Przychodnia na Os. Młodych - ZLIKWIDOWANA

– STR. 2

Skosztuj historii naszego miasta...
RESTAURACJA LEGIONOWSKA
www. legionowska.pl
505-360-809

TYGODNIK LOKALNY
TL
JABŁONNA
LEGIONOWO
NIEPORĘT
SEROCK
WIELISZEW
3,50 zł
W TYM 5% VAT
9 771426 650223 28
INDEKS 378461
NR 28 (1678)
ISSN 1426-6504
12 LIPCA 2022

MAZOWIECKIE
tygodnik
CO TYDZIEŃ OD 5 MAJA 1990 ROKU

KRÓTKO I NA TEMAT...
Piasku zabrakłoby na pustyni... - STR. 2

NADESŁANE PRZEZ CZYTELNIKÓW
Aktywnie z flaszką? - STR. 2

DZIWIĘ SIĘ...
Kwietne łąki już wykoszone? - STR. 2

LEGIONOWO
Wieżowiec przy Husarskiej? - STR. 2

LEGIONOWO
Uwagi do planu dla Bukowca A - STR. 3

POWIAT
REKRUTACJA do szkół ponadpodstawowych! - STR. 5

WIELISZEW
700 tys. zł na technologię - STR. 5

SPOŁECZEŃSTWO
Pandemia osłabiła religijność - STR. 6

ZDROWIE
Czekolada sprzyja zdrowiu - STR. 8

ŚRODOWISKO
Zielona ściana zamiast betonu - STR. 8

WYDARZENIA
MIS - Otwarta przestrzeń - STR.18

DOBRA STRONA JABŁONNY – STR. 19
- Bieg po Złote Jabłko

KULTURA
Wianki w Serocku - STR. 20

RAJD KATYŃSKI
Estonia, Łotwa, Litwa i do domu - STR. 22

SPORT – STR. 23- 24

Dwa parki handlowe otwarte jesienią?

Sinsay, House i Cropp w Maximie, Aldi i Rossman naprzeciwko Lidla! Szykuje się sklepowa jesienna rewolucja.

CZYTAJ NA STRONIE 3

Kto podpala budynek przy wiadukcie?

– STR. 5

REKLAMA

Kolejny etap inwestycji w Wieliszewie
Villa Park Wieliszew 3

Biuro sprzedaży
692-705-913
PHU BUDOMUR
www.budomur.pl
MIESZKANIA I DOMY

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

PGE INFORMACJE zakładu energetycznego
GDZIE I KIEDY WYŁĄCZĄ PRĄD
– STR. 17

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

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

eprasa.pl 14190fb4b3

KRÓTKO I NA TEMAT...

Piasku zabrakłoby na pustyni...

Całkiem niedawno przeczytałem w organie prasowym „(...) na weekend", miejskiej spółki KZB, że im bardziej Legionowo wzbogaca się w nowe obiekty, tym bardziej mieszkańcy są niezadowoleni i mają coraz większe oczekiwania. - „Tymczasem tak się po prostu nie da..." - napisał etatowy piewca legionowskich władz.

Chodziło mu o dwie miejskie pływalnie, a właściwie o to, że jedna z nich, przy ul. Królowej Jadwigi, jest od wielu miesięcy nieczynna. I że mieszkańcom się to nie podoba. Po prostu w głowach im się poprzewracało! Zamiast cieszyć się z tego, że w ogóle jest jakiś basen, to jeszcze im mało i ośmielają się krytykować swoich dobroczyńców czyli władze.

Etatowy piewca, zatrudniony nota bene w spółce, która ma za zadania zarządzać basenami, dowodził także, że decyzje jego przełożonych są w pełni racjonalne, bo na zmodernizowanym za grube miliony basenie przy Królowej Jadwigi miało pojawiać się dziennie tylko 7-8 osób. Natomiast wielki tłok na drugiej miejskiej pływalni „Wodne Piaski" zdawał się tłumaczyć tylko i wyłącznie jej wspaniałością, a zapominając o tym, że innej czynnej pływalni w mieście po prostu niema.

Byłbym gotów nawet uwierzyć w te tłumaczenia o racjonalnym działaniu kierownictwa KZB, gdyby nie informacja, która jak grom z jasnego nieba spadła na mnie chwilę później. Okazuje się, że „Wodne Piaski" zostały zamknięte niemal na cały lipiec, ponieważ spółka wtedy właśnie zaplanowała sobie zrobienie przeglądu technologicznego pływalni. Właśnie w czasie kiedy jest gorąco, dzieci nie mają szkoły i rodzice kombinują w jaki sposób można zagospodarować im czas wakacji.

Skomentował to jeden z mieszkańców, że może zamykają teraz basen, aby oszczędzać wodę, po to tylko żeby otworzyć potem z pompą, dwie pływalnie na raz tuż przed samymi wyborami. Ktoś inny przypomniał natomiast stary dowcip jeszcze z czasów PRL-u, który miałby być adekwatny w tej sytuacji i opisywać racjonalność działania spółki KZB. W dowcipie chodziło o to, że gdyby socjalizm wprowadzić na Saharze, to po pół roku mogłoby tam już zabraknąć piasku. Czyżby więc zarządzanie KZB miało doprowadzić do braku wody w basenie?

Paweł Szyling

LEGIONOWO. Nie pomogły apele i protesty

Przychodnia na os. Młodych - ZLIKWIDOWANA

Pomimo apeli mieszkańców, filia przychodni Sanitas przy ul. Suwalnej 9B w Legionowie zostanie zlikwidowana. Pojawiła się kartka z informacją, że od 25 lipca przychodnia zostaje bezwarunkowo zamknięta. Mieszkańcy nie kryją oburzenia, zaś zarząd spółki Sanitas zapadł się pod ziemię

Przypomnijmy, na początku czerwca br. mieszkańcy Os. Piaski zorganizowali pikietę w związku z informacjami o likwidacji zlokalizowanej przy ul. Suwalnej przychodni NZOZ Sanitas. Udział w niej prócz mieszkańców wzięli także radni oraz prezydent Smogorzewski.

Przychodnia jest nierentowna

Zdaniem właścicieli spółki Sanitas, filia przychodni od dłuższego czasu jest nierentowna. Przez co zarząd spółki zdecydował o likwidacji, jednocześnie zapewniając pacjentów, że pomoc lekarską uzyskają w przychodni „matce" w Michałowie-Reginowie. To wzbudziło bardzo duże obawy starszych mieszkańców, którzy z dnia na dzień zostaliby bez Podstawowej Opieki Zdrowotnej w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia. - Ciekawe jak my dojedziemy do tej przychodni – mówili mieszkańcy. - Przecież to jest inna gmina, to jest śmiech na sali – wtórowali im inni.

Ratusz zadeklarował pomoc

W trakcie spotkania, które odbyło się pod siedzibą filii na początku czerwca br. mieszkańcy zaapelowali do prezydenta Smogorzewskiego o pomoc w utrzymaniu ośrodka. W trakcie spotkania prezydent zapewnił, że zrobi wszystko, aby utrzymać przychodnie w tym miejscu. Dlatego następnego dnia spotkał się z przedstawicielem spółki Tomaszem Manowskim w celu pomocy spółce w utrzymaniu ośrodka. Z rozmowy z przedstawicielem spółki dowiedzieliśmy się później, że filia nie zostanie zlikwidowana i dalej będzie działać pod szyldem spółki Sanitas. - W ciągu kilku ostatnich dni podjęliśmy decyzję o utrzymaniu filii i rozszerzeniu naszej działalności. Nastąpią pewnie jakieś zmiany personalne, jednak przychodnia dalej będzie działać – mówił Manowski.

Oszukali mieszkańców?

W poniedziałek (11 lipca) na drzwiach filii pojawiła się kartka z informacją, że od dnia 25 lipca wizyty lekarskie odbywać się będą w przychodni w Michałowie-Reginowie przy ul. Akacjowej 2. W tym samym czasie do mieszkańców zaczęły przychodzić wiadomości SMS z informacją, że karty znajdują się w placówce w Michałowie-Reginowie.

Na stronie internetowej przychodni pojawiła się natomiast informacja: *„W związku z dynamicznym rozwojem oraz rozbudową NZOZ Sanitas w Michałowie-Reginowie informujemy, że filia mieszcząca się w Legionowie przy ulicy Suwalnej 9B zostanie zamknięta bezterminowo w dniu 25.07.2022r. Tym samym przenosimy do Michałowa-Reginowa całą dokumentację medyczną pacjentów."* Pomimo wielokrotnej próby kontaktu nie udało nam się skontaktować z przedstawicielem spółki Tomaszem Manowskim.

Urząd milczy

Radny Sławomir Traczyk powiedział nam że, zachowanie oraz forma w jakiej zostali potraktowani mieszkańcy jest niepoważna. Jego zdaniem od początku chodziło o zamknięcie przychodni. Niestety przed zamknięciem numeru nie udało nam się skontaktować z rzecznikiem Urzędu Miasta, który być może mógłby nam odpowiedzieć na pytanie czy miasto ma plan awaryjny na zaistniałą sytuację.

red.

NADESŁANE PRZEZ CZYTELNIKÓW

Aktywnie z flaszką?

Na III Parceli, przy ul. Kolejowej niedaleko wejścia na perony stacji kolejowej, znajduje się miejska wiata na rowery. Widniej na niej napis: „Aktywne Legionowo". Właśnie zdjęcia tej wiaty oraz jej otoczenia przysłała nam jedna z czytelniczek. Zdjęcia zostały podpisane - „To przecież wstyd dla Legionowa". Można tam zobaczyć całą masę śmieci, powtykanych w przegródkę z pleksi, których nikt, według czytelniczki, nie sprząta od miesięcy. Wkoło wiaty porozrzucane są śmieci i butelki po alkoholu. Pod samą zaś tablicą z napisem „Aktywne Legionowo" stoi butelka po wódce. red

DZIWIĘ SIĘ...

Kwietne łąki już wykoszone?

Niedawno pisaliśmy o kwietnych łąkach, którymi chwali się Legionowo i w ten sposób chce stawać w jednym rzędzie z innymi miastami, które podejmują zdecydowane działania w obronie środowiska i przeciwko zmianom klimatu. Nie trzeba chyba nikogo przekonywać, że właśnie takie dziko rosnące łąki, w przeciwieństwie do krótko strzyżonych trawników, zatrzymują więcej wody deszczowej i chronią ziemię przed wysychaniem.

Być może największą powierzchnią na jakiej łąki takie, w dodatku naturalnie, porastały, były tereny pomiędzy ul. Kolejową i torami kolejowymi. Tuż przy ekranach dźwiękochłonnych i po obu stronach ścieżki rowerowej porastały nawet metrowej wysokości trawy i inne rośliny, które nikomu nie przeszkadzały. Te prawdziwe kwietne łąki w ciągu ostatnich 2 tygodni zostały jednak wykoszone. Najpierw przez kolej, a następnie przez ekipy działające na zlecenie miasta.

Można by to zrozumieć, gdyby zielsko zarastało przepusty, studzienki kanalizacyjne, czy inne urządzenia potrzebne do funkcjonowania drogi czy ścieżki rowerowej. Byłoby też uzasadnione przycięcie trawy dla bezpieczeństwa użytkowników przy samych krawężnikach. Ale po co kosić całe połacie łąk? Na to pytanie zapewne znają odpowiedź tylko miejscy i kolejowi urzędnicy.

Być może dla nich kwietna łąka, to nie teren na którym porastają trawy, kwiaty, zioła i wszelkiej maści inne zielsko. Może musi być to teren, który wyznaczyli urzędnicy, prezydent przeciął wstęgę i ktoś za ich funkcjonowanie musi brać pieniądze?

WD

Była łąka i nie ma...

