeszłość:

*smutek wczorajszy
zamknę w sejfach
kody zapomnę
jak niewłaściwy adres*

Czas płynie wokół nas. Z jednej strony przynosi ulgę, a z drugiej strony pozwala nam odnaleźć drogę do samego siebie. Dowodem na to jest zwykły kalendarz, który staje się tematem wiersza o tym samym tytule:

*mój kalendarz jak rośliny
jednoroczna
kiełkuje rośnie i umiera
ważno-nieważny
czas snuje się w zapachu
dymu
jutro zapomnianym*

Oczywiście nadal pozostajemy w głębokiej tęsknocie za człowiekiem oraz za relacjami, które tak mocno wyrzeźbiły naszą tożsamość. Te przeżycia pozostawiają w nas niezatarte ślady. W wierszu „Ślepcy” Poetka określa to w następujący sposób:

*czas pozwala by
odejść z przestrzeni
neuronów
nie wraca się stamtąd
łatwo*

Serdecznie polecam Drogim Czytelnikom lekturę tryptyku „Monolog na trzy” Bożeny Węgrzynek. Wejście razem z Poetką w radość egzystencji, nieuniknione doświadczenie rozstania oraz w przestrzeń pocieszenia i powrotu do realnego życia, pozwala nam poprzez te niezwykle teksty głębiej doświadczyć własnego losu oraz życia zawieszzonego pomiędzy tym, co teraz, a tym, co potem.

Tryptyk „Monolog na trzy” to tomik poezji, który przez cały czas jest przy mnie blisko. Gdy po raz pierwszy poznawałem zawarte w nim teksty czytałem je z ogromnym namaszczeniem. Wiersz po wierszu. Nie chciałem uronić z nich żadnych ważnych informacji zawartych w przekazanych mi tekstach.

Listopad skłania nas do zadumy nad życiem najbliższych, którzy już od nas odeszli. We wstępie do tryptyku mieszkająca w Wildze Poetka wyznaje, iż jest on poświęcony w całości zmarłemu Mężowi - Zbigniewowi, z którym przeżyła prawie czterdzieści lat. Znajdziemy tam również ważne informacje związane z historią powstania tego tomiku: „umieściłam tu wiersze białe, wolne od rymu, wolne od rytmu, jednak najmocniej osadzone w mojej głowie. Nie uwolniłam się od realiów. Słowa same spływały mi do tekstów. Powstawały w różnym czasie, w różnych okolicznościach. (...) To przecież Ty, Zbigniu, przekazałeś mi, że powinienam je wydać. Ciągle czuwasz nade mną. I niech tak będzie”.

CAŁA EGZYSTENCJA JEST PEŁNA RADOŚCI

Pierwsza część tomiku „Monolog na trzy” to poetycki pean na cześć przyrody, która zachwyca swoim pięknem. Oto w wierszu „Jeszcze...” doświadczamy zmiany perspektywy, w której zupełnie inaczej możemy postrzegać otaczający nas świat:

*borówek ślimaki nie jedzą
odbijają się w ich oczach
zalatnie
woskowa czerwień
uwodzi promienie słońca*

21 - 27 listopada 2025

dodatek
TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

Treść programu i foto dzięki uprzejmości: Prasowej Agencji Telewizyjnej, Polsatu, TVP1, TVP2, TVN, TV4, TVN7, TV Puls, TV Trwam, TVP Kultura INFORMUJEMY, ZE 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.

Piątek

20:00 **Słodki listopad**
Melodramat, USA, 2001
TVN 7

Nelson Moss ma wszystko, z wyjątkiem ludzkich uczuć. Przystojny, bogaty, odnosi sukcesy w świecie reklamy, jest panem świata, przynajmniej we własnym mniemaniu. Nelson całą uwagę skupia na sobie i na pracy, w której liczą się tylko kolejne sukcesy, bowiem o porażkach nie może być mowy. O sprawach przyziemnych pamięta jego sekretarka. To ona przypomina Nelsonowi, że właśnie skończyła się ważność jego prawa jazdy. Nelson nie ma wyjścia, musi zdać egzamin. Wśród osób zdających wspólnie z nim jest Sara, czarująca blondynka...

Sobota

21:25 **Nietykalni**
Biograficzny, dramat, komedia, Francja, 2011
TVN

Film, który stał się sensacją nad Sekwaną - pobił wszelkie rekordy frekwencyjne i pobił amerykańskie hity. Sparaliżowany milioner, poruszający się na wózku inwalidzkim, zatrudnia do pomocy czarnoskórego chłopaka z przedmieścia, który właśnie opuścił więzienie. Dwaj bardzo różni mężczyźni wkrótce się zaprzyjaźniają. Film wywołał wielki skandal w USA, gdzie oskarżono twórców o rasizm.
INNE DATY EMISJI: CZWARTEK, 22:45

Niedziela

00:00 **25 lat niewinności: Sprawa Tomka Komendy**
Dramat, Polska, 2020
TVN

Tomasz Komenda miał 23 lata, kiedy jego normalne życie zostało brutalnie przerwane. Z dnia na dzień został zatrzymany, wtrącony do więzienia i oskarżony o morderstwo. Kolejne ekspertyzy potwierdziły jego udział w zbrodni, a wszelkie dowody działały na jego niekorzyść. Przez blisko dwie dekady więzienia był bity, zastraszone, upokarzany i zdany tylko na siebie. W końcu, po 18 latach odsiadki, na jego drodze pojawili się prokuratorzy i policjant, którzy postanowili odkryć prawdę stojącą za zagadkową sprawą zatrzymanego.

Poniedziałek

21:35 **Skazani na Shawshank**
Dramat, sensacyjny, USA, 1994
TVN

Dramat na podstawie opowiadania Stephena Kinga o niesłusznie skazanym na dożywocie mężczyźnie, który stara się przetrwać w więziennej rzeczywistości. Przejmująca opowieść o nadziei, przyjaźni i pokucie za murami więzienia o zaostrożnym rygorze. Odsiadujący dożywocie Red (Morgan Freeman) i Andy Dufresne (Tim Robbins), bankier niesłusznie skazany za morderstwo, tworzą nieprawdopodobną więź, która przetrwa ponad dwadzieścia lat. Wspólnie odkrywają, że nadzieja to ostateczny sposób na przetrwanie w przerażających warunkach i stale obecnym zagrożeniu.

Wtorek

23:40 **Dziesięcioro przykazań (cz. 1)**
Dramat, biblijny, USA, 1956
TVP 1

Biblijna opowieść o życiu Mojżesza, który wychowany na dworze faraona, odrzuca bogactwo i zaszczycy. Jego celem jest poprowadzenie swojego ludu ku wolności. Po wielu dniach błąkania się po pustyni, Mojżesz trafia do oazy beduina Jetra na stóp góry Synaj i godzi się poślubić najstarszą z jego siedmiu córek, Sefore. Na zboczach góry Mojżesz widzi płonący krzew i po raz pierwszy rozmawia z Bogiem, który nakazuje mu wyprowadzenie z niewoli egipskiej naród Izraela. Po powrocie do Egiptu, Mojżesz znów musi stawić czoła Ramzesowi.

Środa

00:35 **Klatka dla ptaków**
Komedia, dramat, USA, 1996
TVP KULTURA

Val zaręcza się z córką konserwatywnego senatora. Problem w tym, że jego ojciec jest gejem prowadzącym klub nocny.
INNE DATY EMISJI: WTOREK, 21:10

Czwartek

00:10 **Apocalypso**
Dramat, przygodowy, USA, 2006
TVP 2

Zrobiony z rozmachem, widowiskowy dramat przygodowy „Apocalypso” ma na koncie wiele prestiżowych wyróżnień, w tym 3 nominacje do Oscara za dźwięk, montaż dźwięku, charakterystyczny oraz jedną do Złotego Globu za najlepszy film zagraniczny. Główny wątek został osadzony w realiach owianej legendą cywilizacji Majów, nietkniętej jeszcze obcymi wpływami. To przedstawiona w konwencji przygody opowieść o życiu codziennym Majów, o ludzkich dramatach, namiętnościach oraz walce na śmierć i życie, toczonej się w samym sercu dżungli.

PIĄTEK • 21 listopada

TVP 1	TVP 2
<p>05:30 Wichrowe wzgórze - serial</p> <p>06:15 Akacja 38 - serial, 2017</p> <p>07:00 Transmisja Mszy Świętej</p> <p>07:30 Agape Blisko Ciebie - mag.</p> <p>08:00 Serwis Info; Pogoda Info</p> <p>08:20 Okrasa łamie przepisy</p> <p>09:00 Ranczo - serial., 2006</p> <p>10:05 Komisarz Alex - serial krym.</p> <p>11:00 Ojciec Mateusz - serial</p> <p>12:00 Serwis Info</p> <p>12:10 Agrobiznes</p> <p>12:30 Agropogoda - magazyn</p> <p>12:35 Magazyn Rolniczy</p> <p>12:50 Królestwo mokradeł - dokument, Franc., 2024</p> <p>14:00 Wichrowe wzgórze - serial</p> <p>15:00 Serwis Info</p> <p>15:15 Reporterzy - magazyn</p> <p>15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej</p> <p>16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja</p> <p>17:00 Telexpress; Pogoda</p> <p>17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny</p>	<p>04:40 Na dobre i na złe - serial</p> <p>05:35 M jak miłość - serial, 2022</p> <p>06:25 Anna Dymna - spotkajmy się</p> <p>06:55 Dla nieszyjących - Barwy szczęścia - serial obcy., 2025</p> <p>07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz</p> <p>11:50 Jedzenie ma znaczenie</p> <p>12:30 Kolo fortuny - teleturniej</p> <p>13:15 Miłość i nadzieja - serial obcy., Turcja, 2022</p> <p>14:00 Va Banque - teleturniej</p> <p>14:35 Na sygnale - serial fabularny</p> <p>15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023</p> <p>16:00 Kolo fortuny - teleturniej</p> <p>16:35 Familiada - teleturniej</p> <p>17:20 Miłość i nadzieja - serial obcy., Turcja, 2022</p>

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny

05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy

06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy

07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny

11:40 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy

13:55 The Floor - teleturniej

14:35 Ukryta prawda - program obyczajowy

16:50 Szpital św. Anny - program obcy.

17:55 Detektywi - program kryminalny

19:00 Fakty

19:30 Sport

19:35 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich

19:40 Pogoda

19:50 Uwaga! - program interwencyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień

08:00 Halo tu Polsat - poranny program informacyjny-rozrywkowy

11:30 Glińiarze - W podwarszawskiej wsi dochodzi do brutalnego ataku nożownika. Czterooosobowa rodzina zostaje zmasakrowana w trakcie snu.

14:40 Milordzie? - serial paradokumentalny

15:50 Wydarzenia - program informacyjny

16:15 Pogoda

16:20 Interwencja - magazyn reporterów

16:30 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy. Rodzice 17-letniej Beaty Zagórskiej zginęli w wypadku samochodowym. Policja zawozi zapłakaną dziewczynę do siostry jej matki, Lucyny, która jest jej chrześną.

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra

06:15 Muzyczne poranki

06:55 Tamte lata, tamte dni - Izabela Trojanowska

07:35 Łódź filmowa - dokument, Polska, 2017

08:20 Wstęp wolny

08:45 Którędy po sztukę - Alina Szapocznikow - Przyjaźń - magazyn

09:00 Pan zwał, Milordzie? - Tajemniczy napis - serial kom., Wilk. Bryt., 1988

10:00 Informacje kulturalne

10:15 Niepojęte - Georg Wilhelm Friedrich Hegel - felieton

10:35 Credo - Krzysztof Penderecki - koncert, 2003

11:35 Portrety - Stefana Żeromskiego dusza rozdarta - dok., Polska, 2005

12:45 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka - mag.

13:20 Musicale. Śpiewa Zdzisława Sosnicka - koncert, 1989

TV Puls

06:00 Nash Bridges - serial krym.

08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kostiumowy

09:00 Unforgettable: Zapisane w pamięci - serial krym.

11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy

13:50 Lombard. Życie pod zastaw - 36-letni Witold Stolarczyk jest mężem młodszej od niego o 4 lata Agaty i ojczymem jej córki Dominiki, która właśnie suknie się do komunii. Dla Witka, „najbogatszego faceta” w okolicy, uroczystość jest okazją do pokazania swojej zamożności.

TVN 7

05:25 Szkoła - Asia Stepien z 2a gimnazjum jest nową uczennicą. Nastolatka wygląda na starszą niż jej rówieśniczki. Wkrótce poznaje licealce, który proponuje jej spotkanie.

08:20 Ukryta prawda - program obyczajowy

11:25 W-11 Wydział Śledczy - W parku miejskim zostaje znaleziona brutalnie pobita dziewczyna. W stanie ciężkim trafia do szpitala. Komisarze ustalają, że cztery lata wcześniej została zamordowana jej siostra.

12:55 Detektywi - Detektywi poszukują Agaty Stec. Kobieta 15 lat temu porzuciła rodzinę i córkę Marysię i wyjechała za granicę. Kiedy córka odnalazła ją, Agata postanowiła przyjechać do Polski

TV 4

06:00 łowcy skarbów. Kto da więcej **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **14:55** Ktoś tu kłamie? **16:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy **22:05** Speed 2: wyścig z czasem - sens., USA, 1997

00:40 STOP Drogówka - serial policyjny **01:40** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:40** Interwencja - magazyn reporterów **03:00** Śmierć na 1000 sposobów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy

18:10 Klan - telenowela TVP

18:45 Akacja 38 - serial, 2017

19:30 Program inform. **19:30**

19:55 Pytanie dnia

20:10 Sport

20:15 Pogoda

20:30 Zaraz wracam - serial, 2025

21:10 Komisarz Alex - serial kryminalny

22:10 Biały potok - komediodramat, Polska, 2021

23:40 Czarna śmierć - serial, 2025

00:35 Wykrywacz kłamstw - magazyn

01:00 Replikant - fab., USA, 2001

02:50 Sekielski wieczorową porą - talk-show

03:55 Tacy byliśmy Na wakacjach - reportaż

18:15 Va Banque - teleturniej

18:50 Jeden z dziesięciu - telet.

19:25 Barwy szczęścia - serial obcy., 2025

19:55 Domowe patenty - felieton

20:05 Barwy szczęścia - serial obcy., 2025

20:45 Postaw na milion - teleturniej

21:45 Tak to leciało - teleturniej muzyczny

22:45 To jest grane - magazyn muzyczny

23:25 James Bond - Tylko dla twoich oczu - sens., USA, 1981

01:40 Moja super eksdziewczyna - komedia, USA, 2006

03:25 Akacja 38 - serial kostiumowy, 2016

20:00 Akademia pana Kleksa - film, Polska, 2023. Wyobraź sobie świat, który tworzy nieograniczoną niczym wyobraźnia. Świat, w którym możesz poczuć zapach koloru i usłyszeć jego smak. To świat narysowany umysłem dziecka...

22:55 Jestem legendą - SF, USA, 2007

00:55 Kuba Wojewódzki - talk-show

02:10 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy

03:10 Skazana - serial, Polska

04:05 Uwaga! - program interwencyjny

04:25 Nauka jazdy - reality show

05:00 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy

17:00 Glińiarze - serial paradokumentalny

18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy

18:50 Wydarzenia - program informacyjny

19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia

19:35 Sport

19:40 Pogoda

20:00 Kiler-ów 2-6ch - kom., Polska, 1999

22:40 Łowca i Królowa Łodu - sens., USA, 2016

01:00 Warcraft: Początek - sens., Chiny, USA, Kan., Jap., 2016

03:40 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy

04:35 Disco Gramy - program muzyczny

05:25 Telezakupy TV Okazje

14:20 Afera Thomasa Crowna - fab., USA, 1968

16:10 Benefis Bogusława Kaczyńskiego - 2004

18:25 Kolekcja - Ryszard Winiarski - felieton

18:45 Legendy opery - Andrea Bocelli - dok., Wilk. Bryt., 2018

19:35 EnergaCAMERIMAGE - Studio festiwalowe

20:00 Matka siedzi z tyłu - fab., Estonia, Islandia, 2022

22:15 Tygodnik Kulturalny

23:10 Igła - sens., USA, 1981

01:15 Noc krótkich filmów

01:55 Mała mama - fab., Franc., 2021

03:25 Porozmawiajmy szczerze

04:05 Łódź kultury

04:45 Teledyski

15:50 Ranczo - serial kom., Polska

18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument

20:00 Momentum - akcja, USA, RPA, 2015

22:00 Angielska robota - akcja, USA, Wilk. Bryt., Australia, 2008

00:10 Po prostu walcz 2 - akcja, USA, 2011. Czwórka studentów, pochodzących z różnych środowisk, spotyka się, by razem pod okiem Case'a Walkera przygotować się do finału podziemnych rozrywek MMA.

02:20 Menu na miarę - program kulinarny

03:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument

04:00 Menu na miarę

05:00 Dyzur - serial medyczny

14:55 Szpital św. Anny - serial obcy., Polska

15:55 Sąd rodzinny - program sądowy

16:55 Sekrety życia - serial paradokumentalny

17:55 Zagadki losu - program obcy.

19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 Słodki listopad - melodramat, USA, 2001

22:35 Ślub od pierwszego wejścia - reality show

23:35 Dwa tygodnie na miłość - kom., USA, 2002

01:50 Ukryta gra - sens., Polska, USA, 2019

03:50 Osadzone. Blok F - program obcy.

04:20 Druga strona medalu - talk-show

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** Edek - idol na dziś **13:30** Msza św. **14:30** Drzwi do lasu **15:55** 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** Katolicy a tożsamość Europy **17:00** Słodki listopad - nie może być jak Bóg - rozmowa z J. Em. Ks. Kard. Gerhardem Müllerem **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Westerplatte **20:00** Inf. dnia **19:00** Warto zauważyć... **19:30** Brat Franciszek **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Mysłąc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Informacje dnia

SOBOTA • 22 listopada

TVP 1
 04:40 Spona - kom., Polska, 1998
 06:20 Balans bieli - magazyn
 07:00 Transmisja Mszy Świętej
 07:40 Rok w ogrodzie
 08:05 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
 08:20 Pelnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych
 08:55 Ranczo - serial obycz., 2006
 09:55 Komisarz Alex - serial krym.
 10:55 Ojciec Mateusz - serial krym.
 11:55 Gwiazdy w południe - W samo południe - western, USA, 1952
 13:25 Dobre strony - Kasia Lins i Piotr Domalewski - rep.
 13:45 Na granicy wymarcia - Łuskowiec - dok., Austria, 2024
 14:25 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
 15:00 Rolnik szuka żony - reality show

TVP 2
 05:15 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial, Polska, 2025
 06:30 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial obyczajowy, Polska, 2025
 07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny
 11:15 Domowe patenty - felieton
 11:30 Górna półka smaku - cykl kulinarno-detektywistyczny
 12:10 Postaw na milion - teleturniej
 13:05 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022
 14:00 Familiada - teleturniej
 14:35 Koło fortuny - teleturniej
 15:15 Szansa na sukces. Opole 2026 - widowisko muzyczne



16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
 17:00 Teleexpress
 17:20 Pogoda
 17:35 Ojciec Mateusz - serial
 18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
 19:30 Program inform. 19.30
 19:55 Pytanie dnia
 20:05 Sport
 20:10 Pogoda
 20:25 Profilerka Jastrzę - serial, 2025
 21:25 Hit na sobotę - Hotel Mumbai - dramat, Australia, USA, Indie, 2018
 23:40 Konwalia - thriller, Polska 2016
 01:15 Sprawdzamy - magazyn
 01:40 Ranczo Wilkowyje - kom., Polska, 2007
 03:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny



16:20 Na dobre i na złe - serial
 17:20 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022
 18:15 Va Banque - teleturniej
 18:50 Słowo na niedzielę
 19:00 Informacje kulturalne
 19:25 Rodzinka.pl - serial komediowy
 20:30 The Voice of Poland - Live - widowisko muzyczne
 23:35 Szpieg, który mnie rzucił - kom., USA, 2018. Dwie przyjaciółki zupełnie niespodziewanie zostają uwikłane w międzynarodową aferę kryminalną.
 01:45 Skandal w hrabstwie Yuba - kom., Wlk. Bryt., USA, 2021
 03:25 Rodzinka.pl - serial komediowy.