MAZOWIECKIE toiowo LAUREAT NAGRODY PRO PUBLICO BONO

IZBA WYDAWCÓW PRASY

Stowarzyszenie Gazet Lokalnych

Redakcja: Maciej Lerman - Redaktor Naczelny, Jerzy Buze, Kuba Kamiński, Maja Zakaszewska.
Współpraca: Michał Derejski, Wojciech Dobrowolski, Olga Gajda, Sławomir Jakubczak, Antoni Kawczyński, Karol Krawczyk, Piotr Kucza, Zuzanna Maciakiewicz, Jacek Szczepański, Ewa Szulc, Paweł Szyling, Konrad Toporowicz, Jadwiga Wołynik.
Adres: 05-120 Legionowo, ul. Rynek 2; tel.: **22 784 92 00**, **22 784 92 01**; e-mail: **toiowo@tio.com.pl**.

Biuro ogłoszeń: 05–120 Legionowo, ul. Rynek 2; tel.: 22 784 22 22, 22 774 13 31; fax: 22 784 99 70; e-mail: reklama@tio.com.pl.
Ogłoszenia i reklamy nie stanowią materiału pochodzącego od wydawcy.

Prenumerata realizowana przez RUCH S.A.: zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej i na e-wydania można składać na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl. Pytania prosimy kierować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl lub kontaktując się z infolinią pod numerem 22 693 70 00, w dni robocze w godzinach 7:00 – 17:00, koszt połączenia wg taryfy operatora.
Druk: Polska Press Łódź.
Wydawca: Agencja TiO Paweł Kozera, e-mail: agencja@tio.com.pl. Nakład poniżej 15.000 egz.

eprasa.pl 14190fb4b3

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

LEGIONOWO. Sinsay, House, Cropp i Aldi

Dwa parki handlowe OTWARTE JESIENIĄ?

W Legionowie trwa obecnie budowa 2 parków handlowych. Rozbudowywana jest galeria Maxim przy ul. Siwińskiego, a przy ul. Jagiellońskiej powstaje całkiem nowy obiekt handlowy. Oba parki handlowe mogą zostać otwarte już na jesieni

Jak dowiedzieliśmy się od członka zarządu spółki PIR, pomimo problemów związanych z trwającą w Ukrainie wojną oraz szalejącą inflacją otwarcie Parku Handlowego planowane jest na 15 października br.

Park Handlowy w liczbach

Nowa inwestycja ma składać się z dwóch budynków o łącznej powierzchni ponad 6,2 tys. mkw. Każdy z budynków ma mieć 6,5 metra wysokości. Całkowita powierzchnia najmu ma wynieść ponad 10 tys. mkw., gdzie może powstać nawet 35 sklepów znanych i lubianych marek sieciowych i lokalnych, urozmaicona oferta modowa i gastronomiczna, supermarket, klub fitness oraz kawiarnie i punkty usługowe. Do dyspozycji klientów zostanie oddany również parking na ok. 250 miejsc.

Sinsay, House i Cropp

W związku z otwarciem Parku Handlowego od samego początku w głowach mieszkańców rodziło się pytanie, jaką ofertę przygotują dla nich inwestorzy. - Na dzień dzisiejszy możemy potwierdzić, że w obiekcie otwarte zostaną sklepy Sinsay i House. Są to dwa zupełnie nowe sklepy na mapie Legionowa. Ponadto z ul. Sienkiewicza do nowej siedziby zostanie przeniesiony sklep Cropp - mówił w rozmowie z nami członek zarządu spółki. Na nasze pytania co jeszcze powstanie w Parku Handlowym usłyszeliśmy, że: - jest jeszcze trochę za wcześnie na „chwalenie się", ponieważ nie wszystko jest jeszcze poodpinane na tzw. ostatni guzik. Natomiast więcej informacji proszę się spodziewać w przeciągu najbliższych trzech tygodni - usłyszeliśmy.

MAXIM zamknięty

Wraz z budową Parku Handlowego przebudowie ulegnie również stojąca od lat galeria. W związku z tym od 3 lipca br. zamknięty został całkowicie parter galerii. Jednocześnie administracja obiektu poinformowała, że przez cały czas remontu będzie funkcjonować klub fitness ZDROFIT oraz znajdujący się w galerii Salon Gier. Trwający od kilku dni remont w istniejącej galerii ma za zadanie zbliżyć go wizualnie do powstającego Parku Handlowego.

Aldi i Rossman naprzeciwko Lidla

Równolegle do rozbudowy DH Maxim u zbiegu ul. Jagiellońskiej i Kazimierza Wielkiego powstaje drugi nowoczesny park handlowy. W miejscu nieistniejącej już spółdzielni „Elektronika" oraz sklepu Komfort i myjni samochodowej naprzeciwko Lidla. Ma tam powstać dwukondygnacyjny obiekt handlowy w kształcie litery „L" o powierzchni blisko 3 tys. m2. W części parterowej budynku znajdą się pomieszczenia handlowe o pow. 2 tys. m2. Natomiast na pietrze zlokalizowane zostaną pomieszczenia biurowo-usługowe. Wejścia do sklepu mają powstać od strony parkingów, gdzie będzie 70 miejsc postojowych.

Jak udało nam się dowiedzieć od inwestora spółki Ziajkowski sp.J w nowym obiekcie handlowym znajdą się sklepy Aldi oraz Rossman. Trwają rozmowy z firmami Nowakowski oraz InMedio. Ponadto w budynku wciąż wolna jest jest jedna kondygnacja o powierzchni blisko 800 m2. Nowy obiekt handlowy ma zostać oddany mieszkańcom do końca br.

red.

LEGIONOWO. UWAGI do planu dla Bukowca A

Wprowadzono zakaz budowy szeregowców?

Władze miasta uwzględniły część uwag mieszkańców do projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru „Bukowiec A"

Mieszkańcy wnieśli bardzo wiele uwag do projektu nowego planu zagospodarowania i jak widać po wydanym przez prezydenta zarządzeniu duża cześć ich była zasadna. - „Dobrze się stało że prezydent przychylił się do szeregu naszych uwag do tego planu. Może w ten sposób uda się zabezpieczyć te rejony miasta przed nadmierną i nie kontrolowaną zabudową. Mieszkańcy Legionowa mają już dość zabudowy szeregowej, która powstaje jak grzyby po deszczu „ - powiedział nam radny Mirosława Grabowski ze stowarzyszenia Nasze Miasto Nasze Sprawy, które było autorem uwag. Wielu uwag jednak nie uwzględniono.

Zakaz zabudowy szeregowej

Między innymi uwzględniono zapis wprowadzający zakazu lokalizacji zabudowy szeregowej. Chociaż zdaniem niektórych, wobec niewprowadzenia definicji, czym jest zabudowa szeregowa, zapis ten będzie obchodzony przez deweloperów.

Powierzchnia biologicznie czynna

Doprecyzowano również definicję pow. biologicznie czynnej, a mianowicie wykreślono zapis, który pozwalał na zaliczenie do tej powierzchni 50% sumy powierzchni tarasów i stropodachów. Dla terenów zabudowy jednorodzinnej zmniejszono do 30 % maksymalną powierzchnię zabudowy działki budowlanej oraz podniesiono minimalny udział powierzchni biologicznie czynnej działki budowlanej do 40%.

Budynki przy granicy działki

Usunięto możliwość sytuowanie budynków mieszkalnych jednorodzinnych i budynków usługowych bezpośrednio przy granicy z sąsiednią działką budowlaną niezabudowaną lub na której zlokalizowany jest budynek bezpośrednio przy tej granicy.

Powierzchnia handlowa

Wprowadzono zmianę i zmniejszono z 2 000 m2 do 800 m2 dopuszczalną wielkość powierzchni sprzedaży dla obiektów handlowych, które mogą zostać zlokalizowane w tej okolicy.

Minimalna powierzchnia działki

Wprowadzono modyfikację istniejącego w projekcie planu ustalenia – i tak minimalna powierzchnia działki na terenach: zabudowy jednorodzinnej w zabudowie bliźniaczej – z 250 m2 podniesiono do 800 m2 po 400 m2 na każdy segment zabudowy. A minimalna powierzchnia działki na terenach zabudowy jednorodzinnej w zabudowie wolnostojącej – z 400 m2 do 500 m2.

Odprowadzanie ścieków

Usunięto możliwość odprowadzenie ścieków komunalnych do szczelnych zbiorników bezodpływowych na ścieki, zlokalizowanych na terenie działki budowlanej ponieważ cały obszar objęty planem posiada odpowiednią infrastrukturę kanalizacyjną.

red

NA SYGNALE

NIEPORĘT. Karambol na Zegrzyńskiej. 11-latka trafiła do szpitala

W sobotę (9 lipca) na Zegrzyńskiej w Nieporęcie doszło do karambolu z udziałem trzech aut osobowych. W wyniku zdarzenia 11-letnia dziewczynka trafiła do szpitala. Jak podawała policja, około godz. 14.00 służby otrzymały zgłoszenie dotyczące zderzenia trzech aut. Na miejscu interweniowały wszystkie służby. Ze wstępnych ustaleń policji wynika, że kierujący samochodem marki Opel, 42-letni mężczyzna nie dostosował prędkości do warunków panujących na drodze i uderzył w tył poprzedzającego go pojazdu. W wyniku czego uderzony pojazd najechał na kolejny pojazd. Sprawca kolizji podróżował z dzieckiem, które po zdarzeniu trafiło do szpitala.

42-latek został ukarany mandatem, ponadto policja skierowała wniosek do sądu ponieważ mężczyzna poruszał się pojazdem bez ubezpieczenia OC oraz nie posiadał uprawnień do kierowania pojazdem.

NIEPORĘT. Kolizja na Przyszłości

W czwartek (7 lipca) ok. godz. 18.00 na ul. Przyszłości w Stanisławowie Pierwszym doszło do groźnej kolizji dwóch aut. Jak informowały służby, po odebraniu zgłoszenia o kolizji na miejsce wysłano 3 zastępy Straży Pożarnej, które ustaliły, że zderzyły się ze sobą dwa pojazdy osobowe.

W samochodach marek Volvo i Toyota podróżowały 3 osoby, które opuściły pojazdy przed przybyciem strażaków. Działania strażaków polegały na uprzątnięciu miejsca zdarzenia. Nikomu nic się nie stało.

SEROCK. Wypadek motocykla, wezwano śmigłowiec

W czwartek (7 lipca) ok. godz. 14.00 przy ul. Zegrzyńskiej w Skubiance doszło do groźnego wypadku z udziałem motocyklisty. Po przybyciu na miejsce służ okazało się, że kierujący motocyklem 30-letni mężczyzna w czasie jazdy przewrócił się i uderzył o ziemię. Z uwagi na obrażenia, mężczyzna został śmigłowcem przetransportowany do szpitala w celu przeprowadzenia dokładnych badań. Z ustaleń policji wynika, że mężczyzna nie dostosował prędkości do warunków panujących na drodze w wyniku czego przewrócił się. Badanie trzeźwości wykazało, że kierujący miał blisko 2 promile alkoholu i sądowy zakaz prowadzenia pojazdów.

SEROCK. Atak os, wezwano helikopter

W środę (6 lipca) przy ul. Gen. Rayskiego w Łasze doszło do groźnego incydentu z udziałem os. Jak relacjonowały służby około godz. 17.30 otrzymali zgłoszenie o kobiecie, która została kilkanaście razy użądlona przez osy. W związku z obawą, że kobieta może być uczulona na jad owadów w związku z brakiem karetki na miejsce zadysponowano śmigłowiec Lotniczego Pogotowia Ratunkowego. Po opatrzeniu kobieta została na miejscu, na szczęście nie była uczulona na jad. Działania służb trwały blisko godzinę.

SEROCK. Zjechał z jezdni i wpadł do rowu

We wtorek (5 lipca) przed godz. 15.00 w Borowej Górze doszło do groźnej kolizji. Jadący Drogą krajową samochód osobowy z niewiadomych przyczyn wypadł z jezdni i zakończył podróż w rowie. Na miejsce zadysponowano 3 zastępy straży pożarnej.

Kierujący pojazdem kierowca, jeszcze przed przybyciem służb opuścił uszkodzone auto. Działania służb polegały na opatrzeniu kierowcy, który pozostał na miejscu. Działania straży trwały około 40 minut.

NIEPORĘT. Wyciek gazu spowodowany kradzieżą

We wtorek (5 lipca) ok. godz. 12.30 w Białobrzegach doszło do wycieku gazu. Na miejsce wezwano wszystkie służby. Po przybyciu na miejsce okazało się, że do wycieku gazu doszło w trakcie próby kradzieży rur. Niedoszli złodzieje nie zdawali sobie sprawy, że rurami wciąż płynie gaz. Działania służb polegały na uruchomieniu kurtyny mgłowej mającej na celu ograniczenie rozprzestrzeniania się gazu. W tym samym czasie pracownicy pogotowia gazowego zajęli się zatamowaniem uszkodzonej rury. Działania służb trwały blisko godzinę.

NIEPORET. Pożar łodzi przy Dzikiej Plaży

W poniedziałek (4 lipca) około godz. 12.00 doszło do pożaru łodzi w pobliżu Dzikiej Plaży w Nieporęcie. Jako pierwsi na miejsce dotarli ratownicy legionowskiego WOPR. Później na miejsce przybyła również Straż Pożarna. Działania służb polegały na ugaszeniu płonącej łodzi, a następnie sprowadzeniu jej do portu. Na szczęście nikomu nic się nie stało.

QK

eprasa.pl 14190fb4b3

MAZOWIECKA KRONIKA KRYMINALNA

LEGIONOWO.
Alimenciarz trafił za kraty

Policjanci z zespołu patrolowo-interwencyjnego legionowskiej jednostki Policji zatrzymali 38-letniego mężczyznę poszukiwanego przez Sąd Rejonowy w Legionowie. Zgodnie z wyrokiem sądu mężczyzna już trafił do zakładu penitencjarnego

Mundurowi zatrzymali mieszkańca naszego miasta, który ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. 38-latek zgodnie z postanowieniem Sadu Rejonowego w Legionowie miał do odbycia karę 151 dni pozbawienia wolności za uchylanie się od obowiązku alimentacyjnego. Mężczyzna nie stawił się do zakładu karnego, więc sąd wydał nakaz doprowadzenia.

Stróże prawa ustalili jakim autem może poruszać się poszukiwany mężczyzna i w poniedziałek chwilę po godzinie 6 na jednej z ulic w mieście zatrzymali do kontroli skodę. Po wylegitymowaniu osób przemieszczających się autem, okazało się, że jednym z pasażerów jest poszukiwany 38-latek. Mężczyzna został zatrzymany i przewieziony do komendy. Po sporządzeniu niezbędnej dokumentacji mieszkaniec Legionowa w policyjnym konwoju trafił do zakładu karnego, gdzie odbędzie zasądzona karę.

PUŁTUSK.
Włamanie przy Al. Prymasa Tysiąclecia

Pułtuscy policjanci apelują o właściwe zabezpieczanie mieszkań i domów oraz czujność sąsiedzką. Wakacje, dobra pogoda i czas urlopów - sprzyja wyjazdom. Podczas naszej nieobecności wszystko staje się idealnym łupem dla potencjalnego złodzieja. Jak skutecznie zabezpieczyć swoje mienie przed kradzieżą?

W minionym tygodniu w Pułtusku miało miejsce włamanie do mieszkania na ulicy Aleja Tysiąclecia. Sprawcy po uszkodzeniu zamka i górnej zasuwy dostali się do wnętrza pomieszczeń, nie zdążyli dokonać kradzieży przedmiotów wartościowych, ponieważ zostali spłoszeni przez właścicielkę mieszkania.

Apelujemy do wszystkich mieszkańców, by poświęcić więcej czasu również na odpowiednie zabezpieczenie mienia. Podczas gdy my, będziemy korzystać z wakacyjnych promieni słonecznych z dala od miejsca zamieszkania, ktoś może wykorzystać nasze rozkojarzenie i ograbić nas z całego dorobku życia. Wakacje, to czas kiedy dochodzi do większej niż zwykle ilości włamań oraz kradzieży mienia.

Nasz dom lub mieszkanie to zgromadzony dorobek wielu lat pracy, dlatego warto zrobić wszystko, aby do minimum ograniczyć zagrożenie włamania. Pułtuscy policjanci doradzają jak uniknąć tych nieprzyjemnych sytuacji i jak chronić własne mienie.

LEGIONOWO.
Znęcał się nad ojcem

Legionowscy policjanci zatrzymali 33-letniego mężczyznę podejrzanego o znęcanie się fizyczne i psychiczne nad ojcem. Mężczyzna groził również pokrzywdzonemu pozbawieniem życia i zdrowia. Po zebraniu przez policjantów materiału dowodowego prokurator wystąpił do sąd z wnioskiem o tymczasowego aresztowanie mężczyzny. Teraz legionowianin najbliższe 3 miesiące spędzi w areszcie. Za popełnione przestępstwo odpowie w warunkach recydywy

W miniony weekend, w nocy z soboty na niedzielę, dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Legionowie otrzymał telefoniczne zgłoszenie o zakłóceniu ciszy nocnej, które ma miejsce w jednym z domów jednorodzinnych na terenie miasta.

W trakcie podjętych czynności funkcjonariusze ustalili, iż 33-letni mężczyzna od kilku miesięcy wszczyna awantury w stosunku do ojca. Jest agresywny, popycha i uderza starszego mężczyznę, w nocy słucha głośno muzyki, wyrzuca pokrzywdzonego z domu, a nawet grozi pozbawieniem życia. Po wysłuchaniu pokrzywdzonego mundurowi podjęli natychmiastową decyzję o zatrzymaniu agresywnego syna. 33-latek trafił do policyjnego aresztu.

Zebrany przez śledczych materiał dowodowy pozwolił na przedstawienie mężczyźnie zarzutów gróźb karalnych oraz stosowania przemocy wobec osoby najbliższej. Prokurator nadzorujący czynności w tej sprawie wystąpił do sadu z wnioskiem o tymczasowe aresztowanie 33-latka. Sąd Rejonowy w Legionowie przychylił się do wniosku miejscowej prokuratury i zastosował wobec mężczyzny środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania na 3 miesiące.

Legionowianin wcześniej już dopuścił się przestępstwa przeciwko rodzinie i opiece, dlatego za swoje zachowanie odpowie teraz w warunkach recydywy.

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

JABŁONNA.
Śmiertelne potrącenie pieszej

Policjanci pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Legionowie ustalają dokładne przyczyny i okoliczności śmiertelnego wypadku, do którego doszło w sobotę w Jabłonnie. W wyniku odniesionych obrażeń zmarła 88-letnia kobieta

Do tragicznego w skutkach zdarzenie drogowego doszło w sobotę (2 lipca) w Jabłonnie. Na przejściu dla pieszych 88-letnia mieszkanka gminy została potrącona przez opla. Niestety kobieta mimo podjętej reanimacji zmarła. Badanie na zawartość alkoholu w organizmie wykazało, że kierowca był trzeźwy.

Na miejscu wypadku pod nadzorem prokuratora policjanci wykonali szereg niezbędnych czynności procesowych, które mają wyjaśnić dokładne przyczyny i okoliczności tego tragicznego zdarzenia.

NOWY DWÓR MAZ.
Policjanci o bezpieczeństwie nad wodą

Okres wakacji, czas wolny, słoneczna pogoda- wszystko to sprzyja wypoczynkowi nad wodą. Aby ten czas upłynął bezpiecznie i przyjemnie, nowodworscy policjanci kolejny raz włączyli się w 6 edycję ogólnopolskiej kampanii „Kręci mnie bezpieczeństwo... nad wodą". Mundurowi starają się dotrzeć do jak największej ilości osób wypoczywających w rejonie akwenów wodnych, edukując i informując przebywających tam plażowiczów, szczególnie dzieci

W minionym tygodniu nowodworskie funkcjonariuszki, wspólnie z policjantami Komisariatu Rzecznego, udały się w rejon zbiorników wodnych i plaż na terenie Nowego Dworu Mazowieckiego, gdzie rozmawiały z wypoczywającymi tam osobami o bezpieczeństwie nad wodą. Wszystko odbyło się w ramach ogólnopolskiej kampanii „Kręci mnie bezpieczeństwo... nad wodą".

Spotkania miały na celu przypomnienie zasad bezpieczeństwa podczas letniego wypoczynku. Mundurowi zwrócili uwagę na wybieranie strzeżonych kąpielisk, stosowanie się do regulaminu kąpieliska, niekorzystania z kąpieli wodnych po spożyciu alkoholu, korzystania ze sprawdzonego sprzętu pływackiego oraz z kapoków, niepozostawiania rzeczy osobistych bez opieki, pilnowania dzieci i przebywania zawsze w pobliżu swoich pociech, nieprzeceniania swoich umiejętności pływackich oraz nieskakania do wody płytkiej i o nieznanym dnie.

Takie spotkania będą na bieżąco realizowane przez najbliższe, wakacyjne tygodnie. Wszystkie będą miały na celu zwrócenie uwagi na zagrożenia, jakie mogą wystąpić podczas rekreacji w rejonie akwenów wodnych. Wypoczynek w tych miejscach powinien wiązać się z promowaniem odpowiedzialnych postaw wśród osób wypoczywających nad morzem i jeziorami, a w rezultacie przyczynić się do ograniczenia liczby utonięć.

Policjanci zachęcali dzieci i młodzież do wzięcia udziału w konkursie „ Artystyczny przewodnik", którego celem jest bezpieczne przebywanie w wodzie lub nad wodą. Rozdawali też ulotki informacyjne, dotyczące zasad bezpieczeństwa nad wodą.

KPP: Legionowo/ Nowy Dwór Maz./ Pułtusk

PAŁAC W JABŁONNIE #poczujnaszahistorie
17 VII Niedziela
godz. 12:30 Wernisaż wystawy Wiesławy Starskiej - "Kostiumy"
WSTĘP WOLNY
godz. 13:30 Zwiedzanie pałacu i małej architektury parkowej
Obowiązują bilety: 30zł normalny, 20zł ulgowy REZERWACJA BILETÓW: Restauracja, Recepcja hotelu , biletyna.pl
LICZBA MIEJSC OGRANICZONA
godz. 18:00 Koncert piosenki francuskiej "RETRO CAFE DE PARIS"
Obowiązują bilety: 120zł normalny, 80zł ulgowy REZERWACJA BILETÓW: Restauracja, Recepcja hotelu , biletyna.pl
LICZBA MIEJSC OGRANICZONA
www.palacjablonna.pl
Znajdź nas na facebook.

eprasa.pl 14190fb4b3

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

CHOTOMÓW. Mieszkańcy chcą mieć świetlicę

Kto podpala budynek przy wiadukcie?

Należący do Gminy Jabłonna budynek przy ul. Partyzantów 38 w Chotomowie został już dwa razy podpalony. Zakupiono go w celu utworzenia miejsca spotkań dla mieszkańców lub filii domu kultury. Póki co, nic się tam nie dzieje

Przypomnijmy. Budynek mieszkalny przy ul. Partyzantów 38 w Chotomowie został wywłaszczony w związku z budową wiaduktu nad torami kolejowymi. Później, do 2018 r. działała w nim fundacja czeczeńska. A w grudniu 2020 r. nieruchomość została zakupiona przez Gminę Jabłonna od Skarbu Państwa. Celem było zorganizowanie świetlicy dla mieszkańców.