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
 05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
 11:30 Na Wspólnej Omnibus - serial obycz., Polska
 13:25 MasterChef - program kulinarno-rozrywkowy. Uczestnicy przeniosą się do słonecznej Andaluzji, gdzie czekają ich emocje, smaki i widoki, których długo nie zapomną.
 14:55 Unboxing - Wielkie Otwarcie - reality show
 15:35 Skoki narciarskie: Puchar Świata, Lillehammer
 18:25 The Floor - teleturniej
 19:00 Fakty
 19:30 Sport



19:40 Pogoda
 19:45 Afryka Express - reality show
 21:25 Nietylki - obycz., Franc., 2011
 23:40 Dom dobry - kulisy produkcji
 23:50 Amnezja - sens., USA, Niemcy, 2004. Świeżo upieczona inspektor policji Jessica Shepard ma rozwiłkać zagadkę seryjnych morderstw. Wkrótce Jessica dokonuje szokującego odkrycia...
 01:55 Skazana - serial, Polska
 03:55 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
 04:55 Uwaga! - program interwencyjny
 05:15 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień
 08:00 Halo tu Polsat - program informacyjno-rozrywkowy
 11:15 Ewa gotuje - program kulinarny. Tym razem Ewa Wachowicz zacznie od potrawy mocno rozgrzewającej i energetycznej. Potem przygotuje coś dla wegetarian, a na słodko szybkie ciasto o smaku pomarańczy.
 11:45 Awantura o kasę - teleturniej
 12:50 Kochaj albo rzuć - kom., Polska, 1977
 15:30 Chłopaki do wzięcia - serial parodokumentalny
 16:30 Randka w ciemno - Dzisiaj 65-letni Marian - studniarz, lubiący adrenalinę - da szansę trzem niewiastom.
 17:30 Awantura o kasę - teleturniej



18:50 Wydarzenia - program informacyjny
 19:15 Prezydenci i Premierzy - rozmowy Jarosława Gugały
 19:30 Sport
 19:45 Pogoda
 19:55 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni. Nad mętną rzeką
 21:55 Bez litości 2 - sens., USA, 2018
 00:25 Poranek kojota - kom., Polska, 2001. Kuba jest gotowy zaryzykować wszystko dla uczucia, które pojawia się w jego życiu.
 02:35 Świat według Kiepskich - serial komediowy
 04:40 Disco Gramy - program muzyczny
 05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Powrót muszkietierów - film kostiumowy, Franc., Wlk. Bryt., Hiszp., 1989
 07:55 Informacje kulturalne
 08:25 Credo - Krzysztof Penderecki - koncert, 2003
 09:30 Lekcja sztuki według Ricarda - dokument, Franc., Szwajc., 2023
 11:30 Tajemnica zaginionych skarpetek - anim., Estonia, 2023
 12:00 Niedźwiedzia i Ptak - anim., Franc., 2024
 12:40 Legendy opery - Andrea Bocelli - dok., Wlk. Bryt.
 13:40 Pięć dekad z teatrem. Jubileusz Janusza Opryńskiego - reportaż
 14:15 Pieśń triumfującej miłości - film TVP, 1967
 14:55 Na tropie różowej Pantery - kom., USA, 1982
 16:50 Tamte lata, tamte dni - Andrzej Poniedziałki - magazyn



17:30 Afera Thomasa Crowna - fab., USA, 1968
 19:20 Dzień z życia artysty - Andrzej Sikorowski - magazyn
 20:00 Bilet do kina - Wszyscy wiedzą - fab., Hiszp., Franc., Włochy, 2018
 22:20 Wodecki Twist - Nikt nie opowiada tak, jak Ty - widowisko
 23:20 Wieczór kinomana - Matka siodzi z tyłu - fabulary, Estonia, Islandia, 2022
 01:35 Dobry tytuł - magazyn literacki
 02:15 Kino nocne - Zimowi ludzie - fab., USA, 1989
 04:20 Nocny dokument - Ucieczka na Srebrny Glob - dok., Polska, 2021

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny. Paul i Semir zostają świadkami porwania. Paul zauważa na autostradzie tajemniczą kobietę w letniej sukience. Czy postać jest tylko wytworem jego wyobraźni?
 09:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
 10:00 Lombard. Życie pod zastaw - 26-letnia Amanda to puszysta dziewczyna, która nie ma żadnych kompleksów związanych ze swoją wagą i z radością występuje w reality show „Słub na wagę złota”.
 20:00 Krocząc wśród cieni - akcja, USA, 2014. Matt Scudell zakończył swoją karierę w policji i obecnie pracuje jako prywatny detektyw. Pewnego dnia dostaje szalenie trudne zlecenie.



22:15 Lodowy szlak - akcja, USA, 2020. W jednej z kanadyjskich kopalni doszło do potężnej eksplozji, w wyniku której grupa pracowników została uwięziona w śmiertelnej pułapce. Aby ich uratować, konieczne jest dostarczenie specjalnego sprzętu.
 00:40 Pora odkupienia - akcja, USA, 2022. Najlepszy egzekutor pracujący dla mafii w Miami, Cuda spotyka na swojej drodze nastoletnią uciekinierkę Billie.
 02:20 Dyzur - serial medyczny
 03:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
 04:00 Menu na miarę - program kulinarny
 05:00 Dyzur - serial medyczny

TVN 7

05:30 Wiza na miłość - serial parodokumentalny
 06:35 New Looney Tunes III - animacja
 06:50 Batman Forever - przygod., USA, 1995. Świat Batmana to w rzeczywistości dwa światy, dzienny i nocny. W jednym bohater jest bogatym filantropem, w drugim - pogromcą zła, nieugiętym obrońcą sprawiedliwości.
 09:20 Bez kompleksów - program rozrywkowy
 10:25 Ukryta prawda - program obyczajowy
 11:25 Mówię Wam - talk-show
 12:35 Top Model - reality show
 13:55 Zróbmy sobie dom - program rozrywkowy
 15:00 Detektywi - Do detektywów zgłasza się młody mężczyzna, który martwi się nagłym zniknięciem koleżanki. Kobieta nie pojawiła się w pracy i nie odbiera telefonu.



18:00 Bez kompleksów - program rozrywkowy
 19:00 Idź na całość - program rozrywkowy
 20:00 Sherlock Holmes - sens., USA, Wlk. Bryt., Niemcy, 2009. Nowa opowieść o najgenialniejszym detektywie wszech czasów. Sherlock i jego przyjaciel, dr Watson, doprowadzają do aresztowania i stracenia przestępcy, lorda Blackwooda...
 22:50 Grawitacja - SF, USA, Wlk. Bryt., 2013
 00:40 Small World - sens., Polska, 2021
 03:00 Pati - serial obyczajowy
 04:00 Fachowcy - program parodokumentalny
 04:40 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show 07:00 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki 11:05 JesteśmyDlaDzieci - program edukacyjny
 11:30 Miodowe Lata - serial komediowy 12:25 Speed 2: wyjść z czasem - sens., USA, 1997 14:55 Policjantki i Policjanci - serial parodokumentalny 20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny
 00:00 Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy 02:05 STOP Drogówka - serial policyjny 03:15 Interwencja - magazyn reporterów 03:25 Lubię disco! - program muzyczny 04:25 Top 10 - Lista Przebojów - program muzyczny 05:30 Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:00 Telewizyjny Uniwersytet Biblijny 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 Dzielnia niewiasta 15:15 Mateczniki Polkości 15:30 Wierzę w Boga 16:00 Inf. dnia 16:10 Historia PL 17:00 Siostry na posterunku 17:30 Przelamując 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.

NIEDZIELA • 23 listopada

TVP 1
 05:25 Sprawa dla reportera
 06:20 Słownik polsko-opolski - talk-show prof. J. Miodka
 06:55 Słowo na niedzielę
 07:00 Transmisja Mszy Świętej
 08:00 Tydzień
 08:35 Daleko od szosy - serial
 10:00 Ojciec Mateusz - serial krym.
 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 Pielgrzymi Nadziei - rep.
 13:10 Planeta Ziemia III - Pustynie i sawanny - dok., Wlk. Bryt., 2023
 14:05 Fascynujący sad - Jesień, Zima - dok., Niemcy, 2019
 14:30 Biały potok - komediodramat, Polska, 2021
 16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
 17:00 Teleexpress
 17:20 Pogoda

TVP 2
 04:00 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
 05:45 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial obyczajowy, Polska, 2025
 06:45 Operacja zdrowie - magazyn medyczny
 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 cz. I - widowisko muzyczne
 12:35 The Voice of Poland - Live cz. II - widowisko muzyczne
 14:00 Familiada - teleturniej
 14:35 Koło fortuny - teleturniej



17:35 Daję słowo - Maciej Orłoś - Włodzimierz Zientarski - talk-show
 18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
 19:30 Program inform. 19.30
 19:55 Pytanie dnia
 20:05 Sport
 20:10 Pogoda
 20:25 Czarna śmierć - serial, 2025
 21:25 Rolnik szuka żony - reality show
 22:25 Wydarzenie aktualne
 22:50 Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu - komedia, USA, 2015
 00:35 Hotel Mumbai - dramat, Australia, USA, Indie, 2018
 02:45 Konwalia - thriller, Polska, 2016
 04:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny



15:10 Szansa na sukces. Opole 2026 - widowisko muzyczne
 17:20 Zaślubiona - serial, Włochy, 2022
 18:20 Rodzinka.pl - serial kom.
 18:55 Niepewne sytuacje - program rozrywkowy,
 19:10 James Bond - Tylko dla twoich oczu - sens., USA, 1981
 21:30 Feel na dobry wieczór - widowisko muzyczne
 22:35 Herkules - film fantasy, USA, 2014
 00:25 Będziemy mieszkać razem - serial obycz. TVP, 2023
 01:25 Szpieg, który mnie rzucił - komedia, USA, 2018
 03:35 Akcja 38 - serial kostiumowy, 2016

TVN

05:45 Uwaga! - program interwencyjny
 06:00 Batwheels I - animacja
 06:15 Ukryta prawda - program obyczajowy
 07:10 Magda gotuje internet - program kulinarno-rozrywkowy
 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
 11:25 Co za tydzień - magazyn rozrywkowy
 12:00 Afryka Express - reality show
 13:35 Tom i Jerry - film rodzinny, USA, 2021. Jerry odbiera sobie za mieszkanie najlepszy hotel w Nowym Jorku w przeddzień mającego się tam odbyć „ślubu stulecia”. Tym samym zmusza zdesperowaną organizatorkę wesela do zatrudnienia Toma w celu przybycia się gryzonia.



15:40 Skoki narciarskie: Puchar Świata, Lillehammer
 18:25 The Floor - teleturniej
 19:00 Fakty
 19:30 Sport
 19:40 Pogoda
 19:45 MasterChef - program kulinarno-rozrywkowy
 21:20 Akademia pana Kleksa - film, Polska, 2023
 00:00 25 lat niewinności: Sprawa Tomka Komendy - obycz., Polska, 2020
 02:30 Superwizjer - magazyn reporterów
 03:15 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
 04:15 Uwaga! - program interw.
 04:35 Nauka jazdy - reality show
 05:05 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień
 08:00 Halo tu Polsat - poranny program informacyjno-rozrywkowy
 11:00 Shrek 3 - D - anim., USA, 2003
 11:15 Kung Fu Panda 3 - anim., Chiny, USA, 2016
 13:35 Osobliwy dom pani Peregrine - sens., USA, Wlk. Bryt., Belgia, 2014. Nastoletni chłopiec o imieniu Jake głęboko przeżywa śmierć swojego dziadka. Podążając za pozostawionymi przez niego wskazówkami, udaje się na tajemniczą wyspę - gdzieś w Walii.
 16:20 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
 17:30 Awantura o kasę - teleturniej
 18:50 Wydarzenia - program informacyjny
 19:20 Sport



19:25 Pogoda
 19:30 Państwo w Państwie - program interwencyjny
 20:00 Misie - kom., Polska, 2025
 22:10 Kiler-ów 2-óch - kom., Polska, 1999. Jurek Kiler wraz z narzeczoną Ewą stoją na czele prestiżowej fundacji, która wspiera organizacje państwowe. Ale nie zapomnieli o nim przebywający w więzieniu gangster Siara i wychodzący na przepustkę, Lipski.
 00:50 Last Christmas - kom., Wlk. Bryt., USA, Chiny, 2019
 03:00 Świat według Kiepskich - serial komediowy
 04:40 Disco Gramy - program muzyczny
 05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

05:50 Zbigniew Wodecki - rep.
 06:55 Rozmowy (nie)wygodne - Marek Sekielski
 07:50 Marcelli Szpak dziwi się światu - Rozmaitości świata - animowany, 1985
 08:00 Nabożeństwo Kościoła Chrześcijańskich
 09:05 Niepojęte - Soren Kierkegaard - felieton
 09:20 Nowa droga Kościoła. Nicaea 325 - reportaż
 09:50 Wielcy mistrzowie malarstwa - Toulouse Lautrec - serial dok., Franc.
 10:55 Wstęp Wolny - felieton
 11:15 Pan wzywał, Mildordzie? - Tajemniczy napis - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
 12:30 „...bo to życie to bal jest nad bale...” - 2005
 13:20 Muzyka w zabytkach: Muzyka Brugii - dok., Franc., 2022
 14:15 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn



14:55 Wojna światów - SF, USA, 1953
 16:35 Dobry tytuł - magazyn
 17:15 Niedziela z... Ewą Bem
 18:05 Antyestymenty, albo miłość jest jak niedziela
 18:40 Niedziela z... Ewą Bem - Ewa Bem - koncert
 20:00 W upalną noc - film kryminalny, USA, 1967
 22:00 Więcej niż fikcja - The Rolling Stones - dok., Wlk. Bryt., 2022
 23:15 Noc krótkich filmów - Ostatnie śniegi - 2020
 24:00 Wodecki Twist - Nikt nie opowiada tak, jak Ty
 01:00 Kino nocne - Carrie - fab., USA, 1976
 02:55 Niedziela z... Ewą Bem
 03:50 Lekcja sztuki według Ricarda - dok., Franc., 2023

TV Puls

05:50 Nash Bridges - Nash i Joe próbują powstrzymać przestępcę, który uciekł z policyjnego aresztu i za wszelką cenę stara się pomścić śmierć swoich rodziców.
 06:45 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
 07:35 Kobra - oddział specjalny - Podczas jazdy autostradą, Paul i Semir zauważają podejrzaną samochód. Okazuje się, że znajduje się w nim porwany przedsiębiorca.
 09:30 Ranczo - serial kom., Polska
 14:35 Agent XXL - kom., USA, 2000. Agent FBI Malcolm Turner, mistrz kamuflażu, wraz z partnerem John wyrusza do małego miasteczka w Georgii, by schwytać zbiegłego recydywistę Lestera Vesco



16:40 Naga broń: Z akt Wydziału Specjalnego - kom., USA, 1988
 18:25 Johnny English - kom., Wlk. Bryt., 2003. Johnny English niespodziewanie zostaje mianowany super-agentem po tym, jak Agent One zostaje zamordowany, a reszta agentów ginie na jego pogrzebie.
 20:00 Ultimatum - akcja, USA, 2023
 21:50 Księga luster - thriller, Australia, USA, 2024
 23:55 Lwie serce - akcja, USA, 1990
 02:00 Dyzur - serial medyczny
 03:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
 03:50 Menu na miarę - program kulinarny
 05:00 Dzielnica strachu - serial

TVN 7

05:10 Wiza na miłość - serial parodokumentalny
 06:15 New Looney Tunes III - animacja
 06:30 Zróbmy sobie dom - program rozrywkowy
 07:35 W krzywym zwierciadle: Europejskie wakacje - kom., USA, 1985. Clark i Ellen fundują sobie i dzieciom wspaniałe wakacje. W planach mają zwiedzanie Londynu, Paryża, Rzymu i kilku miejsc w Niemczech. Niestety już od początku podróży zaczynają piętyrzyć się kłopoty.
 09:30 Unboxing - Wielkie Otwarcie - reality show
 10:10 Ukryta prawda
 14:20 Detektywi - Bokser z hotelu należącego do 40-letniego Piotra Sikory znikła młody bokser, Patryk Dębski. Okazuje się, że ktoś groził chłopakowi



16:20 Poukładani - program lifestylowy
 16:55 Aquaman - przygod., USA, Australia, 2018
 20:00 Diuna - SF, USA, Wlk. Bryt., Kan., 2021. Diuna opowiada historię niezwykłej, pełnej przygód i emocji podróży Paula Atrydy. Temu genialnemu i utalentowanemu młodemu człowiekowi pisane jest wspaniałe przeznaczenie, którego on sam nie jest w stanie pojąć.
 23:20 Ostatni skaut - sens., USA, 1991
 01:40 Usterka - poradnik
 04:20 Fachowcy - parodokument
 05:00 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show 07:00 Wielkie tajemnice historii 08:50 Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki 11:50 Obłędny rycerz - kom., USA, 2001
 14:40 Kod niemierności - sensacyjny, USA, Kanada, Francja, 2011 16:35 Piąta fala - sensacyjny, USA, Wielka Brytania, 2016 18:55 Uroczysko - serial kryminalny 20:00 Sprawiedliwi. Trójmiasto
 00:00 STOP Drogówka - serial policyjny 01:10 Powrót do przeszłości - program dokumentalny 02:55 Interwencja - magazyn reporterów 03:25 Lubię disco! - program muzyczny 04:25 Top 10 - Lista Przebojów - program muzyczny 05:30 Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:25 Przegląd Tyg. „Niedziela” 09:30 Msza św. 10:30 Msza św. 12:00 Anioł Pański z Ojcem Św. Leonem XIV 12:15 Papież Polak do Rodaków 12:50 Dni Polskie w Bawarii 14:00 25-lecie Intronizacji Chrystusa Króla w archidiecezji warmińskiej 15:00 Wiś to też Polska 16:00 Inf. dnia 16:10 Koncert zyczeń 16:50 Mateczniki Polkości 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 Moja Katolicka Rodzina 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? 23:00 Jak my to widzimy 23:30 Tam, gdzie Bóg płacze

PONIEDZIAŁEK • 24 listopada

TVP 1 **TVP 2**

05:25 Wichrowe wzgórce - serial
06:10 Akacja 38 - serial, 2017
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Studio Raban - magazyn
08:00 Serwis Info
08:10 Pogoda Info
08:20 Zaraz wracam - serial, 2025
09:00 Ranczo - serial obyczaj., 2006
10:00 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:40 Magazyn Rolniczy
12:55 Planeta Ziemia III
 - Pustynie i sawanny
 - dok., Wlk. Bryt., 2023
14:00 Wichrowe wzgórce
 - serial obyczaj., Turcja, 2024
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
 - teleturniej
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja



17:00 Telexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia?
 - teleturniej muzyczny
18:10 Klan - telenowela TVP
18:35 Flesz
18:45 Akacja 38 - serial, 2017
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia
20:10 Sport; Pogoda
20:30 Teatr; Telewizji - Matka Joanna od Aniołów - 2025
22:30 Lepsza strona świata
 - dok., Polska, 2025
23:40 Balans bieli - magazyn
00:15 Wykrzywacz kłamstw
00:40 Zwerbowana miłość
 - dramat, Polska, 2009
02:25 W samo południe
 - western, USA, 1952
03:55 Duże zwierze - obyczaj., Polska, 2000



04:35 Na dobre i na złe - serial
05:35 M jak miłość - serial, 2022
06:25 Rodzina (nie od) święta - Jak pielęgnować namietność i romantyzm w małżeństwie? - magazyn
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczaj., 2025
07:30 Pytanie na śniadanie
11:50 Dla niesłyszących - Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
12:30 Kolo fortuny - teleturniej
13:15 Miłość i nadzieja - serial obyczaj., Turcja, 2022
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:00 Kolo Fortuny - extra - teleturniej
15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:40 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:55 The Floor - teleturniej
14:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - program obyczaj.
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:40 Koronki Pucharu Świata w skokach narciarskich
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interwencyjny



20:10 Doradca smaku - program kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial obyczaj., Polska
20:55 The Floor - teleturniej
21:35 Skazani na Shawshank - sens., USA, 1994
00:30 Amnezja - sens., USA, Niemcy, 2004. Świeżo upieczona inspektor policji Jessica Shepard ma rozwiłkać zagadkę seryjnych morderstw. Wkrótce Jessica dokonuje szokującego odkrycia...
02:35 Co za tydzień - magazyn rozrywkowy
03:10 Morderczynie - miniserial krym., USA, 2016
04:15 Uwaga! - program interw.
04:30 Nauka jazdy - reality show
05:05 Jak to jest zrobione

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy
 - Do biura detektywa Malanowskiego przychodzi Karolina Sokół - ponad trzydziestoletnia kobieta, która czuje się prześladowana i żyje w ciągłym strachu o siebie, o rodzinę, o dziecko.
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:30 Gliniarze - Dochodzi do próby zastrzelenia policjanta kryminalnego. Do śledztwa CBP natychmiast dołącza Biuro Spraw Wewnętrznych.
14:40 Dlaczego ja? - serial parodokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy



17:00 Gliniarze - parodokument obyczajowy
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 Mega hit - Za szybcy, za wściekli - sens., USA, Niemcy, 2003
22:55 Wrogowie publiczni - sens., Jap., USA, 2009
01:55 Nieobliczalny - sens., USA, 2006
04:00 Ewa gotuje - program kulinarny
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:10 Muzyczne poranki
06:20 Od ucha do ucha - Mama płacze deszczem - anim.
07:00 Tamte lata, tamte dni - Sławomira Kozłowska
07:35 Reguły Templariuszy - dokument, Polska, 2017
08:20 Dobry tytuł - magazyn literacki
09:00 Przedwiośnie - serial, 2002
10:05 Pieśń triumfującej miłości - film TVP, 1967
10:45 Wojna światów - SF, USA, 1953
12:20 Wielcy mistrzowie malarstwa - Toulouse Lautrec - serial dok., Franc.
13:20 Wstęp wolny
13:35 Tamte lata, tamte dni - Andrzej Poniedziałki - magazyn
14:15 Ten szalony, szalony świat - kom. kryminalna, Wlk. Bryt., 1963
17:00 Przedwiośnie - serial, 2002



18:05 Tygodnik Kulturalny
19:00 Muzyka w zabytkach: Muzyka Brugii - dok., Franc., 2022
20:00 Na wschód od Hollywood - Jutro będziemy szczęśliwi - obyczaj., Wlk. Bryt., Franc., 2016
22:05 Porozmawiajmy szczerze
22:45 W upalną noc - film kryminalny, USA, 1967
00:45 Łódź Kultury
01:30 Kino nocne - Za garść dolarów - western, Hiszp., Włochy, Niemcy, 1964
03:20 The Rolling Stones - życie w rytmie rocka - dok., Wlk. Bryt., 2022
04:35 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn
05:15 Teledyski

TV Puls

06:00 Nash Bridges - Nash i Joe próbują powstrzymać przestępcę, który uciekł z policyjnego aresztu i za wszelką cenę stara się pomścić śmierć swoich rodziców.
08:00 Kobra - oddział specjalny - córka Semira - Dana przygotowuje się do egzaminu do szkoły policyjnej. Niespodziewanie jej dawna przyjaciółka prosi ją o nietypową przysługę.
09:00 Unforgettable: Zapisane w pamięci - serial kryminalny
10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy
11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
13:50 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument fabularny
15:50 Ranczo - serial kom., Polska



18:00 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument fabularny
20:00 Reguły zabijania - akcja, USA, 2022
21:55 Momentum - akcja, USA, RPA, 2015. Alexis za sprawą swojego partnera bierze udział w wielkiej kradzieży. Obiecuje sobie, że to już ostatni skok w jej życiu. Okazuje się jednak, że...
23:40 S.W.A.T.: Obłędnie - akcja, USA, 2017
01:30 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:00 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument
04:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:25 Szkoła - Zafascynowana zielarstwem gimnazjalistka codziennie pije w szkole wymyślona przez siebie mieszankę ziół. Jej koleżanki, przekonane, że to dzięki nim Magda wyładniała i również chcą je stosować.
08:20 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:25 W-11 Wydział Śledczy - Zaginęła młoda kobieta. Na krótko przed zniknięciem nagła na poczęt głosowa narzeczonego dramatycznie błaganie o pomoc.
12:55 Detektywi - Do detektywów zgłasza się instruktor tańca, Wiktor Kotala. Mężczyzna został zaatakowany przez ojca jednej ze swoich uczennic.
14:55 Szpital św. Anny - serial obyczaj., Polska
15:55 Sąd rodzinny - program sądowy



16:55 Sekrety życia - serial parodokumentalny
17:55 Zagadki losu - program obyczajowy
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Księgowy - sens., USA, 2016
22:50 Ciekawy przypadek Benjamina Buttona - obyczaj., USA, 2008. Niezwykła opowieść o człowieku, który rodzi się jako starzec i stopniowo młodziuje.
02:10 Poukładani - program lifestyleowy
02:40 Mówię Wam - talk-show
03:40 S05 Ekipy w akcji - program policyjny
04:30 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program parodok. **08:55** Policjantki i Policjanci **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Trudne sprawy - program obyczajowy. **14:55** Ktoś tu kłamie? **16:55** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Uroczysko - serial krym. **20:30** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **21:30** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:40** Ostatni rycerz - fab. USA, Korea Południowa, 2015
01:00 Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:00** Hardkorowy lombard **02:30** Interwencja - magazyn reporterów **02:45** Cudownych rodziców mam **02:55** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:30 Moja Katolicka Rodzina **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** Bawer - Moja Walka **13:30** Msza św. **14:30** Kapłan i mistrz - świat według ks. Bronisława Sroki **15:25** Ukraińska zbrodnia w Hucie Pieniackiej **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Sanktuarium 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 • 25 listopada

TVP 1 **TVP 2**

05:25 Wichrowe wzgórce - serial
06:10 Akacja 38 - serial, 2017
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Kościół z bliska
08:00 Serwis Info
08:10 Pogoda Info
08:20 Zaraz wracam - serial, 2025
09:00 Ranczo - serial obyczaj., 2006
10:00 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:40 Magazyn Rolniczy
12:55 Natura w Jedyńce - Pory roku w Ameryce - dok., Wlk. Bryt., 2024
14:00 Wichrowe wzgórce - serial obyczaj., Turcja, 2024
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej



16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Telexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia?
 - teleturniej muzyczny
18:10 Klan - telenowela TVP
18:40 Flesz
18:45 Akacja 38 - serial, 2017
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia
20:10 Sport; Pogoda
20:30 Zaraz wracam - serial, 2025
21:05 Respect - fab., USA, 2020
23:40 Dziesięcioro przykazań - cz. 1 - dram., USA, 1956
01:50 Wykrzywacz kłamstw - magazyn
02:15 Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu - kom., USA, 2015
03:45 Zapisane w gwiazdach - fab., USA, 2019

04:35 Na dobre i na złe - serial
05:35 M jak miłość - serial, 2022
06:25 Wierciorowa porą - reportaż
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczaj., 2025
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:50 Rosół polski - magazyn kulinarny
12:30 Kolo fortuny - teleturniej
13:15 Miłość i nadzieja - serial obyczaj., Turcja, 2022
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:00 Kolo Fortuny - extra - teleturniej
15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023
16:00 Kolo fortuny - teleturniej

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:40 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:55 The Floor - teleturniej
14:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - Marta martwi się sprawą Kai i Zosi, które potrzebują prawnika do walki z lukaszem Wrońskim. Prawniczka polecona przez Żytę niestety jest zbyt zajęta.
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty



19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interwencyjny
20:10 Doradca smaku - program kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial obyczaj., Polska
20:55 The Floor - teleturniej
21:35 Ślub od pierwszego wejrzenia - reality show
22:40 Kuba Wojewódzki - talk-show
23:45 Superwizjer - magazyn reporterów
00:25 Dom wygranych - kom., USA, 2017
02:10 Skazana - serial, Polska
04:30 Uwaga! - program interwencyjny
04:45 Śmierć Diany: dwa śledztwa - dokument

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy
 - U Malanowskiego pojawia się młoda kobieta - Marta Wiśniewska, która prosi detektywa o wyjaśnienie zagadkowej, dla niej, śmierci jej wujka, Antoniego.
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - Gangsterzy przesłuchują swojego dilerę - ktoś mu ukrał samochód z dużą ilością towaru.
14:40 Dlaczego ja? - serial parodokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy
17:00 Gliniarze - parodokument obyczajowy
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
20:35 Królowa wojownik - sens., USA, RPA, Irlandia, 2022
23:35 60 sekund - sens., USA, 2000. Słynny złodziej samochodów Randall „Memphis” Raines musi zastawić swoje ustakowane życie i powrócić do przestępczego świata...
02:00 Spis drani - sens., USA, 2011
03:55 Ewa gotuje - program kulinarny
04:40 Disco Gramy
05:20 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:15 Muzyczne poranki
06:50 Tamte lata, tamte dni - Karol Straszburger - mag.
07:35 Żuławska depresja - dokument, Polska, 2017
08:15 Dzień z życia artysty - Andrzej Sikorowski
09:00 Przedwiośnie - serial, 2002
10:00 Płoty - dram., Kan., USA, 2016
12:30 Przelom w muzyce - koncert z okazji upadku muru - dok., Niemcy, 2021
13:40 Hala odlotów - talk-show
15:20 Różowa Pantera - kontratakuje - kom., USA, 1976
17:10 Przedwiośnie - serial, 2002
18:15 Łódź Kultury - Jan Emil Młynarski, 2025
18:55 Wyspiński - Kraków - Melancholia - dok., Polska, 1996
20:00 Teatr Telewizji - Pradziady - 2018



21:10 Lekkie obyczaje - Klatka dla ptaków - komedia, dramat, USA, 1996. Val zareca się z córką konserwatywnego senatora. Problem w tym, że jego ojciec jest gejem prowadzącym klub nocny.
23:20 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn
23:55 Nocny dokument - Tehachapi - dok., Kan., Franc., 2024
01:40 Jutro będziemy szczęśliwi - obyczaj., Wlk. Bryt., Franc., 2016
03:45 Którędy po sztukę - Alina Szapocznikow - Przejazd - magazyn kulinarny
04:00 Tygodnik Kulturalny - magazyn
04:55 Teledyski

TV Puls

06:00 Nash Bridges - Carlos Casas to przestępca, który zajmuje się praniem brudnych pieniędzy. Nash i Joe liczą na to, że zgodzi się on zeznać w sądzie. W tym celu zawierają z nim układ.
08:00 Kobra - oddział specjalny - Paul próbuje odkryć przyczynę śmierci swojego przyjaciela. W tym celu prosi o pomoc brata i ojca zmarłego mężczyzny.
09:00 Unforgettable: Zapisane w pamięci - serial krym.
10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy
11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
13:50 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument
15:50 Ranczo - serial kom., Polska
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument



20:00 Prowokacja - akcja, USA, 2005
21:55 Zabójca idealny - akcja, USA, Hiszp., Szwecja, 2016
23:35 Żył porucznik - thriller, 2009. Po huraganie Katrina sierżant Terence McDonagh ratuje więźnia, odnosi kontuzję i w zamian za odwagę otrzymuje awans na porucznika. Wkrótce jednak popada w uzależnienie od narkotyków
02:05 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:05 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument fabularny
04:05 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:25 Szkoła - Do liceum przychodzi Artur Manaj, który jest na warunkowym zwolnieniu z poprawką. Chłopakowi podoba się Klaudia Mazurczak, jednak jej zazdrośna siostra postanawia ich ze sobą skłócić.
08:20 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:25 W-11 Wydział Śledczy - Na węzle autostradowym dochodzi do tragicznego karambolu. Przyczyną wypadku był olbrzymi kamień. Ktoś go zrzucił z biegnącego nad drogą wiaduktu.
12:55 Detektywi - W fundacji pomagającej dzieciom z trudnych rodzin zostaje napađnięta wolontariuszka. Jej matka prosi detektywów o znalezienie sprawcy ataku.



14:55 Szpital św. Anny - serial obyczaj., Polska
15:55 Sąd rodzinny - program sądowy
16:55 Sekrety życia - serial parodokumentalny
17:55 Zagadki losu - program obyczajowy
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 W morzu ognia - sens., USA, 1997
22:20 Diuna - SF, USA, Wlk. Bryt., Kan., 2021. Diuna opowiada historię niezwykłej, pełnej przygód i emocji podróży Paula Atreidy.
01:40 Batman Forever - przygod., USA, 1995
04:00 Fachowcy - parodokument
04:40 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program parodok. **08:55** Policjantki i Policjanci **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Trudne sprawy - program obyczajowy. **14:55** Ktoś tu kłamie? **16:55** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Uroczysko - serial krym. **20:30** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **21:30** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:40** Najpierw strzelaj, potem wiedzaj - kom., Wlk. Bryt., USA, 2008 **00:50** Love Island. Wyspa miłości - reality show **01:55** Hardkorowy lombard **02:55** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:35 Św. na każdy dzień **09:40** Albertynki **10:00** Inf. dnia **10:15** Jak my to widzimy **10:45** Zew natury **11:00** 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** Wypaczone sumienia **13:00** Bogu się podobać **13:30** Msza św. **14:30** Kierownik duchowy Sekretarki Bożego Miłosierdzia **15:00** Niebieskooki Anioł **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Jestem mamą **16:25** Przyroda w Obiektywie **16:40** Zdrowie z Bożej Apłeki **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

ŚRODA • 26 listopada

TVP 1
 05:25 **Wichrowe wzgórze** - serial
 06:10 **Akacja 38** - serial, 2017
 07:00 **Transmisja Mszy Świętej**
 07:30 **Rodzina (nie od) święta** - Jak pielęgnować namiętność i romantyzm w małżeństwie? - magazyn
 08:00 **Serwis Info**
 08:10 **Pogoda Info**
 08:20 **Zaraz wracam** - serial, 2025
 09:00 **Rancho** - serial obycz., 2007
 10:00 **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 **Natura w Jedyńce - Pory roku w Ameryce** - dok., Wlk. Bryt., 2024
 14:00 **Wichrowe wzgórze** - serial obycz., Turcja, 2024
 15:00 **Serwis Info**
 15:15 **Reporteryzy** - magazyn

TVP 2
 04:30 **Na dobre i na złe** - serial
 05:30 **M jak miłość** - serial, 2022
 06:20 **Pożyteczni.pl** - magazyn
 06:55 **Dla niesłyszących** - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
 07:30 **Pytanie na śniadanie** - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
 11:55 **Gwiazdorska kuchnia Ani** - magazyn kulinarny
 12:30 **Koło fortuny** - teleturniej
 13:15 **Miłość i nadzieja** - serial obycz., Turcja, 2022
 14:05 **Va Banque** - teleturniej
 14:35 **Na sygnale** - serial fabularny
 15:00 **Koło Fortuny** - extra - teleturniej
 15:05 **La Promesa - pałac tajemnic** - serial, Hiszp., 2023
 15:50 **Domowe patenty** - felieton



15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
 16:05 **Dziedzictwo** - serial, Turcja
 17:00 **Telexpress; Pogoda**
 17:30 **Jaka to melodia?** - teleturniej muzyczny
 18:10 **Klan** - telenowela TVP
 18:45 **Akacja 38** - serial, 2017
 19:30 **Program inform.** 19.30
 19:55 **Pytanie dnia**
 20:10 **Sport; Pogoda**
 20:25 **Zaraz wracam** - serial, 2025
 20:55 **Piłka Nożna - Arsenal Londyn-Bayern Monachium**
 23:05 **Respect** - fab., USA, 2020
 01:35 **Wykrywacz kłamstw** - magazyn
 02:00 **Święta w Maple Creek** - fab., USA, 2020
 03:35 **Magazyn Ekspresu Reporterów**



16:00 Koło fortuny - teleturniej
 16:35 **Familiada** - teleturniej
 17:20 **Miłość i nadzieja** - serial obycz., Turcja, 2022
 18:15 **Va Banque** - teleturniej
 18:50 **Jeden z dziesięciu** - teleturniej
 19:25 **Barwy szczęścia** - serial obycz., 2025
 20:40 **Przepis dnia**
 20:55 **Na dobre i na złe** - serial
 21:55 **Na sygnale** - serial fabularny
 22:55 **Peak Blinders** - serial, Wlk. Bryt., 2017
 00:05 **Wakacyjna terapia** - fab., Franc., 2018
 01:45 **Cztery pory roku w Hawanie** - serial krym., Hiszp., 2017
 02:40 **Lynch z krainy Oz** - dok., USA, 2022

TVN

05:40 **Uwaga!** - program interwencyjny
 05:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
 06:50 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
 07:45 **Dzień Dobry TVN** - magazyn poranny
 11:40 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
 13:55 **The Floor** - teleturniej
 14:35 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
 16:50 **Szpital św. Anny** - program obycz.
 17:55 **Detektywi** - program kryminalny
 19:00 **Fakty**
 19:35 **Sport**
 19:45 **Pogoda**
 19:55 **Uwaga!** - program interwencyjny
 20:10 **Doradca smaku** - program kulinarny



20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
 20:55 **The Floor** - teleturniej
 21:35 **Kurier** - film wojenny, Polska, 2019
 23:55 **Wszyscy moi przyjaciele nie żyją** - kom., Polska, 2020. Podczas imprezy noworocznej paczki przyjaciół seria szalonych wydarzeń wydobrywa na jaw sekrety, łamie serca i prowadzi do szokującego finału.
 02:05 **Jestem legendą** - SF, USA, 2007
 04:15 **Uwaga!** - program interwencyjny
 04:30 **Nauka jazdy** - reality show
 05:00 **Jak to jest zrobione** - serial popularnonaukowy

POLSAT

06:00 **Nowy dzień**
 08:30 **Malanowski i Partnerzy** - Do detektywa Malanowskiego zgłasza się 32-letni Grzegorz Urbańczyk. Klient chce pomocy w wyjaśnieniu dziwnych odgłosów, pojawiających się od pewnego czasu w jego domu.
 09:30 **Trudne sprawy** - program obyczajowy
 11:30 **Gliniarze** - serial paradokulentalny
 14:40 **Dlaczego ja?** - serial paradokulentalny
 15:50 **Wydarzenia** - program informacyjny
 16:15 **Pogoda**
 16:20 **Interwencja** - magazyn reporterów
 16:30 **Na Ratunek 112** - serial obyczajowy
 17:00 **Gliniarze** - serial paradokulentalny



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
 20:35 **Komediodwa** - serial
 22:20 **Poranek kochaj** - kom., Polska, 2001
 00:25 **Szefowa** - kom., USA, 2016
 02:40 **Nasz Nowy Dom** - program rozrywkowy
 03:50 **Ewa gotuje** - program kulinarny
 04:40 **Disco Gramy** - program muzyczny
 05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

06:05 **Afisz kulturalny ekstra**
 06:15 **Muzyczne poranki** - Teledyski
 06:55 **Tamte lata, tamte dni** - Sebastian Karpiel Bułeczka - magazyn
 07:40 **Podróże z historią** - Krótka historia brudu - dok., Polska, 2017
 08:20 **W poszukiwaniu dobrego filmu** - magazyn
 09:00 **Przedwiośnie** - serial, 2002
 10:10 **Różowa Pantera kontratakuje** - kom., USA, 1976
 12:05 **Wspiański** - Kraków - Melancholia - dok., Polska, 1996
 13:10 **Tygodnik Kulturalny**
 14:00 **Wydarzenie aktualne**
 14:30 **Pan Tadeusz** - dram. historyczny, Polska, Franc., 1999
 17:10 **Przedwiośnie** - serial, 2002



18:10 Którędy po sztukę - Ciprian Muresan
 18:30 **Informacje kulturalne**
 18:50 **Reżyserzy** - John Frankenheimer - dok., Wlk. Bryt., 2018
 19:45 **Niepojęte** - Soren Kierkegaard - felieton
 20:00 **Fucking Bornholm** - kom., dramat, Polska, 2022
 23:55 **Jan Ptaszyn Wróblewski i przyjaciele** - koncert, 2006
 00:35 **Lekkie obyczaje - Kłatka dla ptaków** - fab., USA, 1996
 02:50 **Informacje kulturalne**
 03:20 **Koncert z okazji upadku muru** - dok., Niemcy, 2021
 04:30 **Teledyski**

TV Puls

06:00 **Nash Bridges** - Pod opiekę Nasha trafia nieznośny syn znanego barona narkotykowego. Co z tego wyniknie?
 08:00 **Kobra - oddział specjalny** - Paul i Semir podczas burzy mają wypadek samochodowy. Mężczyźni podczas poszukiwań schronienia, trafiają do podziemnego bunkra członka gangu. Czy wyjdą z tego cali?
 09:00 **Unforgettable: Zapisane w pamięci** - serial krym.
 10:00 **Zbuntowany anioł** - serial obyczajowy
 11:55 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
 13:50 **Lombard. Życie pod zastaw** - Bronisław Lisek to sympatyczny renista, który dorabia sobie do renty sprzedając domowej roboty wędliny. Po wyjściu z lombardu spotyka kumpła z przeszłości...