Inicjatywa mieszkańców

W 2018 r. pisaliśmy o wystąpieniu mieszkańców Chotomowa i Dąbrowy Chotomowskiej do Starosty Legionowskiego oraz do władz Gminy Jabłonna o przekazanie obiektu w ich ręce. Zgromadzeni mówili, że w tej okolicy nie ma żadnego miejsca, gdzie mogliby się spotkać, porozmawiać i spędzić wspólnie czas. Dlatego chcieliby, aby takie miejsce powstało właśnie przy wiadukcie w Chotomowie. Podjęte wówczas starania zostały zakończone zakupem nieruchomości w grudniu 2020 r. przez Gminę Jabłonna. Od tamtego czasu budynek stoi jednak pusty. Trwały bowiem rozważania i rozmowy czy lepiej będzie wyremontować stary budynek czy też zbudować w tym miejscu nowy, którego koszt szacowano na ok 1 mln. zł

Dwa podpalenia

Na patową sytuację w kwestii uruchomienia świetlicy, wpływ miał także pogarszający się stan techniczny budynku. Choć nie do końca wiadomo, co było tu przyczyną, a co skutkiem. Budynek został bowiem pierwszy raz podpalony jeszcze w trakcie rozmów mających na celu jego pozyskanie. Było to w lutym 2020 r. Prawdopodobnie do podpalenia doszło w nocy, ale szybkie przybycie strażaków spowodowało, że straty były wówczas niewielkie. Drugie podpalenie miało natomiast miejsce w kwietniu 2022 r. również w nocy. Tym razem jednak musiało interweniować aż 7 zastępów Straży Pożarnej i straty okazały się dużo większe. Sprawcy w obu przypadkach nie zostali ustaleni.

Zaniepokojeni mieszkańcy

Z naszych informacji wynika, że w związku z zaistniałą sytuacja mieszkańcy zaczynają się obawiać czy nie dojdzie do kolejnego podpalenia. Niepokoi ich także brak decyzji, co dalszych losów nieruchomości przy ul. Partyzantów 38 w Chotomowie. Boją się, że zamiast świetlicy o którą się starali, może tam powstać zupełnie coś innego. Jak się dowiedzieliśmy, pisma ws. wyjaśnienia sprawy do władz skierowało m.in. Koło Gospodyń wiejskich w Chotomowie.

KK

POWIAT. Która szkoła budzi największe zainteresowanie?

REKRUTACJA do szkół ponadpodstawowych!

Prawie 3000 uczniów zarejestrowało się do 7 szkół średnich prowadzonych przez powiat legionowski. Najpopularniejszą placówką okazało się Liceum Ogólnokształcące im. Marii Konopnickiej w Legionowie. Na 312 wolnych miejsc w szkole chętnych jest 537 osób

Jak informuje Starostwo Powiatowe w Legionowie 20 czerwca br. zakończył się pierwszy etap rejestracji do szkół ponadpodstawowych. Najpopularniejszą szkołą okazała się „Konopnicka", do której na 312 miejsc w klasach pierwszych stara się 537 chętnych, czyli 1,72 kandydata na jedno wolne miejsce. Na drugim miejscu znalazło się technikum w Powiatowym Zespole Szkół Ponadpodstawowych (PZSP) im. Jerzego Siwińskiego w Legionowie. Na 96 miejsc w klasach pierwszych jest 106 chętnych. Lepiej sytuacja wygląda w przypadku Liceum Ogólnokształcącym im. Stanisława Lema w Stanisławowie Pierwszym. Na 60 miejsc w klasach pierwszych przygotowanych w tej szkole jest 62 chętnych. W pozostałych szkołach ponadpodstawowych prowadzonych przez powiat legionowski sytuacja wygląda następująco: w PZSP im. Włodzimierza Wolskiego w Serocku, do liceum jest 15 chętnych na 62 wolne miejsca, technikum 33 chętnych na 64 wolne miejsca, a szkoły branżowej I stopnia 18 chętnych na 64 wolne miejsca. Zaś w ramach PZSP im. Jerzego Siwińskiego w Legionowie, do tamtejszej szkoły branżowej I stopnia jest 51 chętnych na 96 wolnych miejsc. Szkoły opublikują listy zakwalifikowanych 20 lipca 2022r. Od 21 lipca do 27 lipca 2022r. uczniowie będą potwierdzali wolę przyjęcia do danej szkoły, poprzez złożenie oryginałów świadectw i zaświadczeń o wynikach egzaminu. Listy uczniów przyjętych zostaną opublikowane 28 lipca 2022r. Dzień później ruszy rekrutacja uzupełniająca.

P. N.

CO SŁYCHAĆ W GMINACH?

SEROCK. Nowa ścieżka rowerowa na ul. Zakroczymskiej

5 lipca została podpisana umowa na budowę ścieżki rowerowej i pieszo-rowerowej w ciągu ul. Zakroczymskiej w Serocku. Planowany do budowy odcinek to niemal jednokilometrowy fragment trasy, łączący ścieżki rowerowe, biegnące wzdłuż ulic Warszawskiej i Pułtuskiej z ciągiem pieszo-rowerowym, prowadzącym do kładki nad obwodnicą Serocka. W ramach inwestycji na tym samym odcinku zostaną też wyremontowane chodniki i skrzyżowania z drogami bocznymi. Na realizację zadania pozyskaliśmy dofinansowanie z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg w kwocie ponad 500 tys. zł. Realizacja prac budowlanych będzie prowadzona głównie w sierpniu i wrześniu br. Budowa ścieżki stanowi jeden z kolejnych etapów rozwoju infrastruktury rowerowej na terenie gminy i jest początkiem planowanego do utworzenia w ciągu drogi krajowej szlaku rowerowego, mającego połączyć Wolę Kiełpińską i Szadki z Serockiem.

SEROCK. Żłobek w Zegrzu

30 czerwca została zawarta umowa dotycząca rozbudowy przedszkola w Zegrzu. W wyniku zadania placówka w Zegrzu będzie pełniła dwie funkcje: przedszkola i żłobka. W części dobudowanej powstaną 4 sale przedszkolne z niezbędnymi pomieszczeniami pomocniczymi i kuchnią obsługującą również żłobek. Istniejący budynek przedszkola zostanie zmodernizowany i przystosowany do pobytu najmłodszych dzieci, które będą miały do dyspozycji dwie sale żłobkowe: jedną dużą, dzieloną mobilną ścianą akustyczną na dwie mniejsze i drugą przeznaczoną dla maluchów wymagających opieki w bardziej kameralnych warunkach. Roboty mają zostać zrealizowane w przyszłym roku.

SEROCK. Nowy cennik za zużycie wody

Od 7 lipca 2022 roku ulegają zmianie ceny wody dostarczanej przez Miejsko-Gminny Zakład Wodociągowy. Wchodzimy w drugi rok obowiązywania zatwierdzonej przez PGW WODY POLSKIE taryfy za zbiorowe zaopatrzenie w wodę na terenie Miasta i Gminy Serock (decyzja WA.RZT.70.102.2021/5). Stawki kształtują się następująco:

- Grupa 1 odbiorców: za 1m3 dostarczonej wody netto - 3,41 zł
  stawka opłaty abonamentowej netto - 39,00 zł
- Grupa 2 odbiorców: za 1m3 dostarczonej wody netto - 3,44 zł
  stawka opłaty abonamentowej netto - 42,00 zł

Do powyższych opłat należy doliczyć podatek VAT w wysokości 8%.

WIELISZEW . Ogromny magazyn na tyłach Starostwa?

Spółka Project Management Predevelopment z Warszawy planuje na działce o pow. 11 ha za Starostwem Powiatowym w Łajskach zbudować zespół budynków przemysłowo-magazynowo-usługowych wraz z segmentami socjalno-biurowymi. Wśród klientów Panattoni są takie firmy jak m .in. Amazon, Coty Cosmetics, DSV, H&M, Intermarché, Leroy Merlin, ND Logistics, Still, Schenker, Selgros, BSH, czy też Tesco.

WIELISZEW . Punkt skupu i przetwarzania palet przy Nowodworskiej w Michałowie-Reginowie?

Firma Palletport z Jabłonowa chce otworzyć punkt skupu i przetwarzania palet na działce o pow. 5 tys. m2, znajdującej się przy ul. Nowodworskiej w Michałowie-Reginowie w gminie Wieliszew. Obecnie trwa postępowanie w tej sprawie.

Paulina Nowicka

WIELISZEW. Stawiają na nowoczesność

700 tysięcy złotych na zakup najnowszych technologii dla szkół

W ramach wprowadzania nowoczesnych form nauczania do sześciu szkół w gminie Wieliszew trafią nowe laptopy, tablety, kamerki i specjalistyczne oprogramowanie. Wartość projektu to 1,1 mln zł. Aż 700 tysięcy złotych pochodzić będzie z funduszy europejskich. Decyzję o przyznaniu wsparcia podjął Zarząd Województwa Mazowieckiego

Jak informuje Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego, w ramach projektu zakupiony zostanie niezbędny sprzęt oraz oprogramowanie potrzebne do realizacji nauczania zdalnego. Przewidziane jest także stosowanie w placówkach nowoczesnych form i metod pracy dydaktycznej. Do placówek oświatowych trafią m.in. nowe laptopy, tablety graficzne, kamerki internetowe oraz pakiety oprogramowania Office.

Sprzęt wspierający trafi do:

- Szkoły Podstawowej im. Bronisława Sokoła w Olszewnicy Starej,
- Szkoły Podstawowej im. Kornela Makuszyńskiego w Skrzeszewie,
- Szkoły Podstawowej nr 1 im. Tadeusza Kościuszki w Wieliszewie,
- Szkoły Podstawowej nr 2 im. Jana Pawła II w Wieliszewie,
- Szkoły Podstawowej im. Stanisława Moniuszki w Łajskach,
- Szkoły Podstawowej im. Józefa Wybickiego w Janówku Pierwszym.

Paulina Nowicka

Fot. Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego

eprasa.pl 14190fb4b3

NASZE WILKOWYJE

O empirii

Wyszło słońce i rozmowy na ławeczce od razu inne. Po pierwsze mniej paliwa trzeba, by utrzymać ciepło. Po drugie szybciej człowiek wchodzi w nastrój filozoficznej akceptacji wszystkiego. No bo ciepłe alko szybciej swoje robi. Japycz opowiadał, że w pewnych kręgach, jak się pije, to się nie mówi, bo alkohol trzymany w ustach szybciej do mózgu się wchłania. No ale to barbaria jakaś, my pijemy, żeby pogadać.

No więc, panie władzo, było tak: zaświeciło słoneczko i grzało całkiem po letniemu. Dużo my nie wypili, jeno Japycz młody nie jest i szybcij go rozłożyło. Nie tak dosłownie, tylko filozoficznie. Bo słońce dużo witaminy de posiada, a jak wiadomo ona do filozofowania jest niezbędna, bo inaczej strasznie ponura ta filozofia. Solejukowa nawet twierdzi, że te wszystkie hegle, nicze i kanty to się z pochmurnej pogody biorą, długich zim itepe. Myśleliśmy, że chodzi o heble, znicze i przekręty, ale to mylno interpretacja była.