15:50 Rancho - serial kom., Polska
 18:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - paradokument
 20:00 **Demeter: Przebudzenie zła** - horror, USA, Wielka Brytania, Włochy, 2023
 22:30 **Ja, Frankenstein** - przygod., USA, Australia, 2013
 00:05 **Osada** - horror, USA, 2004. Opowieść o odizolowanej wiosce w Pensylwanii. Jej mieszkańcy nie mogą opuścić granic osady, ponieważ za nimi czają się potwory, gotowe zaatakować każdego...
 02:30 **Dzielnica strachu** - serial kryminalny
 03:30 **Lombard. Życie pod zastaw** - paradokument
 04:25 **Dyżur** - serial medyczny
 05:00 **Dzielnica strachu** - serial

TVN 7

05:25 **Szkoła** - Róża Olszewska i Daniel Młynarczyk od pewnego czasu są parą. Niestety dziewczyna nie wie, że jej ukochany jest gejem i w tajemnicy przed nią spotyka się z Lukaszem.
 08:20 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
 11:25 **W-11 Wydział Śledczy** - Pod mostem w centrum miasta komisarze znajdują zwłoki mężczyzny. Na ciele denata widnieją ślady pobicia, prawdopodobnie przed śmiercią z kimś się szarpał. Pierwsze podejrzenie pada na syna ofiary.
 12:55 **Detektywi** - Sąsiadka detektywa Macieja Dębosza prosi go o pomoc. Zniknęła dziewczyna, która wynajmuje u niej pokój.
 14:55 **Szpital św. Anny** - serial obycz., Polska



15:55 Sąd rodzinny - program sądowy
 16:55 **Sekrety życia** - serial paradokulentalny
 17:55 **Zagadki losu** - program obycz.
 19:00 **Ukryta prawda** - obycz.
 20:00 **Legendy ringu** - kom., USA, 2013. Stallone i De Niro wcielają się w role dwóch lokalnych bokserów z Pittsburgha, których zaczęta rywalizacja wzbudziła zainteresowanie w całym kraju.
 22:25 **Bękart** - kom., USA, 2017
 00:45 **Dwa tygodnie na miłość** - kom., USA, 2002
 02:55 **Żyjąc z potworem** - historie ludzi żyjących z zabójcą
 03:50 **Usterka** - poradnik
 04:30 **Druga strona medalu**

TV 4

06:00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej**
 07:55 **Bogaty Dom - Biedny Dom** - program paradok.
 08:55 **Policjantki i Policjanci** - serial paradok.
 10:55 **Na Ratunek 112** - serial obyczajowy
 11:55 **Trudne sprawy** - program obyczajowy
 14:55 **Ktoś tu kłamie?**
 16:55 **Łowcy skarbów. Kto da więcej**
 18:00 **Policjantki i Policjanci** - serial paradok.
 20:00 **Uroczysko** - serial krym.
 20:30 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
 21:30 **Sprawiedliwi. Trójmiasto**
 22:40 **Resident Evil: Retribucja** - sens., Niemcy, Kan., USA, Franc. 2012
 00:45 **Interwencja** - magazyn
 00:55 **Love Island. Wyspa miłości**
 01:55 **Hardkorowy lombard**
 02:55 **Śmierć na 1000 sposobów**
 03:25 **Lubię disco!**
 04:25 **Top 10 - Lista Przebojów**
 05:30 **Telezakupy TV Okazje**

TV Trwam

09:30 **Sanktuarium polskie**
 09:50 **Św. na każdy dzień**
 10:00 **Audiencja Generalna Ojca Św. Leona XIV z Watykanu**
 11:10 **Mateczniki**
 11:25 **Jestem mamą**
 11:40 **Mysiąc Historia**
 11:50 **Krótką Historią Zbawienia**
 12:00 **Anioł Pański**
 12:03 **Inf. dnia**
 12:20 **Kobiety wolności**
 13:00 **Czerwony Dwór**
 13:30 **Msza Św.**
 14:30 **Miśja Szczecin-Kipsing**
 15:00 **Brat Kalikst z Poczekajki**
 15:50 **Ma się rozumieć**
 16:00 **Inf. dnia**
 16:10 **Na zdrowie**
 16:30 **Mała Nellie** od Św. Boga
 17:00 **Po stronie prawdy**
 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 **Historie animowane z Nowego Testamentu**
 20:00 **Inf. dnia**
 20:20 **Różaniec**
 20:50 **Mysiąc Ojczyzna**
 21:00 **Apel Jasnog.**
 21:20 **Inf. dnia**
 21:40 **Polski Punkt Widzenia**
 22:00 **Przetrawiały**

CZWARTEK • 27 listopada

TVP 1
 05:25 **Wichrowe wzgórze** - serial
 06:10 **Akacja 38** - serial, 2017
 07:00 **Transmisja Mszy Świętej**
 07:30 **Pelnia Wiary** - magazyn
 08:00 **Serwis Info**
 08:05 **Pogoda Info**
 08:20 **Zaraz wracam** - serial, 2025
 09:00 **Rancho** - serial obycz., 2006
 10:00 **Komisarz Alex** - serial krym.
 11:00 **Ojciec Mateusz** - serial
 12:00 **Serwis Info**
 12:10 **Agrobiznes**
 12:30 **Agropogoda** - magazyn
 12:40 **To się opłaca** - magazyn
 12:55 **Pory roku w Ameryce** - dokument, Wlk. Bryt., 2024
 14:00 **Wichrowe wzgórze** - serial obycz., Turcja, 2024
 15:00 **Serwis Info**
 15:15 **Reporteryzy** - magazyn
 15:35 **Gra słów. Krzyżówka** - teleturniej
 16:05 **Dziedzictwo** - serial, Turcja
 17:00 **Telexpress**

TVP 2
 04:35 **Na dobre i na złe** - serial
 05:30 **M jak miłość** - serial, 2022
 06:25 **Operacja zdrowie** - magazyn medyczny
 06:55 **Dla niesłyszących** - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
 07:30 **Pytanie na śniadanie** - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
 11:45 **Podróż po jeden uśmiech** - rep.
 12:30 **Koło fortuny** - teleturniej
 13:15 **Miłość i nadzieja** - serial obycz., Turcja, 2022
 14:05 **Va Banque** - teleturniej
 14:35 **Na sygnale** - serial fabularny
 15:00 **Koło Fortuny** - extra - teleturniej
 15:05 **La Promesa - pałac tajemnic** - serial, Hiszp., 2023
 16:00 **Koło fortuny** - teleturniej



17:20 Pogoda
 17:30 **Jaka to melodia?** - teleturniej muzyczny
 18:10 **Klan** - telenowela TVP
 18:45 **Akacja 38** - serial, 2017
 19:30 **Program inform.** 19.30
 19:55 **Pytanie dnia**
 20:10 **Sport; Pogoda**
 20:30 **Zaraz wracam** - serial, 2025
 21:10 **Ojciec Mateusz** - serial
 22:10 **Sprawa dla reportera**
 23:10 **Siła kłamstwa** - dok., Nor., 2024
 00:10 **Wykrywacz kłamstw** - magazyn
 00:35 **Profilarka Jastrzę** - serial
 01:35 **Tajemnice zamkniętego jeziora** - fab., USA, 2020
 03:15 **Daleko od Reykjaviku** - komediadramat, Niemcy, Dania, Franc., Islandia, 2019
 04:55 **Notacje** - dokument



16:35 Familiada - teleturniej
 17:20 **Miłość i nadzieja** - serial obycz., Turcja, 2022
 18:15 **Va Banque** - teleturniej
 18:50 **Jeden z dziesięciu** - telet.
 19:25 **Barwy szczęścia** - serial obycz., 2025
 19:55 **Domowe patenty** - felieton
 20:05 **Barwy szczęścia** - serial obycz., 2025
 20:45 **Berlin Ku'damm - 63** - serial, Niemcy, 2016
 21:45 **Morderstwa w Chantilly** - dram., Franc., 2023
 23:30 **Rodzinka.pl** - serial kom.
 00:10 **Apocalypto** - dramat, przygodowy, USA, 2006
 02:40 **Zmrok - Szeptysłuchacz** - serial krym., Polska, 2018
 03:45 **Rodzinka.pl** - serial kom.

TVN

05:40 **Uwaga!** - program interwencyjny
 05:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
 06:50 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
 07:45 **Dzień Dobry TVN** - magazyn poranny
 11:40 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
 13:55 **The Floor** - teleturniej
 14:35 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
 16:50 **Szpital św. Anny** - program obycz.
 17:55 **Detektywi** - program kryminalny
 19:00 **Fakty**
 19:35 **Sport**
 19:45 **Pogoda**
 19:55 **Uwaga!** - program interwencyjny
 20:10 **Doradca smaku** - program kulinarny



20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
 20:55 **The Floor** - teleturniej
 21:35 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
 22:45 **Nietykalni** - biograficzny, dramat, komedia, Franc., 2011
 00:55 **Szczęśliwe święta** - kom., USA, 2014
 02:35 **Szpital św. Anny** - serial obycz., Polska
 03:45 **Uwaga!** - program interwencyjny
 04:00 **Nauka jazdy** - reality show
 04:30 **Jak to jest zrobione** - serial popularnonaukowy, Kanada
 05:00 **Kto was tak urządził** - program poradnikowy

POLSAT

06:00 **Nowy dzień**
 08:30 **Malanowski i Partnerzy** - Chirurg plastyczny uważa, że ktoś go terroryzuje. Podejrzewa swoją żonę, która niedawno dowiedziała się o jego romansie z pracownicą kliniki.
 09:30 **Trudne sprawy** - program obyczajowy
 11:35 **Gliniarze** - Detektywi dostają sprawę zabójstwa córki prokuratora. Podejrzewają, że za zbrodnią stoi jeden z gangsterów, którzy grzaliśmy prokuratorowi.
 14:40 **Dlaczego ja?** - serial paradokulentalny
 15:50 **Wydarzenia** - program informacyjny
 16:15 **Pogoda**
 16:20 **Interwencja** - magazyn reporterów
 16:30 **Na Ratunek 112** - serial obyczajowy



17:00 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 **Milionerzy** - teleturniej
 20:30 **Nasz Nowy Dom** - program rozrywkowy
 21:40 **Przyjaciółki** - serial obycz.
 22:55 **Zróbmy sobie wnuka** - kom., Polska, 2003
 00:45 **Wykolejona** - kom., USA, 2015
 03:25 **Nasz Nowy Dom** - program rozrywkowy
 04:40 **Disco Gramy** - program muzyczny
 05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

06:05 **Afisz kulturalny ekstra**
 06:15 **Muzyczne poranki**
 06:55 **Tamte lata, tamte dni** - Ewa Szykulska - magazyn
 07:35 **Na ratunek!** - dokument, Polska, 2017
 08:15 **Porozmawiajmy**
 09:00 **Przedwiośnie** - serial, 2002
 10:05 **Pan Tadeusz** - dramat historyczny, Polska, Francja, 1999
 12:50 **Reżyserzy** - John Frankenheimer - dok., Wlk. Bryt., 2018
 13:50 **Niedziela z... Ewą Bem**
 14:45 **Czarny rumak** - fab., USA, 1979
 16:55 **Noce i dnie** - serial, 1977
 18:00 **Wydarzenie aktualne**
 18:35 **Wstęp Wolny** - felieton
 18:50 **Portrety - Rendez-vous z Mauricem Chevalierem** - dok., Franc., 2021



20:00 Hala odlotów - magazyn kulturalno-społeczny
 21:00 **Czwartkowy klub filmowy - Blisko** - dramat, Niderl., Francja, Belgia, 2022
 23:00 **Dzień z życia artysty** - Andrzej Sikorowski - magazyn
 23:40 **Panorama kina polskiego - Fucking Bornholm** - fab., Polska, 2022
 01:30 **Profesor T** - serial, Niemcy, Wlk. Bryt., Belgia, 2018
 02:35 **Jan Ptaszyn Wróblewski i przyjaciele** - koncert, 2006
 03:10 **Sierpniowe niebo. 63 dni chwały** - dramat, Polska, 2013
 04:45 **Hala odlotów** - magazyn kulturalno-społeczny

TV Puls

06:00 **Nash Bridges** - Funkcjonariusze dostają informacje o napażdzie na lombard. Na miejscu znaleziono zostają dwa ciała.
 08:00 **Kobra - oddział specjalny** - Podczas jazdy autostradą, Paul i Semir na swojej drodze spotykają grupę indyjskich tancerzy. Niespodziewanie, jeden z nich zostaje porwany.
 09:00 **Unforgettable: Zapisane w pamięci** - serial krym.
 10:00 **Zbuntowany anioł** - serial obyczajowy
 11:55 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
 13:50 **Lombard. Życie pod zastaw** - Żurkowa to 65-letnia emerytka, która jest wielką miłośniczką psów i ma do nich dobrą rękę. Kiedy mieszkająca w domu po sąsiedzku rodzina wyjeżdża...
 15:50 **Rancho** - serial kom., Polska



18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
 20:00 **Firmowa gwiazdka** - kom., USA, 2016
 22:10 **Gorąca laska** - kom., USA, 2002. Atrakcyjna dziewczyna - Jessica Spencer - jest przekonana, że ma idealne życie. Pewnego dnia doznaje szoku...
 00:05 **Brud** - kom., Wlk. Bryt., 2013
 02:10 **Dzielnica strachu** - serial kryminalny
 03:10 **Lombard. Życie pod zastaw** - paradokument fabularny
 04:05 **Taki jest świat** - przegląd wydarzeń z całego globu.
 05:00 **Dzielnica strachu** - serial kryminalny

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** własnościowe w bloku, 48 m², 1 piętro, 3 pokoje, kuchnia, łazienka i wc. Dęblin. 330 000 zł do uzgodnienia. Tel: 783 767 970

☒ **MIESZKANIE** 1 piętro, osobne wejście od podwórka, ok. 70 m². Ryki, ul. Dolna. 2 pokoje, kuchnia, łazienka, 2 garaże (21 m²+26 m²) plus własność do 1/2 działki 0,0823 ha. Cena 270 000 zł. Tel. 796 735 375

DOM

SPRZEDAM

☒ **PÓŁ BLIŹNIAKA** 134,9 m² w Rykach na działce 303 m² wraz z garażem 20,62m². Tel. 690 008 210

LOKAL

SPRZEDAM

☒ **STOLARNIA** w Korytnicy, plac 8000 mkw, 2 hale po 300 mkw, dom 80 mkw. Suszarnia do drewna 50, maszyny do drewna, szlifierka szerokościowa, długościowa, do kantów do ostrzenia noży strugarskich, piła formatowa, dwupięta formatowa, wielopola trzystronna prasa 130x330cm do schodów 100x300cm, strugarka 4 stronna weinig ploter cnc 100x200cm, dłutarka, maszyny do parkietu, trak do drewna. Tel. 603 673 777.

DO WYNAJĘCIA

POSIADAM

☒ **DOM** drewniany do wynajęcia w okolicy Ryk, około 85 m², dwa pokoje z kuchnią i łazienką. Tel. 604 452 250

☒ **WYNAJMĘ LOKAL** handlowo-usługowy o pow. 365 m² z magazynem 85 m² w Garwolinie ul. Szkolna 5. Dogodna lokalizacja. Parking. Tel: 601 072 822

☒ **MIESZKANIE3** pokoje, umeblowane, ścisłe centrum Ryk. Tel. 662 217 837, 728 859 362.

☒ **MIESZKANIE** w Dęblinie, 2 pokoje, kuchnia, łazienka, osiedle Wiślana w bloku, na

1 piętrze. Dęblin. 577 236 819

DZIAŁKA POLE

SPRZEDAM



☒ **SIEDLISKO** w Woli Rębkowskiej o pow. 4200m², na działce znajduje się budynek mieszkalny, drewniany z bali, zdrowy, kryty blachą, do remontu, budynek gospodarczy i garaż murowany. Cena do uzgodnienia. Tel: 720 915 815

☒ **DZIAŁKA** uzbrojona, budowlana, 1600m² w Woli Rębkowskiej - Zacisze. Cena do uzgodnienia. Tel: 720 915 815

☒ **GOSPODARSTWO** rolne o pow. 1,96 ha z placówką, plus 16 arów lasu, Trzcianki 52 gmina Nowodwór. Tel. 513 214 865.

☒ **DZIAŁKA** budowlana w Dęblinie przy ul. Stężyckiej, około 1200mkw wym. 37x33m, działka przy drodze wewnętrznej, piękna, słoneczna, niezakrzewiona, cena do uzg. Tel. 501 588 212, 509 962 388.

☒ **DZIAŁKA** budowlana w Stężycy o pow. 40 arów, z możliwością wszelakiej zabudowy i prowadzenia działalności gospodarczej. W palnie zagospodarowania przestrzennego jako działka przemysłowa. Cena do uzgodnienia. Tel. 501 588 212.

Auto Centrum Ryki

AS CAR

📍 ul. Słowackiego 26

☎ 509 799 777

OKRĘGOWA STACJA
KONTROLI POJAZDÓW

🚗
🚚
🚛
🚝
🚎

PRZEGLĄDY REJESTRACYJNE

🔧 AUTO SERWIS

🚿 MYJNIA

⛽ STACJA PALIW

KUPON NA BEZPŁATNE OGŁOSZENIE DROBNE

*PROSIMY WYPEŁNIĆ CZYTELNIE DRUKOWANYMI LITERAMI

TREŚĆ OGŁOSZENIA:

MIEJSCOWOŚĆ:

CENA:

TELEFON KONTAKTOWY:

TWÓJ
Głos

KUPON WAŻNY
DO 28 listopada

HURTOWNIA SPOŻYWCZA

u Helenki
Maria Pawlak

Oferujemy:

- ▶ mrożonki, flaki,
- ▶ świeży drób,
- ▶ wędliny, konserwy,
- ▶ napoje, słodycze,
- ▶ lody
- ▶ konserwy rybne

ryby mrożone, wędzone, smażone i śledzie

RYKI, ul. Żytnia 10 (za budynkiem OSI) Zapraszamy: Pn-Pt 7.00-17.00 Sob 7.00-15.00
☎ 81 8652 103

BARDZO DUŻY WYBÓR RYB I ŚLEDZI

OBSŁUGUJEMY CHRZCINY, KOMUNIE IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE

USŁUGI ZIEMNE

KOPARKĄ KOŁOWĄ I MINIKOPARKĄ

ODŚNIEŻANIE
dojazdów, posesji, parkingów

JARKOP
Jarosław Dembek

TRANSPORT 20-30 T
zwin, piach, kruszywa i inne

Czerniec 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
DREWNO I WYROBKI

SPRZEDAŻ NOWOCZESNYCH POKRYĆ DACHOWYCH

Nowodwór 102A
drewnohurt1@wp.pl
790 219 819

WYCEN BEZPŁATNIE DREWNO NA SWÓJ DACH U PRODUCENTA

☒ **DZIAŁKA** siedliskowa z domem i budynkami gospodarczymi w Brzuskowoli. Sprzedam też las gm. Borowie. Tel: 662 113 896, 512 245 605

do uzg. Tel. 602 408 921.

☒ **LAS** 1ha w miejscowości Przykwa. Cena do uzg. Tel. 509 158 001.

☒ **DZIAŁKA** budowlana Ryki ul. Królewska (łącznik z ul. Warszawską), działki około 1000 mkw dwie szt. lub inna wielkość do uzgodnienia. Cena adekwatna do lokalizacji. Tel. 699 125 747.



☒ **DZIAŁKA** budowlana z siedliskiem o łącznej powierzchni 1710 m2 przy ulicy Macieja Rataja w Garwolinie. Wszystkie media doprowadzone do działki: gaz, woda, kanalizacja, światło. Cena 735 tys zł. Tel: 608 522 606

☒ **LAS** mieszany pow. 0,46 ha w Brusowie k/ Ryk, nr działki 533, cena do uzg. Tel. 607 626 801.

☒ **NIERUCHOMOŚĆ** pod działalność gospodarczą, nr działki 2257, lokal 79mkw + działka 1200 mkw. Stężyca ul. Rokicka2. Tel. 661 488 814, 661 909 466.

DZIAŁKA POLE
KUPIĘ

☒ **WEZMĘ** w dzierżawę lub kupię działki rolne, pola. Kłoczew i okolice. Tel: 790 772 445

☒ **ZIEMIĘ** rolną, siedliska, gospodarstwa rolne Ryki i okolice. Tel: 508 411 669

SAMOCHOÓD
SPRZEDAM

☒ **DZIAŁKA** budowlana 0,38 ha, z budynkami drewnianymi, wszystkie media, dł. 40m, szer. 98m. przy głównej szosie, wszystkie media, Okrzeja, ul. Jedności. Cena 60 zł/mkw do negocjacji. Tel. 510 526 910.