No już przechodzę do rzeczy, ale bez tła, to się nie da, bo to właśnie o tło się rozeszło. Bo Japycz jak się napił, to mówi, że wedle niektórych teorii, to świat się już skończył jakiś czas temu, a to co zostało, to procesy gnilne i powidoki istnienia. Przeciwko procesom gnilnym, to my nic nie mamy, bo bez gnicia nie ma fermentacji, a bez fermentacji ławeczka smutna i pechowe teorie dla ludzkości mogą z tego powstać. Poszło o te powidoki istnienia. Zapał nas jakiś ogarnął, no bo jak już tylko powidoki zostały, to korzystać trzeba koniecznie i bez zwłoki. Więc że na mnie kolej była, to po Mamrota poszedłem i z rozpędu wziąłem jeszcze dwa, ponad zwykłą liczbę. W tej kolejce rozważali my głównie czy powidoki to lepiej widać po ciemku czy po jasności. Zgody nie było, bo być nie mogło, skoro Hadziuk myślał, że powidoki to widoki po seksie, a ja żem nic nie myślał, tylkom głupawki dostał, bo ten powidok to straśnie śmieszne słowo i dziwnie inne od innych. No bo panie władzo, sam pan zobaczy: słuch – posłuch, strach – postrach, wuj – powuj, daj – podaj, wszystko zwykłe słowa, a taki widok ma powidok i to już jest słowo filozoficzne, więc w kolejnej kolejce debata była, co takiego w tym widoku się ukrywa. Na pozór nic. Sklep, ławeczka, kościół, przystanek – niby jak zawsze, ale inne. Nie że w słońcu, tylko z tego niepewnego istnienia. Bo to chodzi o to, czy świat jak się kończy, to zaczyna od rzeczy czy od ludzi. Mnie się zdało, że musi od ludzi, bo gdyby rzeczy najpierw znikły, to goluśki tłum by se wisiał we próżni jak jakaś kosmiczna plaża dla nudystów. Więc logiczne, że najpierw ludzie. Albo zwierzęta. Ale to na jedno, bo nam Japycz wytłumaczył, że człowiek też zwierzę, nie tylko w sensie, że bydlę i świnia, ale też tak ogólnie. No i że te ludzie i zwierzęta, to pewnie będą znikać stopniowo, bo jakby na raz, to żadnego powidoku by nie było.

Więc to nieprawda panie władzo, że my pijane poszły kobity obmacywać, bo my macali wszystkich, nawet Myćkę, chociaż miał widły i nie z powodów zbereźnych, ale filozoficznych. Rozchodziło się nam o to, od której to części ciała powidok się zaczyna. I jak Hadziuk Więcławską w pośladek uszczypnął, to nie żeby jej dietę jakąś sugerować, ale dlatego, że jak się długo na czymś siedzi, to się szybciej zużywa, więc my myśleli, że może od tego się to znikanie zaczyna. I siebie my też obszczypali, panie władzo, sumiennie, więc żadne mi-tuu w grę nie wchodzi. Nie, Violetki my nie szczypali, panie władzo, tak bardzo pijani to my nie byli, żeby zapomnieć, że pan posterunkowy bardzo nie lubi, jak się pana żonie pewną młodzieńczą rozwiązłość przypomina.

Także podsumowując, to nie burdy były, tylko próby empirycznego potwierdzenia teorii Japycza i z tego powodu wnioskujemy, żeby nas już w areszcie nie trzymać, bo się późno robi i niedługo nasze żony się dowiedzą.

Pietrek

Pandemia osłabiła religijność Polaków

Pandemia COVID-19 spowodowała nie tylko ogólną deintensyfikację praktyk religijnych wśród Polaków, ale też wyraźnie osłabiła ich subiektywne poczucie religijności. Dodatkowo przyspieszyła proces polaryzacji polskiej religijności - wykazali badacze z Instytutu Nauk Socjologicznych i Pedagogiki SGGW

W opublikowanym na łamach czasopisma „PLoS One" artykule (https://doi.org/10.1371/journal.pone.0269015) przypominają, że pojawienie się wirusa SARS-CoV-2, a następnie pandemia COVID-19, spowodowały globalne zagrożenie dla zdrowia publicznego. W takich trudnych i niepokojących sytuacjach można się spodziewać, że ludzie będą szukać pocieszenia w religii. Jednocześnie nigdy wcześniej żyjący współcześnie ludzie nie byli świadkami tak poważnych zakłóceń praktyk religijnych. Na całym świecie, ze względu na regulacje dotyczące dystansu społecznego, wyznawcy różnych religii przestali móc praktykować w taki sposób, w jaki czynili to przed 2020 rokiem.

„Pomysł na to badanie pojawił się już na początku pandemii - opowiada autor publikacji dr Rafał Boguszewski. - Jednak wtedy interesowały nas postawy Polaków wobec nowo zaistniałej sytuacji w ogóle: pytaliśmy o ich zachowania, obawy, doświadczenia i opinie. Religijność była tylko jednym z elementów. Ponieważ jednak zauważyliśmy, że w tym właśnie zakresie zachodzą istotne zmiany, postanowiliśmy temat zgłębić, stąd też dwie najnowsze fale naszego badania w szerszym zakresie dotyczyły tej właśnie kwestii".

Badania, do których odwołuje się artykuł przeprowadzono na próbie około tysiąca respondentów w listopadzie 2020 r. oraz na podobnej liczbie w kwietniu 2021 r. Były to odpowiednio II i III fala pandemii. Dane zbierano w oparciu o ankiety internetowe.

Jak wyjaśnia dr Boguszewski, udział w badaniu wzięli wyznawcy różnych religii, jednak wiadomo, że ze względu na strukturę naszego społeczeństwa zdecydowaną większość stanowili katolicy. „Nie była to grupa dobierana pod względem wyznania; za to zależało nam, żeby jak najlepiej odzwierciedlała polską populację pod względem wieku, płci, wykształcenia, województwa i wielkości miejscowości zamieszkania".

Naukowcy zapytali uczestników badania o przemiany ich religijności w związku z pandemią: u kogo ona spadła, u kogo się umocniła. Zebrane dane analizowano zarówno osobno dla obu fal badania, jak i łącznie, co dzięki większej liczebności odpowiedzi umożliwiło bardziej pogłębione analizy.

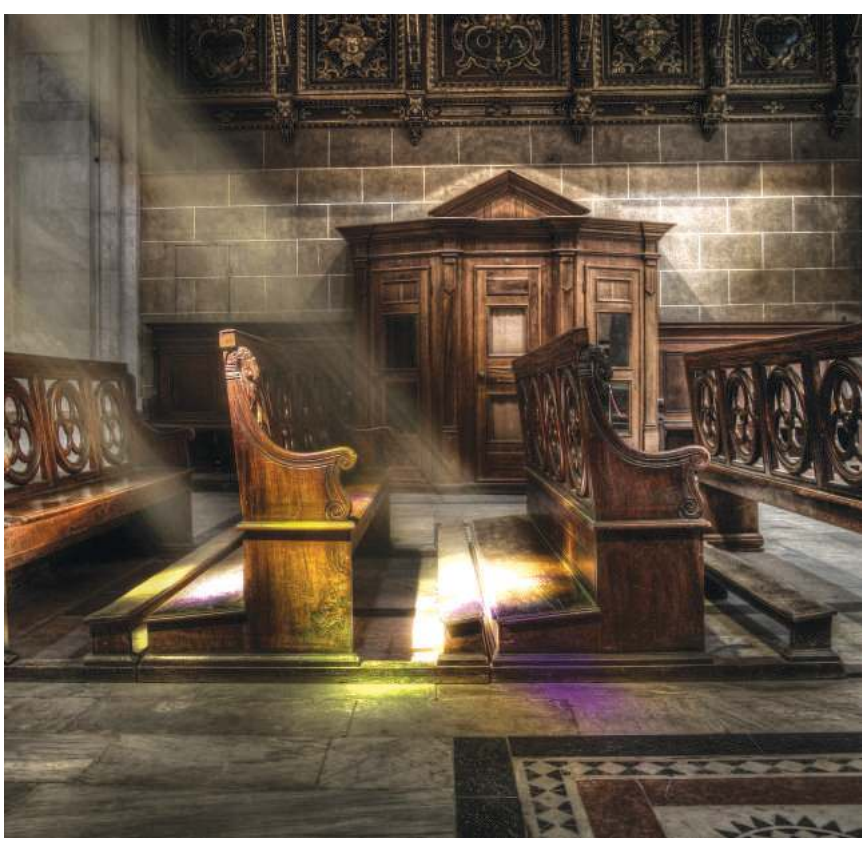
„Pytaliśmy m.in. o tradycyjne praktyki religijne realizowane przed pandemią oraz po jej wybuchu. Żeby jednak wykluczyć, że odejście od praktykowania jest wyłącznie konsekwencją lockdownu i ograniczonego dostępu do kościołów, zadaliśmy pytanie także o subiektywną ocenę własnego zaangażowania religijnego. Interesowało nas to, czy Polacy zauważają jakąś zmianę w tym zakresie, czy po wybuchu pandemii poświęcają więcej czy mniej czasu na modlitwę własną, medytację oraz inne praktyki religijne" - mówi dr Boguszewski.

Szybko okazało się, że widoczny jest pewien trend: w początkowym okresie pandemii przekonanie o wzroście własnej religijności było nieco większe, potem zaczęło spadać. „Na początku, gdy poczucie zagrożenia było duże, a ludzie nie wiedzieli, czego się spodziewać i czuli, że stoją w obliczu zagrożenia życia, bardziej kierowali się do Boga, co jest zgodne z wcześniejszymi ustaleniami, że część ludzi w religii szuka poczucia bezpieczeństwa. Natomiast potem, wraz z oswojeniem sytuacji, poczucie wzrostu zaangażowania religijnego zaczęło maleć" - mówi naukowiec.

Dokładna analiza pokazała, że regularny udział w instytucjonalnych praktykach religijnych w badanej grupie spadł podczas pandemii trzykrotnie - z 31,2 proc. przed czasami COVID-19 do 11,9 proc. w trakcie. Liczba osób, które w ogóle nie chodziły do kościoła, wzrosła z 23,1 proc. do 57 proc. Między drugą a trzecią falą nastąpił niewielki powrót do regularnych praktyk (z 10,1 proc. do 14,1 proc.).

Jeśli chodzi o subiektywną ocenę ilości czasu poświęconego na modlitwę, to sumarycznie wyraźnie mniej osób zgłaszało wzrost (10,6 proc.) niż spadek (20,1 proc.) zaangażowania religijnego w pandemii, a zmienną, która miała najsilniejszy związek z tą sytuacją okazało się zaangażowanie religijne przed pandemią.

„Nasze badanie bardzo wyraźnie uwidoczniło, że wzrost zaangażowania religijnego nastąpił szczególnie wśród tych, którzy już przed pandemią cechowali się ponadprzeciętną religijnością mierzoną uczestnictwem w praktykach. Natomiast osoby okazjonalnie praktykujące zaczęły w pandemii zupełnie porzucać obrzędową religijność. Myślimy, że pandemia, nakaz dystansu społecznego, ograniczenia dotyczące zgromadzeń, a w konsekwencji osłabienie kontroli społecznej, stały się dla nich usprawiedliwieniem dla zaprzestania praktyk" - wyjaśnia dr Boguszewski.



Badacze pytali także o uczestnictwo w praktykach religijnych online oraz za pośrednictwem radia i telewizji. Formy te okazały się atrakcyjne szczególnie dla tych, którzy już wcześniej byli bardziej religijni. „Stały się one raczej uzupełnieniem tradycyjnych praktyk religijnych niż alternatywą dla nich, bo osoby praktykujące w pandemii za pośrednictwem mediów, nierzadko nadal także regularnie chodziły do kościoła. Natomiast Polacy, którzy przed pandemią praktykowali sporadycznie lub wcale, nie byli też zainteresowali religijnością online" - podkreśla naukowiec.

Wśród innych zmiennych, które miały istotny statystycznie wpływ na wzmocnienie lub osłabienie religijności, dr Boguszewski wymienia wiek (wzrosła religijność osób starszych, spadła młodszych) oraz liczbę dzieci w gospodarstwie domowym. Okazało się, że im więcej dzieci, tym silniejszy spadek religijności. „Jest to jednak dość logiczne: z powodu zamknięcia szkół i przedszkoli dzieci musiały zostać w domach, przez co ich rodzice mieli więcej obowiązków, a mniej czasu na inne aktywności, w tym praktyki religijne".

Ostatnią zmienną wpływającą na badaną kwestię było zadowolenie z życia: osoby bardziej zadowolone ze swojego życia częściej deklarowały wzrost religijności w pandemii. „To bardzo ciekawe odkrycie, które jednak wymaga bardziej pogłębionych analiz i szczegółowej weryfikacji kierunku zależności w tej hipotezie" - mówi autor badania.

Naukowiec podkreśla, że omawiane badania ujawniły wzrost polaryzacji religijności w społeczeństwie podczas pandemii. Zresztą do takich samych wniosków prowadzą inne badania, w tym m.in. systematycznie realizowane przez CBOS.

Zdaniem rozmówcy istotna będzie kolejna fala pomiaru – w kontekście całkowitego poluzowania pandemicznych obostrzeń. „Pokaże nam ona, jak sytuacja zmieniła się po pandemii. Mamy jednak silne podstawy, aby podejrzewać, że trend odchodzenia społeczeństwa od religijności nie tylko się nie odwraca, ale wręcz nasila, co zresztą sugerują wyniki przytoczonych wyżej badań CBOS" - zaznacza dr Boguszewski.

Na zakończenie naukowiec dodaje, że kluczowe będzie dopytanie o bezpośrednie powody spadku religijności. Pandemia zbiegła się bowiem w czasie z innymi wydarzeniami, które mogły przyczynić się do odchodzenia ludzi od Kościoła katolickiego. „Dotąd o to nie pytaliśmy, jednak można przypuszczać, że takie kwestie jak zaostrzenie prawa aborcyjnego oraz kolejne afery związane z przedstawicielami Kościoła mogły nawet bardziej znacząco wpłynąć na zniechęcenie ludzi do religii, w tym zwłaszcza młodych obywateli naszego kraju, niż sama pandemia" - tłumaczy badacz z SGGW.

„Podsumowując: odwrót od religijności w czasie pandemii jest w naszym kraju dość wyraźny. Tylko osoby najbardziej zaangażowane, które wcześniej częściej niż pozostali uczestniczyły w obrzędach religijnych, umocniły się w swojej religijności. Pozostała część społeczeństwa, zwłaszcza młodsza, wyraźnie ograniczyła swoje zaangażowanie religijne" - mówi.

PAP - Nauka w Polsce, Katarzyna Czechowicz

eprasa.pl 14190fb4b3

CAFE DE PARIS

Wykonawcy:
Chris Schittulli -wokal
Wiesław Prządka - akordeon, bandoneon
Marek Piątek - gitary

NIEDZIELA, 17 LIPCA GODZ.18.00

Pałac w Jabłonnie
ul. Modlińska 105

BILET NORMALNY - 120 ZŁ
BILET ULGOWY - 80 ZŁ

KUP BILET: NA MIEJSCU W GODZ. 10-18, ON-LINE: WWW.BILETYNA.PL
REZERWACJE: NFO@PALACJABLONNA.PAN.PL, +48 509 081 438 / 535 585 661

eprasa.pl 14190fb4b3

Czekolada ma wiele właściwości sprzyjających zdrowiu

Czekolada wyprodukowana z owoców kakaowca, o wysokiej zawartości miazgi, ma sprzyjające zdrowiu właściwości – oceniła w komunikacie przesłanym w środę PAP dr Joanna Orzeł z Instytutu Chemii Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach

Czekolada jest bogata w antyoksydanty, które, jak zaznacza dr Orzeł, wspomagają walkę z wolnymi rodnikami i stresem oksydacyjnym przez nie wywołanym.

„Zawarte w niej flawonoidy mogą polepszyć kondycję naszego układu sercowo-naczyniowego oraz pozytywnie wpłynąć na ochronę naszej skóry przed promieniowaniem UV" – wyjaśniła. Co więcej, czekolada dobrze wpływa również na gospodarkę cholesterolu i obniża ryzyko ataku serca. Jej wpływ na układ nerwowy często skutkuje poprawą nastroju

Jak podkreśliła w komunikacie dr Orzeł, wymienione korzyści spożywania czekolady są możliwe wówczas, gdy dawkowana jest ona racjonalnie.

„Czekolada jest zalecana do umiarkowanego spożycia i z pewnością jest smaczną opcją na dostarczenie porcji dobrych składników do naszego organizmu" – dodała. Jednak ostrzegła, że jest wysokokalorycznym produktem, może wywoływać reakcje alergiczne u osób wrażliwych, a w skrajnych przypadkach jej regularne, niekontrolowane spożycie prowadzi do uzależnienia.

W komunikacie wyjaśniono również, że czekolada wytwarzana jest z owoców kakaowca, a dokładniej z nasion, z których pozyskiwana jest tzw. miazga kakaowa. „Obok miazgi kakaowej w czekoladzie znajdziemy tłuszcz kakaowy (lub inny roślinny) oraz, w zależności od rodzaju, substancje słodzące oraz inne dodatki (np. mleko, bakalie czy orzechy)" – przekazano.

Wśród podstawowych rodzajów czekolady wskazano cztery – ciemną (o najkrótszym składzie i wysokim procencie zawartości kakao), deserową (zawiera dodatek cukru lub innej substancji słodzącej), mleczną (w składzie dodatkowo obok miazgi i tłuszczu ma cukier i mleko) oraz białą (nie zawiera kakao i jest mieszaniną utwardzonych tłuszczy i cukru).

PAP - Nauka w Polsce, Aleksandra Kiełczykowska
foto: Fotolia

Ja - najlepszy ekspert od samego siebie. Ale czy zawsze?

Ludzie często uważają się za najlepszych ekspertów w temacie samego siebie i dlatego - jeśli chodzi o opinie na swój temat - za najbardziej wiarygodne uznają głosy spójne z samooceną. Są tu jednak wyjątki - zwracają uwagę badacze z UJ

Masz silnie wyrobione zdanie o sobie? Uważaj, bo możesz być stronniczy we wsłuchiwaniu się w opinie innych na ten temat.

Np. jesteś przekonany, że dobrze negocjujesz? Albo uważasz, że jesteś świetnym kierowcą? Jest większa szansa, że bardziej zaufasz tym, którzy też mówią, że jesteś dobry w te klocki niż tym, którzy sugerują, że nie do końca ci to wychodzi. Analogicznie - kiedy nie wierzysz w swoje możliwości - np. uważasz, że słabo radzisz sobie z publicznymi wystąpieniami - statystycznie rzecz biorąc - bardziej weźmiesz sobie do serca głos krytyki w tym zakresie niż pochwałę. Niezależnie od tego, jaka jest prawda.

Mechanizm takiego błędu poznawczego wyjaśnia tzw. teoria autoweryfikacji. Proponuje ona, że wolimy komunikaty spójne z własnym spojrzeniem na siebie, aby zachować poczucie spójności, przewidywalności, kontroli nad sobą i otaczającym światem. Gdyby jednak takie wyjaśnienie było kompletne, żadna zmiana zdania na swój temat nie byłaby możliwa: otaczalibyśmy się jedynie głosami spójnymi z naszym spojrzeniem na siebie i jeszcze bardziej utwierdzali się w swoim początkowym mniemaniu o sobie. A przecież nie zawsze tak jest. Czegoś więc wyjaśnieniu proponowanemu przez tę teorię brakowało.

"To wytłumaczenie oznaczałoby, że ludzie nie zważają na prawdziwość otrzymywanych informacji. Tymczasem ludzie przyjmują do wiadomości to, co uważają za prawdziwe" - uważa współautorka badania dr Ewa Szumowska z UJ. Dlatego wspólnie z kolegami z zespołu szukała innego wyjaśnienia tego zjawiska. Naukowcy przedstawili je w publikacji w Psychological Science

W pracy tej badacze tłumaczą, że interesujemy się opiniami spójnymi z naszą samooceną, bo uznajemy się za najlepszego eksperta w swojej sprawie. A w związku z tym - jeśli chodzi o temat samego siebie - opinie zbieżne ze swoją oceniamy jako bliższe prawdy, bardziej wiarygodne. Skoro wiemy, jacy jesteśmy naprawdę, każdy, kto uważa podobnie, ma rację. Natomiast jeśli ktoś uważa inaczej, najpewniej się myli.

W eksperymencie badacze pokazują, że istnieją inne osoby, które uznajemy za wiarygodnych ekspertów w naszej sprawie. Przynajmniej w niektórych aspektach. A ich głos - niespójny z naszym - jest dla nas ciekawszy niż głos, z którym się zgadzamy.

Dr Ewa Szumowska zwraca uwagę, że np. kiedy mamy problem ze zdrowiem - np. boli nas noga, nie mamy zwykle problemu, żeby oddać się w ręce specjalisty i zdać się na jego diagnozę i leczenie. Są więc sytuacje, kiedy uznajemy, że ktoś jest lepszym ekspertem w naszej sprawie, niż ja sam. Problem, żeby pokazać taką zależność eksperymentalnie.

Do eksperymentu wybrano osoby, które - jak wynikło z ankiet - miały zdecydowane zdanie o swoich umiejętnościach społecznych: te, które uważały, że świetnie radzą sobie z innymi ludźmi oraz takie, które uważały, że są w tym bardzo słabe. Osobom tym robiono kolejną serię testów dotyczących tych umiejętności, a potem mówiono, że przygotowano dla nich dwie diagnozy w tym zakresie. Wszyscy badani otrzymywali dostęp do krótkiego opisu dwóch skrajnie różnych ocen swoich umiejętności społecznych – jednej pozytywnej, jednej negatywnej. A także informację, kto ją przygotował: czy był to psycholog, czy student. Każdy badany mógł zdecydować, którą diagnozę woli przeczytać w całości. Eksperymentatorów interesowało to, czy badani będą chcieli zapoznać się z opiniami sprzecznymi z ich mniemaniem o sobie, jeśli wiedzieli, że będzie to opinia przygotowana przez specjalistę - psychologa.

No i rzeczywiście - badani byli taką opinią przeczącego im eksperta zainteresowani nie rzadziej niż głosem wspierającym. Oznacza to, że badani nie faworyzowali opinii spójnej ze swoją samooceną. A to całkiem dobry znak, że są sytuacje, w których jesteśmy w stanie dopuścić głos przeczący temu, co sami o sobie myślimy. To zaś pierwszy krok, aby doprowadzić do zmiany tego, jak na siebie patrzymy.

Co więcej w badaniach przeprowadzonych na żywo w laboratorium osoby z negatywnym obrazem siebie wolały opinię pozytywną, czyli niespójną z ich mniemaniem o osobie, istotnie bardziej niż spójną, jeśli ta opinia pochodziła od psychologa. W innej edycji tych samych badań, ale wykonywanych online, taka preferencja nie wystąpiła. Co też pokazuje różnice w podejściu do ekspertów w sferze online i na żywo. Kluczowe jednak, że w obu wersjach eksperymentu zniknęła typowo pojawiająca się preferencja opinii spójnej z tym, co sami o sobie myślimy.

Dr Szumowska zaznacza, że oczywiście nie jest niczym nowym to, że ludzie traktują czasem psychologów za ekspertów od pewnych aspektów samego siebie i zdają się na ich diagnozę. Nowością jest jednak nowe spojrzenie na kwestię zaufania do opinii innych na swój temat.

Może nam się wydawać, że znamy siebie na wylot, ale w wiedzy tej jest wiele dziur. Dr Szumowska wymienia, że dziury te są m.in. wynikiem błędów poznawczych, których nie zauważamy czy też braku wiedzy. Czasem więc zaczynamy mijać się z prawdą na swój temat. Jaskrawo to widać na przykładzie depresji, w której pacjenci mają tak negatywne, że czasem aż oderwane od rzeczywistości spojrzenie na swój temat. I szukają dla tego potwierdzenia. To tylko jeden z przykładów, który pokazuje, jak ważne jest w psychologii dobre zrozumienie mechanizmów przetwarzania informacji na swój temat.