☒ **DZIAŁKA** budowlana w Rykach, 1425 mkw, atrakcyjnie położona przy ulicy Myśliwskiej, wszystkie media, cena

☒ **MAZDA** 5 2.0 diesel gratyfikowy metalik, 300 tys.km.

opony letnie i zimowe, 7-osobowy, 2007r. cena 5.500 zł. Tel. 509 463 025.

☒ **MERCEDES** klasa E, 2 właściciel w kraju, stan techniczny b. dobry, wszystkie szyby oryginalne z 2007r., 2 komplety kół na alufelgach, siedzenia przednie podgrzewane, automat, bezwypadkowy, przebieg 226 tys. km. Tel: 517 037 200

☒ **MITSUBISHI** asx 1.6, 117km, 145 tys. km przebiegu, 2015r., stan bdb, komplet opon lato - zima z felgami. 40 500 zł do negocjacji. Tel: 534 298 677

☒ **OPEL** COMBO 1.6 diesel, prod. 2017r. przebieg 225 tys. km. max długi max wysoki, cena 21.000 zł. Dęblin. Tel. 697 421 696.

☒ **PEUGOT** 206 poj. 1.9 diesel, prod. 2001r. niebieski, zarejestrowany opłacony, przegląd tech. ważny na rok, olej napędowy, hak, Opony letnie (jeden sezon) plus opony zimowe. cena do uzg. Nowodwór. Tel. 692 039 914.

☒ **RENAULT** Clio, 2014/15r., b+g, 148 tys. km przebiegu, 1149 cm3, 54kw, butla LPG do

2035r., opony wielosezonowe, bezwypadkowy, bogata wersja wyposażenia, polski salon. Cena 25.500 zł. Tel: 787 380 145

☒ **RENAULT** CLIO IV lift, benz 90KM, 2016r. 90 tys.km. super stan, oryginał lakier, max wyposażenie, kamera, full led, czujniki, sam parkuje, navi, felgi 17, biała perła, długie opłaty, nowe opony i aku, cena 34.900 zł. Ryki. Tel. 883 462 449.

☒ **SEAT** Altea XL Stylance 2.0 TDI r.2007. Stan bardzo dobry. Kierownica wielofunkcyjna, nowe opony letnie i zimowe na alufelgach, komputer pokładowy, hak itd. Przebieg 240 tys.km. Tel: 602 281 542

☒ **SUZUKI** GRAND VITARA 2001r. benzyna 2l. przebieg 300 tys.km. cena 17.000 zł do neg. Nowa Dąbka. Tel. 668 214 296.

☒ **TOYOTA** COROLLA E-12, prod. 2003r. 5 drzwi, 1.6 benzyna, samochód na chodzie, zarejestrowany i opłacony, cena do uzg. Dęblin. Tel. 512 777 218.

☒ **VOLVO** V70 2,4 diesel, przegląd i OC do 20.04.2026r.

wymianie oleju, opony letnie i zimowe kpl, stan dobry. Gończyce. Cena 6.500 zł. Tel: 600 942 748

☒ **VW** Golf Plus 1.6, benzyna i gaz, elektryczne szyby x4, czujniki cofania, klimatyzacja, Isofix, podgrzewane przednie siedzenia, przyciemnione tylne szyby, alufelgi i hak. Cena 12.900 zł. Tel. 793 502 842

SAMOCHOÓD
KUPIĘ

☒ **KUPIĘ** każde auto do 20 tys. zł. Tel: 577 079 999

MOTOCYKL
SPRZEDAM

☒ **MOTOCYKL** YAMAHA MT03 prod. 2019r. kolor niebieski, poj. 321 cm3, moc 30,90KM, nie wymaga wkładu finansowego, aktualne ubezpieczenie i przegląd, cena 17.500 zł. Sierszkowola/ Warszawa. Tel. 695 571 745.

MOTOCYKL
KUPIĘ

☒ **MOTOCYKLE** - Motorynka, Simson, WSK, MZ i podobne, stan bez znaczenia. Cena do

8.000 zł. Tel. 514 633 149.

MOTO RÓŻNE
SPRZEDAM

☒ **BURTY** do przyczepki samochodowej, nowe ocynkowane z zamkami, dł. 255cm x 135cm, cena 700 zł. Dęblin. Tel. 697 421 696.

☒ **FELGI** aluminiowe R17 - Opel Vectra C, używane, stan bdb, 4 szt. cena 700 zł. Dęblin. Tel. 697 421 696.

☒ **GŁOWICA** do ciągnika C-360 używana w dobrym stanie. Tel. 783 525 405.

☒ **OPONY** zimowe 195/55/16, 2 szt. Tel: 602 605 367

☒ **OPONY** ZIMOWE Pirelli 205x60x16 4 szt. w dobrym stanie, cena 220 zł. Okrzeja okolice. Tel. 604 891 618.

☒ **OPONY** zimowe Vredestein 4 szt. rozm. 225/65 16C zużycie 10%. Michelin 4 szt. rozm. 215.75 16C zużycie 30%. Continental 2 szt. rozm. 195/65 15c zużycie 30%. Michelin 2 st. 215/65/16C zużycie 10%. Tel. 606 14 12 10.

USŁUGI REMONTOWO BUDOWLANE

Michał Prządka

- remonty i wykończenia wnętrz
- adaptacje poddaszy
- układanie glazury, terakoty i gresu
- malowanie, szpachlowanie
- zabudowy z płyt G-K
- sufitu podwieszane
- montaż drzwi i parapetów
- docieplenia budynków
- malowanie elewacji i wiele innych

PERFEKT-BUD

Czerniec 171, 08-550 Kłoczew
e-mail: perfekt-bud0404@wp.pl
☎ 669-319-899
☎ 663-359-509

ALMAR trans

- KRUSZYWA DROGOWE
- PIASEK-ŻWIR-POSPÓLKA
- WAPNO NAWOZOWE
- KAMIEŃ OGRODOWY
- PIASEK DO MIXOKRETA
- OTOCZAKI

KŁOCZEW

tel. 502 215 457

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

Włodzimierz Lesisz

- MECHANIKA POJAZDOWA
- SKLEP MOTORYZACYJNY
- STACJA PALIW

Pełny zakres badań technicznych

08-530 Dęblin, ul. Szpitalna 2
kom. 506 17 00 95, tel. 81 88 01 920

**PRYWATNY GABINET
DERMATOLOGICZNY**

Ryki, ul. Sienkiewicza 12

Barbara BOJAR

Przyjmuje w piątki, godz. 11-15. Rejestracja telefoniczna codziennie.

tel. 602 305 421

☒ **PILNIE** SPRZEDAM NO-WE OPONY lotnicze z dętką o wym. 800x200. Opony są fabrycznie nowe w opakowaniu producenta. Nie używane. Kontakt tel. cały dzień. Tel. 663 647 909.

**MASZYNY
ROLNICZE
SPRZEDAM**

☒ **CIĄGNIK** MF Ferguson 255. Ochodne 30. Tel. 697 023 597.

☒ **KULTYWATOR** szer., 3,10 m z 16 zębami, cena 650 zł. Tel. 507 114 046.

☒ **WÓZ** do zaprzęgu konnego, skrzynia typu leterki, koła gumowe 15 cali, cena do uzgodnienia. Stężyca. Tel. 517 120 621.

☒ **SADZARKA** i kopaczka na taśmach metalowych do ziemniaków, Agregat 2,1m. Siewnik Meprozet 23 leje, Poznaniak 2,7. Kultywator z wałkiem 1,8 / 2,1 / 2,4. Pielacz 3/5. Tel. 570 530 800.

☒ **RENAULT** 95.14TX ciągnik z turem, okolice Trojanowa. Tel. 509 997 105.

☒ **KOSIARKA** osa. 550 zł. Tel. 724 111 557

☒ **PODCINACZ** do porzeczek listwowy, dł. listwy 110 cm, napęd z wómu ciągnika. Stężyca. 2 800 zł. Tel: 604 481 025

☒ **KULTYWATOR** z bometu, szer., 2,1m, z wałkiem pojedynczym grudziądź, stan bdb. Tel: 692 290 910

☒ **BRONA** talerzowa 2x10, firma międzrzec, 2000r., stan bdb. Tel: 692 290 910

☒ **PRASA** simpa 1997r., czernona, wszystko w oryginale z wałkiem i z drabinką. Tel: 692 290 910

☒ **URSUS** c360-3p, 1990r. z kabina, stan bdb, Ursus 3512, 1994r. w oryginale, stan idealny. Tel: 692 251 139

☒ **AGREGAT** 3m, wałki podwójne, wąski ząb, mało używany, stan bdb. Tel: 505 900 999

☒ **POZNANIAK**, skrzynia olejowa, szer. 3m, rurki plastik, grabki, wąskie koło, mało używany, tabela wysiewu, stan bdb. Tel: 505 900 999

☒ **GRUBER** 6 łap, 2.6m, sprężyna, 2015r., nowe elementy robocze firmy Lemken, ładne talerze plus wał rurowy, stan bdb. Tel: 505 900 999

☒ **WÓZ** do ciągnika, beczka na wodę 600l. Cena do uzgodnienia. Tel: 500 630 899

☒ **ZGRABIARKA** Fella RDF 325 sprawna, cena 2.500 zł. Kłoczew. Tel. 781 616 100.

☒ **SIEWNIK** zbożowy Poznaniak, na przekładni olejowej bezstopniowej, stan dobry. Tel. 511 079 554.

☒ **PRZYCZEPA** wywrotka 1-osiowa. Tel. 511 079 554.

☒ **CIĄGNIK** C330 sprawny, 1978r. Tel. 511 079 554.

GABINET NEUROLOGICZNY

lek. neurolog

Mirostław LORENC

Ryki, ul. Żytia 8 (budynek OSI) - czwartek 15 - 17
rejestracja - 601 445 807

INNE TERMINY PO UZGODNIENIU TELEFONICZNYM
nagłe przypadki - ☎ 601 445 807

☒ **CZĘŚCI** do Władimirec T25 691 952 428
- kolumna kierownicy, obciążniki. Koła do kombajnu. Cena do uzgodnienia. Okolice Ryk. Tel: 691 422 766

**MASZYNY
ROLNICZE
KUPIĘ**

☒ **MASZYNY ROLNICZE** - rozrutnik, siewnik do boża, prasa belująca kostkująca, kombajn do ziemniaków, sadzarka, talerzówka, glebogryzarka, i inne sprzęty rolnicze. Tel. 517 293 861.

☒ **CIĄGNIK** rolniczy Ursus C-360 w każdym stanie. Tel: 666 941 477

☒ **ROZRZUTNIK**. Do 3000 zł. Tel: 724 111 557

☒ **MASZYNY** rolnicze sprawne i do remontu. Tel: 505 900 999

☒ **MASZYNY** rolnicze, agregaty, pługi, kosiarki, mogą być do remontu. Tel: 669 717 566

☒ **PRASY** kostkujące oraz belujące. Tel: 691 952 428

☒ **MASZYNY** rolnicze, stan dobry oraz uszkodzone. Tel:

☒ **OPRYSKIWACZ** sadowniczy Śleza. Tel. 666-941-477

☒ **KOPACZKA** do ziemniaków i przyczepa rolnicza. Tel. 666-941-477

**MASZYNY
URZĄDZENIA
SPRZEDAM**

☒ **SILNIK** ELEKTRYCZNY 1,1 cena do ug. Dęblin. Tel. 602 179 419.

☒ **PIEC** węglowo-drzewny 1,7kw w dobrym stanie z dmuchawą oraz sterownikiem, producent „STOMPORKÓW”, jeden z lepszych. Tanio. Ryki. Tel. 600 931 201.

☒ **WIDLAK** rak suchedniów, stan dobry. Kłoczew. Tanio. Tel: 504 962 483

☒ **FREZARKA** do drewna. Cena do uzgodnienia. Tel: 504 617 018

☒ **KOPARKI** kołowe produkcji niemieckiej, 15t, sprawne. Stary Miastków. Cena do uzgodnienia. Tel: 606 442 236

☒ **PIŁA** szablsta akumulatorowa

USŁUGI KOMINIARSKIE

FREZOWANIE KOMINÓW

- czyszczenie mechaniczne
- wkłady kominowe
- ceramika izolowana
- odbiory, przeglądy
- sprzedaż pelletu

do każdego frezowania
NASADA GRATIS!

KOM-FREZ ☎ 783 493 576

**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
- protezyka
- profilaktyka
- stomatologia dziecięca
- RTG: pantomogram, zdjęcia zębów

Rejestracja telefoniczna
prowadzona jest przez 7 dni w tygodniu

SANMED

Specjalistyczne Centrum Medyczne SANMED

CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA

WOLNE TERMINY NA NFZ

Więcej informacji pod numerami telefonu
oraz osobiście w rejestracji

535 202 010 lub 81 865 12 27

Placówka znajduje się w pawilonie handlowym „MERCURY”
ul. Stowackiego 4/5C

torowa, lisi ogon w walizce 650W nowa, cena 150 zł. Dęblin. Tel. 697 421 696.

☒ **KOSA** akumulatorowa, podkaszarka, wykaszarka, nowa 2x akum, plus ładowarka, cena 150 zł. Dęblin. Tel. 697 421 696.

**PRODUKTY I
PŁODY ROLNE
SPRZEDAM**

☒ **ZIEMNIAKI** jadalne i sadzeniaki, paszowe. Odmiany białe: catania, irys. Odmiany żółte: michalina, jurek, wineta, denar, owacja, soraja. Cena od 0,40 zł/kg. Możliwość dowozu do klienta. Potok k/Ryk. Tel. 607 525 408.

☒ **MARCHEW** jadalna. Buraczki czerwone. Ekologiczne. Paprotnia. Tel. 608 887 301.

☒ **KUKURYDZA** suszona, cała, mielona lub gnieciona. Paprotnia. Tel. 737 406 312.

☒ **SADZONKI TRUSKAWEK** odmiana honeoye. Tel. 608 887 301.

☒ **KAPUSTA** biała w główkach lub szatkowana na zamówienie. Paprotnia. Tel. 608 887 301.

☒ **SIANO** w belotach 120x120, pierwszy i drugi pokos tego roku. SŁOMA w belotach (pszenżyto). Okolice Ryk. Tel. 785 450 297.

Stoły, Krzesła

Ławostoly

- Drewno wykończeniowe (listwy, boazeria, kantówki)
- Deska elewacyjna
- Schody, tralki, poręcze
- Parapety, podłogi, sklejka

sek

www.sek.sklep.pl

RYKI ul. Przemysłowa 90 ☎ 660 71 16 70 606 14 12 10

MARTYNKI
Sp. z o.o.

POSADZKI MIXOKRETEM

TYNKI TRADYCYJNE

DOCIEPLENIA BUDYNKÓW

Realizujemy prace w programie

604 566 208 08-550 Kłoczew, Sosnowka 23

STUDNIE

Mirostław Izdebski

Dąbrówka Stany 74

- STUDNIE WIERCONE
- POMPY CIEPŁA
- DESZCZOWNIE
- ODWODNIENIA

608 046 239
504 320 592

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

EUROCOLD
SIENKIEWICZ

klimatyzacja wentylacja
pompy ciepła fotowoltaika
ładowarki do aut elektrycznych

www.eurocold.pl

501 099 450

ul. Żytnia 64 B, 08-500 Ryki
biuro.eurocold@gmail.com

Skup surowców wtórnych
KORNEX
z myślą o środowisku

08-504 Uleź, Korzeniów 80

SKUP SUROWCÓW WTÓRNYCH

OBSŁUGA FIRM
odbiór makulatury
odbiór folii

ODBIÓR ODPADÓW BUDOWLANYCH / GRUZU

81 866 76 92 665 622 822 669 105 580

☒ **JECZMIEN** 750 zł/t. Pszenica 800 zł/t. Ceny za luz lub worki bb, możliwość workowania + 100 zł/t. Sianokiszona Przykwa. Tel. 785 465 788.

☒ **SIANO** w kostkach, okolice Stężycy. Tel. 504 004 823.

☒ **ŻYTO** i pszenżyto. Tel: 781 871 580

☒ **WYSŁODKI** mokre. 90 zł + transport. Tel: 503 763 553

☒ **OTRĘBY** pszenne, jęczmień. Od 550 zł/t. Tel: 503 763 553

☒ **SIANO** suche w belach i owies tegoroczny. Tel. 512 896 334

☒ **SŁOMA** w belach 150 x 150. Tel: 783 525 405

☒ **ZIEMNIAKI** jadalne odmiana żółta michalina, możliwość dowozu. Sobolew. Tel. 509 463 025.

SADZONKI SPRZEDAM

☒ **SADZONKI** TRUSKAWKI. Ryki, cena 0,70 zł/ szt Tel. 663915570.

☒ **SADZONKI** PORZECZKA czarna, wysokość 100cm, cena 5 zł/szt. Ryki. Tel. 663 915 570.

OPAŁ SPRZEDAM

☒ **OPAŁ** sosna 145 zł. łupany 190 zł. Opał brzoza 190 zł, łupany 290 zł. Korytnica. Tel. 607 607 700.

☒ **DREWNO** opałowe suche - sosna, dąb, grab. Możliwość transportu. Tel. 600 824 588.

☒ **WĘGIEL** z najlepszych polskich kopalni. Od 1 500 zł/t. Tel: 503 763 553

☒ **PELLET** drzewny sosnowy Olczyk z certyfikatem ENA1. 1 500 zł/t. Tel: 503 763 553

☒ **DREWNO** opałowe różne, zrzesny tartaczne. Tel: 602 264 122

☒ **DREWNO** opałowe, rąbane i w kawałkach, różne gatunki, możliwy transport. Tel. 691 312 727.



☒ **DREWNO** opałowe różne gatunki pocięte i połupane. Borowie pow. Garwolin. Cena od 260 zł. Tel: 787 022 688

AGD RTV SPRZEDAM

☒ **TELEWIZORY** nowe z gwarancją, TV 55" TCL Google TV Android i 32" Led TCL Android. Garwolin. Cena do uzgodnienia Tel: 507 253 977 / 25 682 35 33

MEBLE

SPRZEDAM

☒ **MEBLE** - stoły, krzesła, komody, fotele, możliwy transport. Ryki. Cena do uzgodnienia. Tel. 662 271 795.

☒ **STÓŁ** rozkładany 160x145 cm plus 6 krzeseł miękkich. Półka na książki. 2 szafki nocne. Szyba przed kominek. 3 kilimy, chodniki. Tel: 507 533 143

BUDOWLANE SPRZEDAM

☒ **SCHODY** dębowe, jesionowe, cena 100 zł/mb + vat. Tel. 607 607 700.

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

☒ **PARKIET** jesion 50x250x22 mm, cena 70 zł+vat. Tel. 607 607 700 .

☒ **LISTWA** przypodłogowa dąb. Cena 8 zł/mb. Tel. 607 607 700.

☒ **BOAZARIA** , szalówka 13*87*4000 mm, dostępne 100 m.kw. Cena 28 zł + vat m.kw Tel. 607 607 700.

☒ **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.

☒ **PRZEPUSTY** betonowe, 2 szt. cena 50 zł. Dęblin. Tel. 602 179 419.

☒ **DWUTEOWNIK** HEA 300 S235JRH - 5mb, cena 2 zł/kg. Dwuteownik zwykły JPE300 S235JRM GTU-08 - 3,8 mb, cena 2zł/kg. Ryki. Tel. 505 005 750.

☒ **SIATKI** leśne różne wysokości, cena od 3 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **KRATKI** WEMA różne wymiary, cena 7 zł/kg. Garwolin Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

☒ **BLACHA** biała akrylowa 0,8 mm x 82cm x 142cm Tanio 30 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **BLACHA** ocynkowana nowa 0,5mm 68cm x 100cm, cena 10 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

☒ **SŁUPKI** z profilu 50x50x1,5mm cena 10 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **PRZĘŚLA** z kształtownika akrylowego wspawanego poziomo, tanio 350 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **SZTACHETY** akrylowe blacha 0,8mm x 8cm x 142cm, cena 8 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **SŁUPY** zdjęte z konstrukcji 3 szt. długość 540cm. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **DWUTEOWNIK** HEB 290 6mb, cena 2,50 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **DWUTEOWNIK** HEB 250 6mb, cena 2,50 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **RURY** na wiaty nowe fi .159x5, cena 78 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **SŁUPKI** z profilu 40x40x3 gruba ścianka, cena 12 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **SŁUPKI** ocynkowane 60x40x1,3mm I gatunek za pół ceny, 10 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **PODESTY** ocynkowane do rusztowań warszawskich za pół ceny, za 50 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

☒ **RUSZTOWANIA** warszawskie nowe, cena 80 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 600 126 019.

SKUP ZBÓŻ
RÓWNIŻ Z PRZEZNACZENIEM
NA GORZELNIĘ / MINIMUM 10 TON

Zapewniam transport i odbiór z gospodarstwa

518 048 715

SKUP BYDŁA I CIELĄT
KONKURENCYJNE CENY
- byki - jałówki - krowy - konie
wysyłam na export

ODBIÓR Z GOSPODARSTWA W KAŻDEJ KONDYCJI
PŁATNOŚĆ GOTÓWKĄ LUB SZYBKIM PRZELEWEM

tel. 519 136 146, 506 385 510

**SKUPUJEMY ZBOŻE
NA PASZĘ**
szybki przelew lub gotówka

517 055 016

SKUP ZBOŻA
• żyto • owies
• pszenżyto i inne

Magazyn Żelechów lub odbiór z gospodarstwa

508 151 622

SKUP KONI
w każdej kondycji

Szybka płatność - dwa dni

517055 016
506 385 510



RECYKLING CENTER

RYKI, UL. LUBELSKA 43

KIERUNEK Chrustne

SKUP ZŁOMU

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

SKUP ZŁOMU
☎ 609 126 733

AUTO KASACJA

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

AUTOKASACJA
☎ 781 200 418

SPRZEDAŻ CZĘŚCI

☎ 603 756 451

PRODUCENT OPAKOWAŃ KARTONOWYCH



BOX - MASTER

Tworzymy kartony dopasowane do Twoich potrzeb

- opakowania w standardzie Fefco
- pudła klapowe
- pudła fasonowe
- pudełka do paczkomatów
- wypełniacze tekturowe



📍 Oszczywik 61, 08-500 Ryki

✉ boxmaster_@outlook.com 📞 734 036 346

PRĘTY żebrowane fi.8 dł 6mb wyprzedź tanio 2,90 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

BLACHA czarna 2mm 1x2 zimnowalcowana, cena 160 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SIATKA ogrodzeniowa fi .3mm 150cm wysokości, cena 16 zł/mb, Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

RURA na słupy do wiat używana fi.219x6 cena 2,40 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SŁUPKI ocynkowane 60x40x1,3 mm II gat. cena 5 zł/mb. Ryki Stawex. Tel. 888 302 303, 502 375 285.

KĄTOWNIK z/g 20x20x1,5mm cena 1,34 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PRZĘŚLA ogrodzeniowe ocynkowane siatka zgrzewana w kątowniku 30x30, za pół ceny, 55 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

PRĘTY żebrowane fi.12 cena 34 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

BLACHA na rozrzutniki 3mm 2x6mb docinamy na wymiar, cena 120 zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

SZTACHETY ocynkowane 1mm x 8cm x 135cm cena 8 zł/szt. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

BLACHY trapezowe nowe T18 i T35 końcówki z produkcji, cena 22 Zł/mkw. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

DWUTEOWNIK ocynkowany 140 używany, cena 3 zł/kg. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

CEOWNIK ocynkowany 40x30x1,5mm cena 3 zł/mb. Maciejowice Stawex. Tel. 888 302 303, 486145069.

CEGŁA biała dziurawka, cena do uzg. Okolice Trojanowa. Tel. 608 112 852.

PRĘT gwintowany M8 x 1000 nierdzewny 60szt. nowy, cena 250 zł całość. Dęblin. Tel. 697 421 696.

DLA DZIECI

SPRZEDAM



WÓZEK SPACERÓWKA Kinderkraft. Stan b.dobry. Używana sporadycznie. Udogodnienia: regulowane oparcie, regulowany podnóżek, szelki z 3-punktowym zapięciem, uchwyt na butelkę, odpinana przednia rączka/pałak, szybki system składania. POLECAM. Cena 180 zł. Tel. 724 002 205.

ZWIERZĘTA

SPRZEDAM

GEŚ i gąsiora. Cena do uzg. Okolice Ryk. Tel. 697 335 385.

KROWA 6 lat, po wyciele- niu, czarno-biała. Okolice Ryk. Tel. 666 220 178.

BYCZEK mięsny LM 2-tygo- dniowy, cena do uzg. Okolice

Ryk. Tel. 505 544 375.

KRÓLIKI. Okolice Ryk. Tel: 515 718 705

TUCZNIKI. Okolice Ryk. Tel: 504 383 022

KONIKI polskie z pełnym pochodem do programu. Stary Miastków. Cena do uzgodnie- nia. Tel: 606 442 236

KACZKI duże tegoroczne, Ryki. Tel. 693 102 104.

PROSIĘTA. Cena do nego- cacji. Tel. 606 181 345

ZWIERZĘTA

KUPIĘ

KUPIĘ szczeniaka ratlerka. Do 600 zł. Tel: 724 111 557

ZWIERZĘTA

ODDAM

PSY. Mam do oddania 2 psy podwórkowe, suka i pies, wiek 3-4 lata. Tel. 504 752 753 lub 782 348 052.



KLIMATYZACJA CHŁODNICTWO WENTYLACJA

KOMPLEKSOWE INSTALACJE SANITARNE

KLIMATYZACJA
WENTYLACJA
POMPY CIEPŁA
CHŁODNICTWO

KONSERWACJA
NAPRAWA
MONTAŻ
SERWIS

ul Warszawska 55 tel. 722 125 180
 08-500 Ryki www.kicwent.pl

ODDAM PIESKA czarnego, 3 miesięczny. Oddam tylko w dobre ręce. Łańcuch wyklu- czony. Tel. 660 702 931.

RÓŻNOŚCI

SPRZEDAM

PIEC CO na drzewo i węgiel 100m, cena 4.000 zł. Tel. 694 966 771.

AKORDEON włoski Buri- ni 120 basów, stan idealny z pokrowcem, 100% strój oraz powietrze, okazja 4-chórowy- !Cena do uzgodnienia. Tel. 880 410 620

KIBEL drewniany z nowych desek, nieużywany, ładne wy- konanie. Jakubówka. Tel. 889 315 347.

AKORDEON Hohner Tango V, 120 basów 4/5 kremowy, po remoncie i strojeniu. Cena 2.900 zł. Moszczanka. Tel. 795 862 073.

AKORDEON WELTMEISTER STELLA szaroperłowy, 120 ba- sów, 16 registrów, sprawny, strojony, cena 1.800 zł. Mosz-

czanka. Tel. 795 862 073.

BIG BAGI, różne rodzaje. PROMOCJA. Kłoczew. Tel. 661 287 638.

WIATA do rozbiórki, wym 10x5 m. cena do uzg. Ryki. Tel. 600 375 564.

STARE lustra, monety, dzwonki, janczary, mundury itp. Tel: 696 603 869

DĘBY na pniu. Brusów. Tel. 602 228 637.

PRACA

SZUKAM

SPRZĄTANIE biur, kla- tek schodowych, itp., jestem punktualna i dyspozycyjna. Tel: 789 096 817

KIEROWCA c lub ce, intere- suje mnie praca z codziennymi powrotami ewentualnie 1 noc w samochodzie. Tel: 513 550 960

SZUKAM pracy na stałe jako pomocnik ogólnobudow- lany, pomocnik na budowie,

POSADZKI

MIXOKRETEM UDZIELAM GWARANCJI NA POZIOM

WYLEWKI ANHYDRYTOWE

TYNKI

AGREGATEM



T. Panasiewicz - 663 776 972

SZAMBA

zbiorniki betonowe na scieki

domowe, przemysłowe, deszczówkę, gnojownicę



tel. 791 519 607
 www.szambabetonowe-brat-bet.pl, brat-bet@wp.pl

przy kostce brukowej, na magazynie produkcji, w firmie sprzątającej, gastronomia jako pomoc kuchenna, jestem osobą sumienną i punktualną. Wola Rębkowska Garwolin i okolice. Tel: 513 768 698

PRACA DAM

☒ **KRAWCOWA** / szwaczka do szycia odzieży lekkiej, ochronnej, roboczej. Fabryka odzieży Garment, Sobolew. Tel: 535 802 102

☒ **PRACOWNIK** produkcji. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

☒ **POMOCNIK** operatora maszyn. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

☒ **MAGAZYNIER.** Prolech, Stary Puznów. E-mail: magazyn@prolech.com.pl

☒ **MAGAZYNIER.** Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

☒ **PRACA** na fermie trzody chlewnej przy hodowli świń, nadzór nad zdrowotnością i żywieniem zwierząt, karmienie i pojenie, prace gospodarskie i naprawcze. Gmina Górzno. Tel: 513 159 511

☒ **OPERATOR** maszyn. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

☒ **ELEKTRYK** utrzymania ruchu. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

☒ **AUTOMATYK** utrzymania ruchu. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

☒ **KIEROWCA** kat. B / magazynier. Garwolin, Maxim Dystrybucja. Tel: 502 685 425

☒ **STARSZY** specjalista ds. rozwoju produktu. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

☒ **SAMODZIELNA** księgowa. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

☒ **PRACOWNIK** produkcji, dział miksovania. Brueggen Polska Sp. z o.o., Celejów. Tel: 722 221 182

☒ **PRZEDSTAWICIEL** handlowy ds. detalu w branży FMCG. Garwolin, Maxim Dystrybucja. Tel: 502 685 425

☒ **SALON FRYZJERSKI w Garwolinie zatrudni fryzjera męskiego z doświadczeniem.** Tel. 503 157 609

☒ **PIEKARZA** zatrudnię z doświadczeniem zawodowym. Piekarnia Parysów, praca od godz.17. Tel: 503 120 454

☒ **FIRMA** transportowa Imbex Group Sp. z o.o. zatrudni podwójną obsadę lub pojedynczą na trasy Polska - Hiszpania. Siedziba firmy: Gizyce, gmina Iłów. Tel: 601 957 378

☒ **KSIĘGOWA** na pełen etat. Moto-Kowalczyk. Tel: 509 380 700

☒ **MAJSTER**, płytkarz - ogólnobudowlany. Praca w okolicach Garwolina i Warszawa. Tel: 669 969 319

☒ **PRACA** w domu przy komputerze. Atrakcyjne zarobki 4500-8000 zł / miesiąc. Info na stronie: system.xaa.pl

USŁUGI ZLECĘ

☒ **ZLECĘ** wykonanie sprzątnia kompleksowego, po budowlanego w nowo powstałym budynku, w skład kompleksowego sprzątnia po budowlanego wchodzi m.in.: usuwanie pyłu budowlanego z wszystkich powierzchni, mycie okien, futryn, szyb i parapetów, czyszczenie ścian i sufitów z zabrudzeń poprojektowych, doczyszczanie posadzek, schodów i listew przypodłogowych, usuwanie resztek taśm, folii ochronnych, silikonu, pianek montażowych, przygotowanie obiektu do odbioru przez inwestora. Sulbiny, ul. Warszawska. Tel: 601 153 822.

USŁUGI

☒ **USŁUGI** koparko-ładowarką, wywrotka itp. Powiat garwoliński i okolice. Tel: 509 127 518

☒ **WYNAJEM** szalunków stropowych, podpór, dźwigarów, transport, możliwość dłuższej

współpracy, faktura FV. Tel: 535 802 102

☒ **NAPRAWA** wydechów samochodowych, stal nierdzewna lub czarna, możliwość wykonania nowego lub naprawy obecnego. Tel: 798 518 478

☒ **USŁUGI** ślusarsko-spalownicze, bramy, ogrodzenia, balustrady, meble loft itd. oraz naprawy spawalnicze również u klienta. Tel: 798 518 478

☒ **ODZYSKIWANIE** danych z dysków, możliwy dojazd do klienta. Garwolin. Tel: 505 776 229

☒ **POGOTOWIE** komputerowe, błyskawiczne usługi informatyczne dla firm oraz osób prywatnych, pn.- pt. Garwolin +30km. Tel: 505 776 229

☒ **USŁUGI** spawalnicze, sześciopiętrowy zakres. Sobolew. Tel: 503 564 160 / 509 818 820

☒ **KOMPLEKSOWE** usługi remontowo-wykończeniowe, gładzie gipsowe, malowanie, adaptacja poddaszy, zabudowy gk, układanie glazury, gresu, kamienia naturalnego, hydraulika, elektryka, tapingowanie, tynki dekoracyjne, żywice epoksydowe, montaż paneli, deski, drzwi. Tel: 514 636 368

☒ **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.

☒ **USŁUGI** elektryczne, wykonanie i modernizacja instalacji elektrycznych, usuwanie awarii, montaż gniazd, włączników światła, montaż oświetlenia led, podłączenia urządzeń AGD z podbiciem gwarancji, wideodomofony, automatyka bram, monitoring. Tel: 602 584 136

☒ **NAPRAWA** telewizorów, szybko i niedrogo. Garwolin. Tel: 507 253 977 / 25 682 35 33

☒ **WYCINKA** drzew i krzewów itp. koszenie zieleni i nieużytków. Prace ogrodowo-po-

SZWAŁNIA
etKRAFT
ZATRUDNI
KRAWCOWE - SZWACZKI
Z DOŚWIADCZENIEM
☎ 509 350 719
502 676 046

dwórkowe. Drobne naprawy i remonty. Glebogryzarka. Tel: 500 463 989.

CENTRUM
UBEZPIECZEŃ
☎ 577 027 047
ubezpieczenia@taniaskadka.pl
ul. Targowa 6 lok. U3 Garwolin

☒ **CENTRUM** Ubezpieczeń i Rejestracji Pojazdów, komunikacyjne, majątkowe, życie, podróż. Garwolin, ul. Targowa 6 lok. U3, e-mail: ubezpieczenia@taniaskadka.pl, tel. 577 027 047 online. Punkt DPD Pickup.

☒ **NAPRAWA** ekspresów do kawy: Jura, Nivona, Siemens, Bosch, Philips, Saeco, Delonghi. Trojanów. Tel: 575 874 124.

☒ **USŁUGI** remontowe, zabudowy, gładzie gipsowe, malowanie ścian, płytki ceramiczne, gres, glazura, kompletna łazienka. Tel: 883 691 572

☒ **WYKONAM** świadectwa charakterystyki energetycznej budynku lub mieszkania. Pełnię funkcję Kierownika budowy, Inspektora nadzoru. Wykonam ekspertyzy budowlane, Legalizacja samowoli budowlanych. Tel: 502 911 656

☒ **AFOCOPY** Biuro Serwis - Serwis naprawy sprzedaż sprzętu, urządzeń biurowych: drukarek, kserokopiarek. Wymieniamy i sprzedajemy tonery. Tel: 501 671 999, e-mail: biuroserwis@afocopy.pl

☒ **OFERUJĘ** usługi takie jak wycinka drzew, usługi rębaniem (rozdrabnianie gałęzi), koszenie trawy, karczowanie. Ryki i okolice. Tel: 508 411 669

TOWARZYSKIE

☒ **EMERYT** po 60-tce pozna samotną Panią do 68 lat. Tel: 502 967 975.

Powiatowy Urząd Pracy w Rykach w dniu 17.11.2025 r. dysponuje następującymi ofertami pracy:

- » betoniarz/operator węzła betoniarskiego
- » kierowca kategorii D
- » kierowca samochodu ciężarowego
- » magazynier
- » malarz-lakiernik konstrukcji i wyrobów metalowych
- » monter/składacz okien i ogrodzeń
- » monter rurociągów przemysłowych
- » murarz
- » nauczyciel współpracujący kształcenie
- » nauczyciel wychowania przedszkolnego z językiem angielskim
- » operator koparko-ładowarki / koparki
- » organizator imprez turystycznych
- » pomocniczy robotnik drogowy
- » pracownik produkcji, operator maszyn - prefabrykaty betonowe
- » spawacz
- » starszy referent w oddziale organizacyjno-kadrowym
- » tokarz w metalu
- » zbrojarz

WIĘCEJ INFORMACJI MOŻNA UZYSKAĆ U POŚREDNIKÓW PRACY LUB POD NUMEREM TELEFONU (81) 865-33-46 LUB (81) 865-33-48.

KOREPETYCJE OFERUJĘ

☒ **KOREPETYCJE** z matematyki, po wydziale matematycznym politechniki

warszawskiej, korepetycje w zakresie szkół podstawowych, średnich pods. i rozsz. i wyższych. Garwolin. Tel: 664 475 322

OGŁOSZENIE

Samochód Mercedes-Benz Unimog U 400

wraz z następującym osprzętem: głowicą do poboczy BRG 1000 (nr ewid. 582/529/09), głowicą do cięcia gałęzi FSG 2000A (nr ewid. 582/528/09), tablicą ostrzegawczą U-26C (nr ewid. 624/090/09), pługiem odśnieżnym VARIO KL-V32 (nr ewid. 809/240/09), posypywarką STRATOS 25-24VCXN (nr ewid. 582/530/09), głowicą do koszenia HMK 1200 (nr ewid. 582/527/09) i wysięgnikiem FME 600 z osprzętem (nr ewid. 582/526/09)

- nr inw. 743/432/09,
- rok prod. 2009,
- nr rej. WG 2619J,
- cena wywoławcza 240 000,00 zł brutto (za samochód wraz z osprzętem)

Niniejszym ogłasza się przetarg pozwalający na wyłonienie ewentualnego nabywcy. Szczegółowych informacji o stanie technicznym, miejscu przechowywania i możliwościach obejrzenia w/w środka udziela p. Kamil Mucha tel.(25) 682-01-79. Ogłoszenie o przetargu zostało zamieszczone na stronie BIP MZDW w Warszawie.

Oferty (na wymaganym wzorze druku) zawierające imię, nazwisko, adres, tel. kontaktowy, nazwę środka, nr inwentarzowy oraz oferowaną kwotę nabycia, należy kierować w zamkniętych kopertach z napisem „Przetarg - nie otwierać” wraz z informacją na kopercie, którego postępowania oferta dotyczy (nr postępowania- E-3.233.15.2025.1.MZ), do MZDW w Warszawie przy ul. Kolejowej 5/7, w terminie do dn. 27.11.2025 r. do godz. 10.00. Otwarcie ofert nastąpi w dniu 27.11.2025 r. o godz. 11.00. Termin związania ofertą wynosi 30 dni. Sprzedający zastrzega sobie możliwość unieważnienia przetargu bez podania przyczyny.



PAMIĘĆ NIGDY NIE GAŚNIE



Tradycyjnie w pierwszą niedzielę po Wszystkich Świętych przedstawiciele jednostek straży pożarnej wzięli udział w uroczystej Mszy św. Stanęli z pochylonymi głowami, by jeszcze raz przywołać w pamięci tych, z którymi nieśli pomoc w potrzebie

Listopad jest miesiącem zadumy i pamięci o tych, którzy odeszli. To czas refleksji nad człowieczym istnieniem i ludzkim losem. Od 17 lat w tym czasie spotykają się również strażacy z terenu powiatu ryckiego, którzy pamiętają o swoich poprzedni-



W tym roku na uroczystość do Ryk przybyło 27 pocztów sztandarowych jednostek OSP z całego powiatu, PSP w Rykach oraz Urzędu Miejskiego w Rykach. Pododdziały wprowadził druh Mariusz Kowalczyk, komendant gminny OSP w Rykach

kach. Pomysłodawcą takiej uroczystości był ś.p. ks. kan. Bogdan Koziół, ówczesny proboszcz parafii Wniebowzięcia Matki Bożej w Leopoldowie oraz kapelan strażaków. Od kilku lat uroczystości odbywają się w kościele Najświętszego Zbawiciela w Rykach. Uroczystej mszy przewodniczył ks. kan. Stanisław Chodźko, proboszcz parafii, a za-

razem dziekan dekanatu ryckiego. W kazaniu ks. kanonik niejednokrotnie podkreślał rolę strażaków w życiu społecznym, którzy nie wahali się poświęcać swojego życia i zdrowia, by ratować życie i mienie ludzkie. W niedzielnej uroczystości uczestniczyły delegacje Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Rykach z komendantem st.

bryg. Krzysztofem Morawskim na czele oraz Oddziału Powiatowego Związku Ochotniczych Straży Pożarnych RP

w Rykach, reprezentowanego przez prezesa Dariusza Szczygielskiego. Obecni byli także przedstawiciele sa-

morządów gminnych: wójt Nowodworu Ryszard Piotrowski, wójt Ułęża Izabela Kulik, wójt Kłoczewa Zenon Stefanowski, burmistrz Ryk Jarosław Żaczek. Tradycyjnie, przed Mszą św., odbył się apel pamięci, podczas którego strażacy zapalili symboliczne znicze pamięci dla zmarłych druhów.