PAP - Nauka w Polsce,
Ludwika Tomala

REKLAMA

CENTRUM MEDYCZNE
GABINTER

-10% zniżki na POBRANIA KRWI do końca czerwca 2022r.

ul. Krasińskiego 64, 05-120 Legionowo

GODZINY OTWARCIA:
Poniedziałek - Piątek 9-20
Sobota 10-15

Gabinter.pl

LEKARZE SPECJALIŚCI

- Interna i Medycyna Pracy
- Ortopedia i Traumatologia
- Ortopedia Dziecięca (badania preluksacyjne)
- Kardiologia
- Chirurgia
- Chirurgia Plastyczna
- Neurochirurgia
- Radiologia
- Rehabilitacja
- Pobrania Krwi
- Szczepienia na COVID-19

REJESTRACJA
tel: 22 774 09 66 tel: 737 144 444

eprasa.pl 14190fb4b3

Zielona ściana zamiast betonu

Udoskonalaniem miejskich ogrodów i upraw warzywnych zlokalizowanych na ścianach domów, firm i instytucji, oraz bezglebowych upraw hydroponicznych na dachach budynków, zajmują się m.in. badacze z Politechniki Gdańskiej

Hydroponika to bezglebowa metoda uprawy roślin pozwalająca sadzić rośliny na pożywce zawierającej roztwór soli mineralnych. Uprawy hydroponiczne mogą być prowadzone nie tylko w skali przemysłowej, ale również w ogródkach przydomowych. Podnoszą wówczas samowystarczalność miast w produkcji żywności.

Minusem tego rozwiązania jest relatywnie duże zapotrzebowanie na wodę oraz konieczność oczyszczania zużytej pożywki - wyjaśniają na stronie uczelni badaczki z Wydziału Inżynierii Lądowej i Środowiska PG, które zamykają obieg wody w miejskiej hydroponicznej uprawie sałaty i poprzez oczyszczenie odcieku w systemie zielonej ściany.

ROLNICTWO MIEJSKIE NIEZALEŻNE OD POGODY

Uprawy wertykalne nie wymagają dużej powierzchni, dlatego mogą być prowadzone w warunkach gęstej zabudowy. Trend „urban farming" staje się popularny również w polskich aglomeracjach.

Prof. Ewa Wojciechowska i dr inż. Karolina Matej-Łukowicz z Katedry Inżynierii Sanitarnej WILiŚ oraz studentka Joanna Stycharz prowadzą badania nad połączeniem dwóch systemów wertykalnych. Pierwszy z nich służy do hydroponicznej uprawy sałaty, natomiast drugi to tzw. zielona ściana, której zadaniem jest oczyszczanie odcieku z uprawy hydroponicznej.

Jak wyjaśniają ekspertki, uprawa hydroponiczna eliminuje konieczność sadzenia roślin w ziemi. Rośliny mogą być uprawiane w zamkniętych pomieszczeniach, bo do fotosyntezy wystarczą specjalne lampy o odpowiednim natężeniu światła. Eliminuje to problem z niekorzystnymi warunkami atmosferycznymi – uprawy można prowadzić przez cały rok. Rośliny nie są też podatne na choroby przenoszone przez glebę, co redukuje użycie chemicznych środków uprawy roślin.

ŁATWIEJ WYŻYWIĆ MIASTO

„Uprawa hydroponiczna jest też odpowiedzią na długie łańcuchy dostaw produktów żywnościowych oraz na rosnące ceny świeżej żywności w miastach. Dzięki uprawianiu roślin na użytek prywatny, skracamy drogę między miejscem produkcji, a naszym stołem. Uprawy bezglebowe stanowią odpowiedź na wyzwania związane z koniecznością wyżywienia dynamicznie rosnącej populacji" – podkreśla prof. Ewa Wojciechowska.

W kierowanym przez nią projekcie powstał układ do hydroponicznej uprawy sałaty. Rozsady sałat dojrzewają w szklarniach, następnie przesadzane są do specjalnych koszyczków, wydrukowanych na drukarce 3D i umieszczane w rurach wypełnionych pożywką, z wyciętymi na doniczki otworami. Dzięki takiej konstrukcji uprawy można umieścić w wybranym pomieszczeniu zarówno poziomo jak i w pionie, w zależności od potrzeb i od dostępności miejsca.

„To tanie rozwiązanie. Poza koszyczkami, których zakup sprawiał trudność i z pomocą przyszedł nam student Wydziału Elektroniki i Technik Informacyjnych, który umiał zaprojektować i wydrukować na drukarce 3D odpowiedniej wielkości i kształtu ażurowe pojemniczki do rozsad, użyłyśmy rur kanalizacyjnych, które otrzymałyśmy od firmy Pipelife. Do tego odpowiednia lampa – sałata wymaga akurat światła o temperaturze 6500 K i nasza hydroponiczna uprawa ma już odpowiednie warunki" – wyjaśnia cytowana w materiale prasowym dr inż. Karolina Matej-Łukowicz.

Badaczki pracują obecnie nad możliwością oczyszczania ścieków z hydroponicznej uprawy sałaty z zastosowaniem zielonej ściany i zamknięcia obiegu wody w tej hodowli.

ODPOWIEDŹ NA „BETONOZĘ" I BRAK MIEJSCA

Zielone ściany to coraz popularniejszy trend w aglomeracjach miejskich. Stanowią odpowiedź na nękającą miasta „betonozę", ale ich funkcja nie ogranicza się tylko do estetycznego wyglądu. Korzystnie oddziaływają na mikroklimat, redukując efekt „miejskiej wyspy ciepła". Mogą też z powodzeniem oczyszczać wodę – najczęściej stosowane są do oczyszczania wody deszczowej lub tzw. ścieków szarych, umożliwiając ich powtórne wykorzystanie. Nowatorskim pomysłem w projekcie jest wykorzystanie zielonej ściany do oczyszczania odcieku z uprawy hydroponicznej.

„Chcemy zbadać, czy woda użyta do podlewania naszych upraw, która tworzy dalej pożywkę, może być zastosowana powtórnie, a nawet kilkukrotnie. Zamknięty obieg pozwala na znaczące zmniejszenie ilości wody użytej do upraw hydroponicznych, co jest niezmiernie ważne ze względu zmiany klimatu, których rezultatem jest m.in. problem z dostępnością wody. Żeby jednak taki obieg zamknąć, musimy wodę oczyszczać. I tu z pomocą przychodzi zielona ściana zbudowana z kilku pięter roślin, które naszą wodę przefiltrują, oczyszczą i będzie mogła po raz kolejny być zastosowana do upraw sałaty" – tłumaczy dr inż. Karolina Matej-Łukowicz.

Badaczki używają różnych roślin do tworzenia zielonych ścian, m.in.: trzmieliny (Eonymus) czy żurawki (Heuchera) i sprawdzają ich możliwości filtrujące.

„Naszym celem jest stworzenie odpowiedniej pożywki, by sałata rosła w najlepszych możliwych warunkach oraz odpowiednia zielona ściana do oczyszczania zużytej pożywki i wprowadzenie obiegu zamkniętego" – podsumowuje Joanna Stycharz, studentka inżynierii środowiska.

PAP - Nauka w Polsce,
Fot. Krzysztof Krzempek/PG

eprasa.pl 14190fb4b3

Amatorów grillowania w naszym kraju nie brakuje. Z ankiety przeprowadzonej wśród Polaków wynika, że zaledwie 6,7% rodaków wcale nie grilluje. Około 10% uważa, że grillowanie jest zdrowe, niemniej zdaniem 43% należy odpowiednio przygotować jedzenie, by uzyskać zdrowe potrawy. Co ma wpływ na ich prozdrowotne wartości? Przede wszystkim jakość samych użytych produktów, ale także to, na jakim grillu posiłek zostanie przygotowany

Grillowanie - co wolno, a co nie? Przewodnik z przepisami

Który grill wybrać i o czym pamiętać?

Bardzo wysoka temperatura, konieczna do grillowania jedzenia, sprzyja powstawaniu związków rakotwórczych, bardzo niebezpiecznych dla ludzkiego organizmu. Tradycyjne i najbardziej popularne grillowanie na węglu drzewnym jest najmniej bezpieczne dla naszego organizmu. Powodem tego stanu rzeczy jest brak stałej kontroli nad rozpalonym ogniem, który w kontakcie z jedzeniem tworzy doskonałe warunki do powstawania szkodliwych związków — w szczególności toksycznego benzopirenu.

Jak wynika z wielu badań, pod względem bezpieczeństwa, zdrowia i jakości jedzenia, najbezpieczniejsze jest przygotowywanie potraw na grillu elektrycznym, który posiada regulację temperatury i często specjalny pojemnik, do którego ścieka tłuszcz, co zapobiega powstawaniu toksycznych związków. W porównaniu z potrawami przygotowanymi na grillu gazowym czy węglowym, te z grilla elektrycznego zawierają nawet 40 razy mniej szkodliwych substancji2. Ponadto w świetle prawa z grilla elektrycznego można korzystać praktycznie wszędzie, ponieważ nie stanowi on zagrożenia pożarowego.

Jak zorganizować grillowanie w plenerze?

Jeśli chce się urządzić grill poza własnym podwórkiem czy działką, należy pamiętać, że zgodnie z prawem, nie wszędzie można rozpalić grill węglowy czy gazowy. Często poza wytycznymi natury prawnej, ograniczenia nakłada także zarządca terenu. Ustalenie czy w danym miejscu można, czy nie można rozpalić grilla, może być kłopotliwe. Niemniej mając do dyspozycji odpowiednie urządzenie elektryczne i przenośną stację zasilania, grillowanie można urządzić praktycznie wszędzie, nie martwiąc się o źródło prądu. – Stacja o pojemności 1260Wh jest w stanie zasilić grill elektryczny o mocy 1150W przez godzinę, ale już stacja o pojemności 3600Wh zapewni zasilanie grilla o tej samej mocy niemal trzy razy dłużej. – wyjaśnia Paweł Tomiczek z EcoFlow. Grillowanie w plenerze ciężko jednak ograniczyć do godziny czy trzech. Co w przypadku, gdy planujemy całodzienny wyjazd i dłuższe grillowanie? – Czas zasilania można swobodnie wydłużyć poprzez podłączenie stacji do paneli fotowoltaicznych. Panele będą zasilać stację, a jednocześnie stacja posłuży za źródło zasilania grilla. – dodaje przedstawiciel marki EcoFlow.

Co najczęściej ląduje na ruszcie?

Grillowanie na przestrzeni ostatnich lat zmieniło swój charakter. Podstawą nie jest już tylko to, by zjeść smacznie, ale przede wszystkim – zdrowo. Na ruszcie zagościły ryby, chude mięso, owoce morza, warzywa, a nawet owoce, którym ustąpiły miejsca tradycyjna kiełbasa, karkówka czy kaszanka. Często jednak brakuje nam pomysłów na to, co mogłoby się znaleźć na ruszcie, poza tym, co do tej pory znamy. Warto zainspirować się sprawdzonymi przepisami, rekomendowanymi przez najlepszych speców w dziedzinie kulinariów. Przepisy na rozpływające się w ustach pieczarki z rusztu rekomendują szefowie kuchni Dwór Korona Karkonoszy.

Grillowane pieczarki z kozim serem

Składniki:
- 5 dużych pieczarek
- 70g sera koziego twarogowego
- starty ząbek czosnku
- bazylia
- pieprz

Wykonanie:
Pieczarki umyć, trzon odkroić i posiekać. Ser kozi skroić w drobne kostki, wymieszać z pokrojonymi trzonkami i czosnkiem, przyprawić bazylią i pieprzem. Kapelusze pieczarek wypełnić masą serową. Grilować ok 10 minut.