*Teraz syreny płaczą cicho
Wiatr niesie wieść.
Nie spieszą już na alarm,
W wiecznym spoczynku cześć.*

*Gaśnie w sercach ten płomień,
Co w akcjach szalał,
Lecz pamięć o Was druhowie
będzie w naszej myśli i słowie.*

Zbigniew Jończyk



Uroczystą Mszę św. w intencji zmarłych strażaków uświetniła Orkiestra Dęta OSP Ryki



Pamięć zmarłych strażaków uświetniła również obecność pocztu sztandarowego Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Rykach



Hołd zmarłym oddają przedstawiciele samorządów z terenu powiatu ryckiego



Tradycyjnie przed Mszą św. zapalono znicze pamięci



Listopad jest miesiącem zadumy, pamięci i modlitwy za tych, którzy odeszli. Od kilku lat w tych dniach spotykają się również strażacy z terenu powiatu ryckiego na mszy św. w intencji zmarłych kolegów i koleżanek

TAK ODDALIŚMY HOŁD



Śpiewem, modlitwą, tańcem, marszem i biegiem. Mieszkańcy całego powiatu oddali hołd walczącym o niepodległość w 107. rocznicę jej odzyskania przez Polskę.

W 1918 roku, po 123 latach niebytu, Polska znów pojawiła się na mapie

Europy. Ten historyczny moment, możliwy dzięki poświęceniu kilku pokoleń Polaków, świętujemy

od 107 lat. Hymn państwowy, wystąpienia okolicznościowe, apel pamięci, salwa hono-

rowa, złożenie wieńców - to oficjalne elementy obchodów rocznicowych. Nie zabrakło również tych

mniej oficjalnych spotkań na koncertach, przedstawieniach, pokazach, wystawach, imprezach spor-

towych. Wszystko po to, aby wspólnie cieszyć się z wydarzeń sprzed 107 lat.
Zbigniew Jończyk



➤ Mieszkańcy Dębłina i goście z regionu spotkali się, by wspólnie wyruszyć w III Rajd „Idę dla Niepodległej”. Tradycyjnie już miejskie świętowanie Niepodległości zyskało sportowy charakter – biało-czerwone barwy, flagi i mnóstwo uśmiechów stworzyły wyjątkową atmosferę (fot. UM Dęblin)



➤ Przed Pomnikiem „Bojownikom o Wolność Ojczyzny” w Rykach odbył się główny uroczystości powiatowe z okazji Święta Niepodległości. Wzięło w nich udział wiele pocztów sztandarowych m.in. policji, straży pożarnej, instytucji, szkół. Okolicznościowe przemówienie wygłosił starosta Dariusz Szczygielski, który podkreślił znaczenie jedności i odpowiedzialności za wspólne dobro. - Wolna Polska nigdy nie była dana nam raz na zawsze. Była i pozostaje owocem odwagi, jedności oraz odpowiedzialności. Choć wielokrotnie próbowano ją nam odebrać – w czasach zaborów, w okresie wojen i okupacji – duch narodu polskiego nie zgasł. Dziś możemy z dumą powiedzieć: warto było walczyć o wolność, warto było ją odzyskać i warto o nią dbać każdego dnia - podkreślił starosta (fot. Starostwo Powiatowe)



➤ Biało-czerwone morsowanie w Święto Niepodległości to już tradycja w Nieformalnym Klubie Morsa „Z łabędziem być”. Klubowicze rozpoczęli je od odśpiewania hymnu po czym z patriotycznymi akcentami zanurzyli się w starorzeczu Wisły w Stężycy



➤ W hali sportowej w Kłoczewie w ramach akcji „Niepodległa do hymnu” wspólnie odśpiewano „Mazurka Dąbrowskiego”. Część artystyczną rozpoczął Zespół Pieśni i Tańca Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie „Jawor”. Nie mogło tego dnia zabraknąć również występów lokalnych zespołów artystycznych Kłoczewiaków i zespołów śpiewaczych z Czernica i Kawęczyna oraz najmłodszych mieszkańców - grupy Flow oraz grupy tańca towarzyskiego działających przy GOK w Kłoczewie (fot. Gmina Kłoczew)



➤ Uroczysty apel z okazji Narodowego Święta Niepodległości odbył się również w 4. Pułku Saperów w Dęblinie. Podczas wydarzenia wręczono odznaczenia i medale żołnierzom oraz pracownikom Resortu Obrony Narodowej w uznaniu ich wzorowej służby i zaangażowania na rzecz Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej. Dowódca płk Jacek Zaniewski w swojej przemowie podkreślił znaczenie patriotyzmu, honoru i tradycji wojskowych, przypominając, że niepodległość nie jest dana raz na zawsze - wymaga codziennej służby, odpowiedzialności i poświęcenia (fot. 4 Pułk Saperów)



➤ Przy pomniku Bohaterskim Lotnikom Dęblińskiej Szkoły Orłąt odbył się uroczysty Apel z udziałem dowódców i żołnierzy Garnizonu Dęblin oraz władz miasta. Głos zabrał m.in. Tomasz Mikusek, przewodniczący Rady Miasta, który między innymi przypomniał prawdę o charakterze wolności, która jest nie tylko dana raz na zawsze, ale także stanowi zadanie dla każdego obywatela. Odbyła się także ceremonia przyznania awansów na wyższe stopnie wojskowe oraz wręczenia odznaczeń żołnierzom i oficerom. Uroczystości przy pomniku zakończyły się Apелеm Pamięci, salwą honorową i złożeniem wieńców pod pomnikiem oraz defiladą pododdziałów (fot. MSP Dęblin)

NIEPODLEGŁEJ



Na ulicach Ryka odbył się jubileuszowy XV Bieg Niepodległości o Puchar Burmistrza. Udział w nim wzięło blisko 300 biegaczy i biegaczek (fot. fb Dariusz Bogusz)



Hołd twórcom niepodległości oddali również motocykliści z dęblińskiej grupy Delta. „Te spotkania i symboliczne „parady” z okazji 11 listopada to nasza tradycja, którą z dumą i ochotą kontynuujemy od lat. Pamiętamy i szanujemy tę jakże istotną datę” – napisali na swoim profilu (fot. SGM Delta)



Klasa VIII oraz szkolny chór dziewcząt z klas IV, V i VI Szkoły Podstawowej w Nowodworze zaprosili wszystkich na wyjątkową lekcję historii, w której poprzez poezję oraz pieśni i piosenki patriotyczne przypomnieli o tym, jak nasz kraj pragnął i dążył do niepodległości. Akademię zakończyło uroczyste odśpiewanie Roty (fot. SP Nowodwór)



O bohaterach polskiej niepodległości pamiętali młodzieżowcy z Ochotniczej Straży Pożarnej. W dniu Narodowego Święta złożyli wiązanek pod pamiętkowym obeliskiem w centrum wsi (fot. OSP Ownia)



Wieczorem na cmentarzu wojennym w Dęblinie zapłonęły znicze w ramach akcji „Znicze dla Niepodległej” (fot. UM Dęblin)



Z okazji 107. rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości w Gminnym Ośrodku Kultury i Bibliotece w Ułężu odbyła się uroczystość pn. „Dla Niej...”. Uczestnicy 11 listopada uczcili na różne sposoby poprzez twórczość teatralną, śpiew oraz taniec. Zabrzmiąły utwory, teksty, które towarzyszyły Polakom w czasach pokoju, radości jak i wojen i żałoby (fot. GOKiB Ułęż)



W różnych miejscach powiatu Święto Niepodległości uświetniła Ułańska Straż Tradycji i Wiary pod dowództwem kp. ppor. Dariusza Cabaja, proboszcza parafii Bobrowniki (fot. Starostwo Powiatowe)



III Rajd „Idę dla Niepodległej” po raz kolejny pokazał, że w Dęblinie patriotyzm to nie tylko pamięć o historii, ale też wspólne działanie, ruch i uśmiech (fot. UM Dęblin)



Joanna Wierzchowska ze Starej Rokitni od najmłodszych lat patriotycznych zachowań uczy swoje dzieci Marcela i Emilię biorąc udział w gminnych obchodach Święta Niepodległości w Stężycy



Świętowanie Dnia Niepodległości przypadło pani Ninie Zawodziań w Stężycy, skąd pochodzi. Często ze swoimi córeczkami Julką i Leną odwiedzają babcie Agnieszka. Wspólnie wybrały się 11 listopada pod pomnik Bohaterów Ziemi Stężycy



Laura Fal, Filip Cuch, Natalia Balas, Konstancja Bartosiewicz, Sebastian Długaszek, Angelika Winiarek z dumą prezentowali sztandar Szkoły Podstawowej im. Marii Konopnickiej w Stężycy oddając tym samą cześć tym, którzy walczyli o niepodległość Polski

ŻYWY POMNIK DLA BOHATERA SPOD MONTE CASSINO



W 107. rocznicę odzyskania niepodległości, władze gminy i rodzina posadzili drzewo poświęcone rodakowi, kpr. Władysławowi Cmielowi. Żołnierz 2. Korpusu Polskiego poległ w bitwie o Monte Cassino



Platan symbolizujący poległego w wojnie żołnierza, w obecności władz gminy, rodziny oraz mieszkańców Kłoczewa i okolic, poświęcił proboszcz kłoczewskiej parafii ks. dr Piotr Paćkowski

PLATAN Z KAPSUŁĄ W KORZENIACH

Celem spotkania było posadzenie drzewa pamięci. Wójt Gminy Kłoczew, Zenon Stefanowski, wyjaśnił znaczenie tej inicjatywy: - *Z okazji obchodów Święta Niepodległości posadzimy żywy pomnik pamięci, poświęcony naszemu rodakowi, który złożył ofiarę życia na ołtarzu ojczyzny. Niech ten pomnik opowia-*

da przyszłym pokoleniom historię męstwa i poświęcenia dla niepodległej Rzeczypospolitej.

Platan, posadzili wspólnie wójt oraz najbliżsi krewni poległego żołnierza: Katarzyna i Kamil Cmiel oraz Marianna Sadowska. Przed posadzeniem członkowie rodziny oraz wójt podpisali dokument potwierdzający uroczystość. Akt ten, zamknięty w metalowej kapsule, wójt

umieścił w zagłębieniu bryły korzeniowej drzewa. Nowy znak pamięci poświęcił proboszcz kłoczewskiej parafii, ks. dr Piotr Paćkowski.

Na zakończenie ceremonii głos zabrała najstarsza krewna żołnierza. - *W imieniu swoim i całej rodziny Władysława Cmiela, poległego bohatera w bitwie pod Monte Cassino, chcę podziękować panu wójtowi i za umiesz-*

czenie naszego przodka na pomniku poległych w Woli Zadybskiej oraz za trud włożony w całą dzisiejszą uroczystość. Dziękuję też wszystkim, którzy przyczynili się do jej przygotowania - zaznaczyła Marianna Sadowska.

SZLAK BOJOWY KPR. WŁADYSŁAWA CMIELA

Władysław Cmiel vel Ćmiel urodził się 19 lipca 1915 roku w Borucisze (gmina Kłoczew). Był trzecim z siedmiorga dzieci Marianny i Franciszka. Wychowywał się w gospodarstwie rodziców i uczęszczał do szkoły powszechnej. Kiedy w 1932 roku zmarła jego matka, został półsierotą i prawdopodobnie podjął pracę jako pracownik rolny w Woli Zadybskiej. Następnie odbył służbę wojskową w 15 Pułku Piechoty „Wilków” w Dęblinie, gdzie wyróżnił się jako wyborowy strzelec. W kampanii wrześniowej 1939 roku walczył w szeregach swojego Pułku. Podczas odwrotu na Wschód, 19 września

1939 roku w okolicy Dęboczy, został wzięty do niewoli przez Sowieców. Został osadzony w obozie w Krzywym Rogu (ZSRS), a w czerwcu 1940 roku skierowano go do obozu kolejowego w republice Komi. Rok później przeniesiono go do kolejnego obozu - w Jurze.

Z ostatniego miejsca zsyłki został zwolniony na mocy amnestii, wynikającej z układu Sikorski-Majski. Następnie dotarł do Patuszczewa, gdzie formowała się armia gen. Władysława Andersa. Przez Iran, Palestynę i Egipt przeszedł szlak bojowy, który zakończył się we Włoszech. Służył w stopniu kaprała w 3 Kompanii 13 Wileńskiego Batalionu Strzelców Rysiów.

Kpr. Władysław Cmiel poległ 12 maja 1944 roku w walkach pod Monte Cassino. Jego szczątki przeniesiono później na Polski Cmentarz Wojenny na Monte Cassino. Władysław Cmiel był pośmiertnie wielokrotnie odznaczany.

Tomasz Kępk

Śpiewali w królewskiej rezydencji

Młodzi artyści - Jagoda Józwiak, Karolina Papiewska i Jakub Czerski - wystąpili w Sali Balowej Zamku Królewskiego, oddając hołd Niepodległej podczas X Ogólnopolskiego Koncertu Pieśni Patriotycznej „Śpiewam mojej Ojczyźnie”



Możliwość śpiewania w królewskich komnatach była dla uczestników z Ryk wielkim wyróżnieniem (fot. DIAK Siedlce)

Cykliczne wydarzenie, organizowane przez Akcję Katolicką w Polsce, na stałe wpisało się w kalendarz patriotycznych spotkań. W tegorocznym jubileuszowym koncercie wzięło udział 89 wykonawców (solistów i zespołów), reprezentujących 11 diecezji. Wśród nich znaleźli się zdolni, młodzi artyści z Ryk, podopieczni

Ogniska Muzycznego: Jagoda Józwiak, Karolina Papiewska i Jakub Czerski. Zostali oni zaproszeni na Zamek Królewski przez Janusza Leśniaka, prezesa Diecezjalnego Instytutu Akcji Katolickiej w Siedlcach, jako laureaci konkursów diecezjalnych.

- *Patriotyzm i miłość do ojczyzny łączą wszystkich Polaków. Dlatego koncertem na Zamku Królewskim w Warszawie pragniemy wspólnie oddać hołd naszej ukochanej ojczyźnie, jej historii i bohaterom - mówił Andrzej Kamiński, prezes Akcji Katolickiej w Polsce.*

WYSTĘP NA ZAMKU KRÓLEWSKIM

Obie wokalistki, Jagoda i Karolina, zaśpiewały do akompaniamentu Jakuba Czerskiego, grającego na pianinie.

Jagoda Józwiak wybrała utwory „Taki kraj” i „Modlitwa Armii Krajowej”, zaś Karolina

Papiewska zaśpiewała „Warszawo ma” i „Ojczyzno ma”.

- *Koncert w Warszawie był dla mnie dużym przeżyciem. To wielkie wyróżnienie. Mogłam zdobyć cenne doświadczenie, poznać innych uczestników i zwiedzić Zamek Królewski - przyznała Karolina Papiewska.*

- *Czułam się bardzo dobrze. To było wspaniałe wydarzenie i ciekawa przygoda, bo nigdy wcześniej nie śpiewałam w zamkowych wnętrzach. Byłam przyjemnie zaskoczona tym, że mogłam tak swobodnie poruszać się po zamku - zauważyła Jagoda Józwiak.*

Wszyscy uczestnicy otrzymali pamiątkowe statuetki i dyplomy. Występ spotkały się z ciepłym przyjęciem gości.

- *Mieliśmy wiele okazji do wzruszeń. Piękną jest to, że tyle młodzi kultywuje tradycję. Mogliśmy posłuchać wielu wyjątkowych artystów - przyznał Janusz Leśniak. Koncert objął honorowym patronatem Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Karol Nawrocki.*

Tomasz Kępk

ZAŚPIEWALI DLA NIEPODLEGŁEJ



Wspólne śpiewanie pieśni i piosenek patriotycznych rozpoczęło się od Mazurka Dąbrowskiego. 11 listopada ze sceny kina „Renesans” w Rykach wybrzmiał koncert galowy z okazji Święta Niepodległości



■ Sala kina „Renesans” wypełniła się do ostatniego miejsca, chętnymi wysłuchania najpopularniejszych pieśni patriotycznych. Koncert rozpoczął się jednak wspólnym odśpiewaniem hymnu narodowego

Centrum Kultury i Sportu w Rykach oraz gmina Ryki tradycyjnie w Dzień Niepodległości zaprosili mieszkańców na wyjątkowy koncert. Sala kina „Renesans” wypełniła się do ostatniego miejsca publicznością, która przybyła by wysłuchać, ale i też pośpiewać najpopularniejsze pieśni patriotyczne. Na scenie tego popołudnia wystąpili: Orkiestra Dęta OSP Ryki, Rycki Chór Miejski wraz z Chórem Gminy Kurów, Zespół Tańca Ludowego „Ryki”, a także laureaci konkursu piosenki patriotycznej: Zofia Czechowska, zespół wokalny „Echo”, Emilia Głodek, Klara Puzio, Zespół Śpiewaczy „Pelagia” oraz chór „Fermata”.

„NIE MA INNEJ WOLNOŚCI”

Narodowe Święto Niepodległości to dla Polaków jedno z naj-

ważniejszych świąt państwowych. Po 123 latach zaborów oraz niewoli, naznaczonych walką oraz cierpieniem i wysiłkiem wielu pokoleń nasz kraj odzyskał suwerenność. W tym roku obchodzimy już 107. rocznicę tego wydarzenia.

- *Polska przetrwała 123 lata niewoli, ponieważ miała swoją kulturę, ponieważ była wierna swojej tradycji, historii, wierze, ponieważ był ten gen wolności i nadzieja, że ta Polska wróci. To właśnie ta nadzieja spowodowała, że Polacy po tych długich latach niewoli zorganizowali się, a kiedy przyszła potrzeba, stanęli na rozkaz, poszli walczyć o wolną Polskę i ją wywalczyli, a chwilę później tę wolną Polskę obronili. Walczyli o Polskę niepodległą, suwerenną, niezawisłą, niezależną od innych państw, która powinna mieć prawo do realizacji*



■ W programie słowno-muzycznym po raz drugi w Koncercie Galowym z okazji Święta Niepodległości zaprezentował się Chór Miejski z Ryk. Soliści zaśpiewali m.in. „Lance do boju, szable w dłoń, bolszewika goń, goń, goń”

swoich planów - mówił burmistrz Jarosław Żaczek. - *Jak jest 107 lat od odzyskania niepodległości? W moim przekonaniu Polska bez wojny, ale jednak systematycznie traci fragmenty swojej niepodległości. Na różnych polach: politycz-*

nym, gospodarczym, kulturowym. Wszystko zależy od nas. Od naszej odpowiedzialności, mądrości i od tego czy nie damy się poddać ułudzie, że istnieje jakaś inna wolność niż ta, o którą walczyli nasi przodkowie - zaakcentował burmistrz.

Zbigniew Jończyk

Donata Łukasiak, dyrektor CKiS w Rykach

Koncert Galowy stał się już naszą tradycją i pięknym dopełnieniem wszystkich uroczystości, jakie odbywają się z okazji Święta Niepodległości na terenie gminy Ryki i powiatu ryckiego. Jako CKiS dbamy o to, żeby tożsamość narodową pielęgnować w młodych ludziach. Dbamy o kształtowanie postaw patriotycznych poprzez organizację wielu wydarzeń o charakterze historycznym i patriotycznym.



■ Po raz kolejny podczas Koncertu Galowego publiczność mogła wysłuchać pieśni patriotycznych w wykonaniu Orkiestry Dętej OSP Ryki pod batutą Jarosława Mielko. W ich wykonaniu zabrzmiały m.in. „My pierwsza brygada”, „Szara Piechota” czy „Rozkwitały paki białych róż”



■ Na scenie w dwóch odsłonach zaprezentował się Zespół Tańca Ludowego Ryki z wiązką tańców również tych narodowych

DZIEŃ SENIORA PRZYCIĄGNAŁ TŁUMY



Na scenie zaprezentowały się młode talenty podczas koncertu „Dzieci Seniorom”. Wójt Zbigniew Chłaściak złożył życzenia seniorom, których w gminie jest jedna czwarta populacji

Inicjatywa koncertu „Dzieci Seniorom”, zapoczątkowana w poprzednich latach, zyskała stałe miejsce w kalendarzu lokalnych wydarzeń. Sala widowiskowa Gminnego Ośrodka Kultury w Stężycy 14 listopada dosłownie pękała w szwach.

Na uroczysty wieczór osoby w jesieni życia zaprosili wójt Zbigniew Chłaściak i radni gminni. Młodzież do występów przygotowali pracownicy GOK i nauczyciele szkół.

- Nasz koncert nazwalismy „Dzieci seniorom”, ale forma jest dowolna dla każdego uczestnika. Elementem wspólnym jest za to akcent położony na seniorów. Chcemy wyrazić im wdzięczność za ich mądrość, doświadczenie i wkład w nasze życie - zaznaczył Jarosław Wojdat, dyrektor GOK, przypominając, że 14 listopada przypada Ogólnopolski Dzień Seniora.



Chętnych do obejrzenia widowiska przybyło tylu, że w największej sali GOK-u zabrakło miejsc

SENIORZY STANOWIĄ 1/4 MIESZKAŃCÓW

Wójt Zbigniew Chłaściak otworzył wieczór artystyczny, wspominając wcześniejsze, udane imprezy dla starszych mieszkańców, m.in. zjazd chórów seniora.

- Seniorów jest w naszej gminie sporo, bo stano-

wią 1/4 całej populacji - zauważył wójt. Złożył też zgromadzonym życzenia: - *Zdrowia, radości, by spełniały się wasze niespełnione do tej pory marzenia. Niech wasza mądrość będzie inspiracją dla młodszych pokoleń.*

Do życzeń dołączyła się przewodnicząca rady gminy Justyna Karaś.



Seniorów powitał wójt Stężycy Zbigniew Chłaściak i przewodnicząca rady gminy Justyna Karaś. Oboje złożyli zgromadzonym życzenia

WYSTĘPY I WSPOMNIENIA MŁODYCH LAT

Podczas trwającego blisko dwie godziny występu, publiczność podziwiała:

- Bajkę o złotej rybce w brawurowym wykonaniu uczniów z Zespołu Placówek Oświatowych

w Pawłowicach pod opieką Elżbiety Kotłegi, Marzeny Grządki i Joanny Ochnik.

- Pieśni patriotyczne i energetyczną polkę w wykonaniu młodzieży z Publicznej Szkoły Podstawowej w Nowej Rokitni. Uczniów przygotowała Anna Niebieska, Iwona

Mikusek i s. Katarzyna Pyl.

- Reprezentację Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Stężycy, która zaprezentowała się w rockowych i harcerskich brzmieniach pod opieką Małgorzaty Łoń-Kamoli, Anety Frąckiewicz i Katarzyny Czerskiej.

Publiczność była pod wrażeniem talentów. - *Dziękujemy za wspaniałą organizację i piękny występ. Dla nas seniorów to wielkie przeżycie* - mówiła Izabela Domańska z koła rencistów i emerytów.

- *Bardzo podobał mi się zwłaszcza występ dziewczynek, które zaprezentowały tańce rockowe. Przypomniały mi się młode lata* - dodała Danuta Brzozowska.

Gmina zapowiedziała kontynuację akcji. W przyszłym roku wydarzenie prawdopodobnie odbędzie się w Centrum Edukacyjno-Sportowym w Stężycy.

Tomasz Kępk



Na ludowo zaprezentował się Zespół Szkolno-Przedszkolny ze Stężycy



Poucządzającą bajkę o rybaku i złotej rybce przypomnieli uczniowie Zespołu Placówek Oświatowych w Pawłowicach



Publiczna Szkoła Podstawowa z Nowej Rokitni uraczyła widzów piosenkami patriotycznymi

Mazowsze efektownie na koniec rundy

PIŁKA NOŻNA
- A KLASA (II GRUPA)

Mazowsze Stężycza wysoką wygraną 5:0 na wyjeździe z Zawiszą Garbów zakończyło rundę jesienną w II grupie A klasy

Składy oraz relacje z meczów Czarnych Dęblin (2:1 z Orłami Kazimierz) oraz Amatora Leopoldów/Rososz (4:4 z Garbarnią Kurów) zamieściliśmy w poprzednim numerze Twojego Głosu. Obie drużyny grały swoje mecze w sobotę. Ze względu na Święto Niepodległości 11 listopada poprzedni numer TG musieliśmy drukować już w niedzielę, więc nie zamieściliśmy wyników meczów niedzielnych. W tym i spotkania Mazowsza Stężycza.

Tymczasem stężyczanie bardzo efektownie zakończyli rundę jesienną. Zespół prowadzony przez trenera Macieja Wnuka pojechał do Garbowa na

mecz z tamtejszym Zawiszą. W 16 minucie Mikołaj Capała dał prowadzenie gościom ze Stężyczy. Po kolejnym kwadransie gry Mateusz Markowski dorzucił drugiego gola, a chwilę później Arkadiusz Gil podwyższył wynik na 3:0 dla gości ze Stężyczy. W drugiej części spotkania Mazowsze umiejętnie broniło wysokiego prowadzenia, a kiedy tylko mogli, to piłkarze ze Stężyczy próbowali podwyższyć ten rezultat. W 64 minucie ta sztuka udała się Krzysztofowi Buszowi. Mając czterobramkową zaliczkę i coraz mniej czasu do końca meczu rosła pewność gości na wywiezienie kompletu punktów z Garbowa. W 82 minucie kropkę nad „i” postawił ten, który zaczął to strzelanie, czyli Mikołaj Capała. Wygrana 5:0 spowodowała, że stężyczanie w doskonałych humorach wracali do domu. I w niezłych kończyli rundę jesienną. (awf)



Mazowsze Stężycza na zakończenie rundy jesiennej wygrało 5:0 w wyjazdowym meczu z Zawiszą Garbów

WYNIKI 13 KOLEJKI 8-9 listopada

Zawisza Garbów 0 (0)
Mazowsze Stężycza 5 (3)

Gole: 0:1 (16') Mikołaj Capała, 0:2 (31') Mateusz Markowski, 0:3 (35') Arkadiusz Gil, 0:4 (64') Krzysztof Busz, 0:5 (82') Mikołaj Capała

Mazowsze: Wolszczak - Gil, Reda, B. Skóra, Jermolik (80. J. Skóra), Mika, M. Marczak (70. Bednarczyk), Filiks, Busz, M. Markowski (75. Pasturczak), Capała (87. Tomaszewski).
Trener: Maciej Wnuk

Czarni - Orły	2:1
Garbarnia - Amator	4:4
Bogucin - Michów	0:0
Wilki - Uniszowice	4:4
Poniatowa-W. - Leokadiów	2:0
Zyrzyniak - Góra Puławska	2:4

TABELA

1. Czarni	13	33	41-16
2. Orły	13	33	51-20
3. Garbarnia	13	28	54-25
4. Amator	13	26	61-30
5. Żyrzyniak	13	25	31-20
6. Uniszowice	13	19	41-35
7. Wilki	13	19	22-37
8. Bogucin	13	17	32-33
9. Góra Puław.	13	17	33-45
10. Mazowsze	13	15	27-40
11. Michów	13	11	22-38
12. Poniat.-W.	13	9	19-43
13. Zawisza	13	8	16-38
14. Leokadiów	13	6	16-46

Nasi w kadrze Lubelszczyzny



Igor Belka

Igor Belka i Bartłomiej Bułhak - obaj z Ruchu Ryki - zostali powołani na konsultację do reprezentacji Lubelszczyzny na UEFA Regions Cup

Konsultacja odbędzie się 25 listopada w Milejowie, a poprowadzą je trenerzy Wojciech Stefański oraz Sebastian Luterek. To duże wyróżnienie dla piłkarzy Ruchu Ryki.

UEFA Regions Cup, to rozgrywki dla amatorskich drużyn organizowane przez Europejską Unię Piłki Nożnej (UEFA). Dotychczas odbyło się 13 edycji tych rozgrywek. Z polskich drużyn dotychczas najlepiej wypadła reprezentacja Dolnego Śląska, która dwukrotnie wygrywała te zawody (2007,



Bartłomiej Bułhak

2019) oraz raz zajęła drugie miejsce (2025).

MŁODZIEŻ W KADRACH WOJEWÓDZKICH

Również wielu młodych piłkarzy i piłkarek z klubów powiatu ryckiego otrzymało powołania na konsultacje do kadr wojewódzkich w poszczególnych kategoriach wiekowych.

Dziewczęta do lat 13: Nikola Tyszkiewicz (Orlik Dęblin), Maja Beczek (Legion Grabów Szlachecki), Julia Janiszek (Legion Grabów Szlachecki).

Dziewczęta do lat 15: Barbara Olszak (Ruch Ryki). Chłopcy do lat 10: Alan Komar (Legion Grabów Szlachecki).

Chłopcy do lat 11: Antoni Piszczek (Ruch Ryki)

(awf)

Wygrana Orłąt, porażka i remis Ruchu II

PIŁKA NOŻNA
- B KLASA (III GRUPA)

Na koniec rundy jesiennej Orłąt Nowodwór pewnie wygrały 3:1 z rezerwami Hetmana Gołąb

Podopieczni trenera Patryka Antolaka rundę jesienną kończyli na własnym boisku. Do Nowodworu przyjechał Hetman II Gołąb, który pod koniec piłkarskiej jesieni mocno się rozpedził i przed meczem z Orłętami wygrał dwa spotkania. Zresztą były to jedyne zwycięstwa gołębian w tych rozgrywkach. Ta sytuacja nie uległa zmianie po meczu w Nowodworze, bowiem Orłęta pewnie wygrały

3:1. Prowadzenie już w 10 minucie dał Marcin Gruza, a po przerwie, między 51 a 57 minutą nowodworzanie jeszcze dwukrotnie „ukłuli” rywala i, można by powiedzieć, było po meczu. Goście tuż przed końcem meczu zdobyli gola honorowego.

MIŁE ZŁEGO...

Niestety, nie udało się zakończeniu rundy jesiennej piłkarzom Ruchu II Ryki. Grali oni dwa mecze i teoretycznie mogli zdobyć 6 punktów. A musieli się zadowolić tylko jednym. A przecież w obu spotkaniach podopieczni trenera Borysa Piotrowskiego pierwsi strzelali gola. Ale od początku. Najpierw do Ryk przyjechały rezer-

wy Powiśla Końskowola. Rywale marzyli o wygranej i pierwszym miejscu w tabeli III grupy B klasy. Tymczasem to właśnie gospodarze objęli prowadzenie po голу Rafała Rybickiego. Niestety, później szwankowała skuteczność piłkarzy Ruchu, a tymczasem goście bezlitośnie wykorzystywali swoje okazje. Ostatecznie zakończyło się na 3:1 dla Powiśla II Końskowola, który ma tyle samo - 21 punktów - co Legion Tomaszowice i obie drużyny są na czele tabeli.

Co się nie udało w niedzielę u siebie, miało być naprawione w Święto Niepodległości w Woli Sernickiej. Tam, na zaległy mecz z KS Sernika-

mi pojechali rezerwiści z Ruchu. Teoretycznie byli faworytami, bo przecież grali z ostatnią drużyną w tej lidze. I tak też wyglądał ten mecz. W 11 minucie Rafał Gruza dał prowadzenie Ruchowi II.

A potem znowu festiwal niewykorzystanych sytuacji i gol stracony pod sam koniec meczu (84 minuta). Gdyby rycanie wygrali oba mecze, to mogliby być nawet na drugim miejscu w tabeli III grupy B klasy.

Może na wiosnę zespół prowadzony przez trenera Borysa Piotrowskiego poprawi swoją skuteczność, zarówno bramkową, jak i punktową.

(awf)

WYNIKI 11 KOLEJKI

8-9 listopada

Orłęta Nowodwór 3 (1)
Hetman II Gołąb 1 (0)

Gole: (1:0 (10') Marcin Gruza, 2:0 (51') Mateusz Mateńka, 3:0 (57') Marcin Gruza, 3:1 (87') Majcher

Orłęta: Wardal - Bakoń (90+3. T. Kępkal), Grązka (90+1. Chmielewski), Ł. Wojtaś (85. Baran), Mróz (85. Wetoszka), Madej (80. Puzio), Kawka (80. Cybula), M. Mateńka, Gruza (85. M. Wasilewski), K. Nowicki (80. J. Kryczka), H. Nowicki (80. Wqsik).
Trener: Patryk Antolak

Ruch II Ryki 1
Powiślak II 3

Gole: 1:0 Rafał Rybicki, 1:1 Charchuła, 1:2 - Charchuła, 1:3 Prusik

Kadet - Serniki	5:2
Lewart II - Laskowia	6:4
Legion - Widok	2:2
TJMMNW Lublin - pauza	

WYNIKI 4 KOLEJKI

11 listopada

KS Serniki 1 (0)
Ruch II Ryki 1 (1)

Gole: 0:1 (11') Rafał Gruza, 1:1 (84') Skowronek

Ruch II: Ozóg - Storczyk, Łukjan, Gruza, Kornel Głodek, D. Beczek, Rybicki (80. Kujda), Bichta, K. Mateńka, Bartosz Lipiec I (O. Kamil Głodek), A. Piotrowski. Trener: Borys Piotrowski

TABELA

1. Legion	10	21	25-11
2. Powiślak II	10	21	36-14
3. TJMMNW	10	19	29-15
4. Widok	10	17	22-21
5. Laskowia	10	16	24-22
6. Ruch II	10	14	19-16
7. Kadet	10	14	20-21
8. Lewart II	10	12	19-26
9. Orłęta	10	11	15-26
10. Hetman II	10	7	18-40
11. Serniki	10	4	15-30

W Rykach biegali patriotycznie i charytatywnie

LEKKOATLETYKA - XV BIEG NIEPODLEGŁOŚCI

Krystian Kuna z Lublina i Dominika Łukasiewicz z Ostrowca Świętokrzyskiego wygrali Bieg Niepodległości w Rykach. Na starcie stanęło ponad dwustu uczestników, w tym 64 kobiety

To już po raz piętnasty sympatycy biegania uczcili Święto Niepodległości biegiem. Pomimo nie najlepszej pogody, było biało-czerwono i radośnie. Biegano, aby świętować kolejną (tym razem 107.) rocznicę odzyskania Niepodległości przez Polskę, ale również aby spełnić dobry uczynek. Całe wpisywane z tego biegu - a zebrano 6.288 złotych i 67 groszy - przekazano na leczenie i rehabilitację 7-letniej Alicji Gudali.

Przed biegiem głównym na 5 kilometrów odbyły się biegi dla najmłodszych uczestników ryckiego wydarzenia. Jak co roku tym kilku- i kilkunastoletnim biegaczom nie brakowało pasji, chęci walki i radości z biegu. Na mecie czekały



W Rykach po raz piętnasty wystartował Bieg Niepodległości. Wygrał go Krystian Kuna z Lublina (na zdjęciu w czarnej koszulce i jasnoniebieskich spodenkach, numer 119) przed Andrzejem Starzyńskim z 4 Pułku Saperów w Dęblinie (na pierwszym planie z numerem 236)



W Rykach biegali również najmłodszy

ich niespodzianki, ciepły poczęstunek oraz medale i puchary ufundowane

przez Irenę Jeżewską, wiceprzewodniczącą Rady Miejskiej w Rykach.

Na trasie biegu głównego stanęło 147 panów i 64 panie. Do faworytów należeli Andrzej Starzyński (4 PSap. w Dęblinie), który przed rokiem wygrał rycką imprezę oraz Krystian Kuna (Lublin), który w poprzedniej edycji był trzeci. Tym razem lepszy okazał się ten drugi, który wyprzedził reprezentanta 4 Pułku Saperów o 7 sekund. Do rekordu trasy zabrakło ponad pół minuty. Najlepszy wynik Biegu Niepodległości należy do

Patryka Kozłowskiego z Radomia i wynosi 14 minut 31 sekund.

Organizatorami XV Biegu Niepodległości byli Jarosław Żaczek - burmistrz Ryk oraz Centrum Kultury i Sportu w Rykach.

Sponsorzy: EuroCold Robert Sienkiewicz, Spółdzielnia Mleczarska Ryki, Mosaic Studio, Moto Ryki, Wir-Bud Beton Towarowy, Bank Spółdzielczy w Rykach, MediTrans oraz Samorządowe Przedszkole nr 5 im.

Ewy Szelburg-Zarembiny w Rykach.

Patronat medialny: Twój Głos.

(awf)

WYNIKI

Mężczyźni - 5 km

1. Krystian Kuna (Lublin)	15:06
2. Andrzej Starzyński (4PSap. Dęblin)	15:13
3. Krzysztof Lotek (Lublin)	15:19

KATEGORIE

M16-29 - Krystian Kuna (Lublin)	15:06
M30-39 - Andrzej Starzyński (4PSap. Dęblin)	15:13
M40-49 - Marcin Głodek (Mazowsze Stężyca)	16:28
M50-59 - Mirosław Mielniczuk (Warszawa)	18:02
M60+ - Jerzy Mirosław (Strzyżewice)	19:47

Kobiety - 5 km

1. Dominika Łukasiewicz (Ostrowiec Św.)	17:17
2. Danuta Woszczyk (Kozienice)	18:13
3. Daniela Szpura (Biała Podl.)	20:37

KATEGORIE

K16-29 - Karolina Wawer (Dęba Wielkie)	21:07
K30-39 - Dominika Łukasiewicz (Ostrowiec Św.)	17:17
K40-49 - Danuta Woszczyk (Kozienice)	18:13
K50-59 - Anna Żaczek (Biegusiem.pl)	24:45
K60+ - Barbara Malec (Lublin)	27:36

Niedosyt na zakończenie rundy jesiennej

PIŁKA NOŻNA - IV LIGA

Piłkarze Ruchu Ryki zremisowali 1:1 z Bugiem Hanna oraz przegrali 0:2 z Lublinianką z dwóch ostatnich meczach rundy jesiennej w IV lidze

Przed wszystkim szkoda punktów straconych w meczu na własnym boisku z Bugiem Hanna. Zarówno Ruch, jak i Bug przed tym spotkaniem miały po 13 punktów. Dla zwycięzcy była to okazja do odskoczenia na dwa punkty od rywala. W Rykach liczono, że to właśnie Ruch będzie

zwycięzcą. I wszystko zaczęło się zgodnie z oczekiwaniami miejscowych piłkarzy i kibiców. Już w 7 minucie Marcel Gałązka dał prowadzenie gospodarzom. Potem rykanie mieli kontrolę nad meczem, stwarzali okazje bramkowe i tylko tych goli brakowało.

- Nic to - mówili sobie kibice z Ryk. - W drugiej połowie nasi się przełamają i w końcu strzelą kolejne gole. Niestety, po przerwie przełamali się, ale goście, którzy w 53 minucie, po zamieszaniu w polu karnym Ruchu, wepchnęli piłkę do

bramki. A raczej futbolówka jakoś dziwnie wtoczyła się do bramki. A później nic już nie dawały kolejne akcje ryckich piłkarzy, stwarzane przez sytuacje bramkowe, bo wynik się nie zmieniał. I nie zmienił się ju do końca spotkania, niestety...

Nie było też niespodzianki w ostatnim jesiennym meczu Ruchu. Wyjazdową potyczkę z Lublinianką podopieczni trenera Sebastiana Kozdroja przegrali 0:2. Rundę jesienną Ruch zakończył na 13 miejscu, z dorobkiem 14 punktów.

Adam W. Faluszczyk

WYNIKI 14 KOLEJKI

8-9 listopada

Ruch Ryki	1 (1)
Bug Hanna	1 (0)

Gole: 1:0 (7') Marcel Gałązka, 1:1 (53') Świewa
Ruch: Belka - Gąska, Kuchnio, Nastalski, Tchórzewski, Rafeld, Bartosz Woźniak, Żelazko, Gałązka, Kozłak (70. D. Beczek), Bułhak. Trener: Sebastian Kozdrój

Granit - Tanew	3:0
Tur - Lewart	1:3
Start - Łada	2:3
Motor II - Lublinianka	2:1
Tomasovia - Huragan	7:0
Janowianka - Hetman Z.	0:3
Orleża R.P. - Orleża Ł.	3:1

WYNIKI

15 KOLEJKI

15-16 listopada

Lublinianka	2 (1)
Ruch Ryki	0 (0)

Gole: 1:0 (24') Koneczny, 2:0 (80'; gol samobójczy) Belka
Ruch: Belka - Gąska, Kuchnio, Nastalski, Rafeld, Kozłak (46. Perekladou), K. Głodek, Żelazko, Bartosz Woźniak (75. D. Beczek), Gałązka, Bułhak. Trener: Sebastian Kozdrój

Orleża Ł. - Granit	1:0
Hetman Z. - Orleża R.P.	4:0
Huragan - Janowianka	1:1
Gug - Tomasovia	0:4
Łada - Motor II	2:3
Lewart - Start	2:0
Tanew - Tur	3:3

TABELA

1. Hetman Z.	15	43	55-6
2. Lewart	15	39	42-12
3. Tomasovia	15	30	37-19
4. Łada	15	30	41-17
5. Orleża R.P.	15	29	35-25
6. Janowianka	15	27	35-23
7. Lublinianka	15	25	33-18
8. Motor II	15	21	25-24
9. Start	15	18	22-37
10. Tur	15	16	27-30
11. Granit	15	16	27-30
12. Bug	15	14	24-30
13. Ruch	15	14	25-42
14. Orleża Ł.	15	13	17-31
15. Tanew	15	7	14-45
16. Huragan	15	1	9-69