Pieczarki nadziewane serem mozzarella i suszonymi pomidorami

Składniki:
- ½ kg dużych pieczarek
- kilka łyżek oliwy z oliwek
- 2 starte ząbki czosnku
- 100g suszonych pomidorów
- 100g pesto bazyliowego
- sól,
- pieprz
- 3 kulki sera mozarella

Sposób wykonania:
Pieczarki umyć, odciąć trzonki, zostawić tylko kapelusze. Oliwę wymieszać z czosnkiem i posmarować nią pieczarki. Mozzarellę zetrzeć na tarce i odrobinę włożyć do kapelusza.

Do kapelusza włożyć także suszonego pomidora, nałożyć pół łyżeczki pesto, przykryć mozarellą, znowu pesto i „zamknąć" pomidorem suszonym. Grillować 10-15 minut do momentu rozpuszczenia się sera.

PAŁAC W JABŁONNIE
#POCZUJNASZAHISTORIE

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

CHRZCIN I KOMUNII
ŚLUBU LUB WESELA
URODZIN CZY JUBILEUSZU

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

eprasa.pl 14190fb4b3

AKADEMIA FINANSÓW I BIZNESU VISTULA

STUDIA GLOBALNYCH MOŻLIWOŚCI

Akademia im. Aleksandra Gieysztora w Pułtusku
Filia Akademii Finansów i Biznesu Vistula

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

SKORZYSTAJ Z PROMOCJI 3x0 ZŁ*
0 zł – opłata rekrutacyjna
0 zł – wpisowe
0 zł – 1. miesiąc studiów
APLIKUJ
vistula.edu.pl/pultusk

KIERUNKI STUDIÓW:
- Administracja
- Bezpieczeństwo narodowe
- Finanse i rachunkowość NOWOŚĆ
- Historia
- Pedagogika
- Pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna
- Politologia

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

*Promocja obowiązuje do 25.07.2022 r. Regulamin dostępny w Dziale Rekrutacji oraz na vistula.edu.pl

środa 13 lipca

TVP 1
05:10 Przysięga - serial obyczajowy
06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej
07:30 Rodzinny ekspres
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Ranczo - serial obyczajowy
09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny
10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:40 Rok w ogrodzie Extra
12:55 Natura w Jedynce - Bliskie spotkania ze zwierzętami 4

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
15:00 Wiadomości
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Przysięga - serial obyczajowy
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia?
17:55 Tajemnice - serial
18:55 Jeden z dziesięciu
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:30 Leśniczówka - serial obyczajowy
21:05 Bolivar - serial
22:00 07 zgłoś się - serial
23:25 Ukraińcy - serial
00:25 Zabójcze urodziny
02:00 Film fabularny
03:55 Wojsko - polskie.pl

TVP 2
05:00 Na sygnale - serial
05:30 M jak miłość - serial
06:25 Pożyteczni.pl - magazyn
06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:10 Serial fabularny
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - film obyczajowy
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

SERIAL OBYCZAJOWY

18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy
19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
20:10 Hallo Szpicbródka czyli ostatni występ Króla Kasiarzy - komedia, prod. Polska, 1978, reż. Janusz Rzeszewski, Mieczysław Jahoda, wyk. Piotr Fronczewski, Gabriela Kownacka, Ewa Wiśniewska, Irena Kwiatkowska
22:00 Strażnik dzikiej przyrody - serial obyczajowy
23:45 Medyceusze Wspaniali
00:55 Tacy po prostu jesteśmy - film
02:25 Archiwista - serial
03:25 Ukryte zamiary

TVN
06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
06:50 Milionerzy
07:20 Bunt - serial, Polska
07:55 Tajemnice miłości
09:00 Ten moment
09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:40 Doradca smaku
11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:55 Tajemnice miłości
14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:10 Ten moment - program
16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
19:00 Fakty - informacje
19:55 Uwaga! - magazyn
20:10 Doradca smaku

SERIAL OBYCZAJOWY

20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
20:55 Milionerzy
21:35 Za szybcy, za wściekli - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2003, reż. John Singleton, wyk. Paul Walker, Tyrese Gibson, Eva Mendes, Cole Hauser, James Remar, Devon Aoki
23:45 Seks w wielkim mieście II - film komedia, USA, 2010, reż. Michael Patrick King, wyk. Sarah JessicaParker, Kim Cattrall, Kristin Davis, Cynthia Nixon
02:50 Wewnętrzny wróg
03:50 Uwaga! - magazyn
04:10 Noc magii
05:30 Kto was tak urządził

POLSAT
06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy Bronisław Malanowski rozwiązuje zagadki kryminalne, prowadząc biuro detektywistyczne.
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia
13:20 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja - magazyn prod. Polska
16:40 Gliniarze
17:40 Sekrety rodziny
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:00 Duże dzieci

FILM SENSACYJNY

22:15 Brzydka prawda Abby to niezwykle utalentowana i ambitna producentka popularnego programu telewizyjnego. W sprawach sercowych jest bardzo wymagająca i w związku z tym wciąż szuka idealnego mężczyzny. Pewnego dnia spotyka ją niemiła niespodzianka.
00:35 Więzień labiryntu: Próby ognia
04:15 Świat według Kiepskich - serial obyczajowy
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 Telezakupy TV Okazje

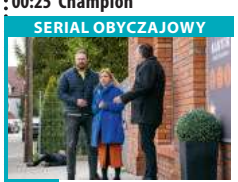
TVP Kultura
07:00 Teledyski
07:15 Przestrzenie Sztuki - cykl reportaży
07:45 Informacje kulturalne - informator kulturalny
08:15 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
08:55 Jasminum - film obyczajowy, prod. Polska, 2005, reż. Jan Jakub Kolski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska, Wiktoria Gąsiorowska, Janusz Gajos, Krzysztof Pieczyński, Monika Dryl, Patrycja Soliman, Grzegorz Damięcki, Krzysztof Globisz, Franciszek Pieczka
11:00 Dyrektorzy - serial
12:35 Oczy uroczne - film TVP, prod. Polska, 1977, reż. Piotr Szulkin, wyk. Mariola Chmielewska, Leszek Herdegen, Edward Raczkowski, Józef Dusza
13:30 Przewodnik Putifara - serial dokumentalny

FILM OBYCZAJOWY

14:40 Hania - film TVP, prod. Polska, 1984
16:25 Mała Apokalipsa - film obyczajowy, prod. Polska, Włochy, Francja, 1992, reż. Costa-Gavras
18:30 Informacje kulturalne
18:50 Serialowa nostalgia - Magiczne drzewo - serial
20:00 W trzy miesiące dookoła świata - Chińczyk na wynos - film
21:45 Więcej niż fikcja - Klimt i Schiele: Eros i Psyche
23:30 Lekkie obyczaje - Zwariować ze szczęścia
01:35 Scena Klasyczna - Atom String Quartet - koncert
02:30 Informacje kulturalne
03:00 Kino nocne - Dwa księżyce - film obyczajowy

TV Puls
06:00 Kobra - oddział specjalny
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
11:00 Reporterzy. Z życia wzięte
12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
14:00 Reporterzy. Z życia wzięte
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial
16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
17:00 Prawdziwe motywy
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
20:00 Han Solo: Gwiezdne wojny - historie
22:50 Impostor
00:25 Champion

SERIAL OBYCZAJOWY



02:25 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska
03:35 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska
04:15 Z archiwum policji - program dokumentalny prod. Polska
05:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska Podstarzały złodziej, jego syn i wnuk planują skok, dzięki któremu zarobią milion dolarów.

TVN 7
05:00 Szpital - program obyczajowy
06:00 Papiery na szczęście - serial, Polska
07:05 Idealna niania - program obyczajowy
07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:50 Totalne remonty Szelągowskiej
11:50 Tajemnice miłości
12:55 Opowieści małżeńskie
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy prod. Polska
14:55 Rozwód. Walka o wszystko
15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy prod. Polska
17:00 Tajemnice miłości
18:00 Rozwód. Walka o wszystko
19:00 Ukryta prawda

FILM OBYCZAJOWY

20:00 Honey - film obyczajowy, USA, 2003, reż. Bille Woodruff, wyk. Jessica Alba, Mekhi Phifer, Romeo, David Moscow, Zachary Isaiah Williams, Joy Bryant
22:05 Firefox - film sensacyjny, USA, 1982, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Freddie Jones, David Huffman, Warren Clarke, Ronald Lacey
00:40 Grindhouse: Planeta Terror - film horror, USA/Meksyk, 2007, reż. Robert Rodriguez, wyk. Rose McGowan, Freddy Rodriguez, Josh Brolin
02:50 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska

TV 4
06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierścionek z rubinem **11:00** Ryzykanci **12:00** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Wielka Ucieczka - film akcji **22:00** W cywilu 6: Bezpośrednie starcie Carter i jego dawny kolega z Marines, Luke Trapper łączą siły, by uratować dziewczynę porwaną przez międzynarodowy gang na czele którego stoi Maddy Hayes. **23:50** Mistrz Dowcipu **00:55** Anatomia głupoty według Richarda Hammonda **01:55** Śmierć na 1000 sposobów

TV Trwam
09:30 Sanktuaria polskie **09:50** Święty na każdy dzień **10:00** Informacje dnia **11:00** Z wędką nad wodę w Polskę i Świat **11:25** Jestem mamą **11:40** Prosto o gospodarce **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz - 10 przykazań **13:30** Msza Święta **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Pianistą być! **15:05** Kardynał Stefan Wyszyński **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Na zdrowie **16:30** Wyszyński **17:00** Po stronie prawdy **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Brat Franciszek **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski

eprasa.pl 14190fb4b3

czwartek 14 lipca

TVP 1

05:10 **Przysięga** - serial
06:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
07:30 **Pełnia Wiary** - magazyn
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:40 **Ranczo** - serial obyczajowy
09:40 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:40 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:30 **Leśniczówka** - serial obyczajowy
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **To się opłaca** - magazyn
12:55 **Natura w Jedynce** - Bliskie spotkania ze zwierzętami 5

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
15:00 **Wiadomości**
15:15 **Alarm!** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka**
16:05 **Przysięga** - serial
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?**
17:55 **Tajemnice** - serial
18:55 **Jeden z dziesięciu**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:30 **Leśniczówka** - serial obyczajowy
21:05 **Bolivar** - serial
21:55 **Sprawa dla reportera**
22:55 **Magazyn śledczy Anity Gargas** - magazyn
23:35 **Magazyn kryminalny 997** - magazyn
00:30 **Film fabularny**

TVP 2

05:00 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
05:30 **M jak miłość** - serial
06:25 **Smaki świata** - magazyn
06:55 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
07:30 **Pytanie na śniadanie**
10:35 **Panorama**
10:45 **Pytanie na śniadanie**
11:15 **Z polskiej ziemi**
11:50 **Rodzinka.pl**
12:30 **Koło fortuny**
13:15 **Zranione ptaki**
14:05 **Va Banque**
14:35 **Na sygnale**
15:10 **Serial fabularny**
16:00 **Koło fortuny** - teleturniej
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:15 **Zakazany owoc** - film obyczajowy, prod. Turcja, 2019, reż. Neslihan Yesilyurt, wyk. Talat Bulut, Onur Tuna
18:00 **Panorama**

TELETURNIEJ

18:20 **Va Banque** - teleturniej
18:45 **Zranione ptaki** - serial obyczajowy
19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
20:10 **Córka prezydenta** - komedia romantyczna, prod. USA, 2004, reż. Forest Whitaker, wyk. Katie Holmes, Marc Blucas, Michael Keaton
22:05 **Sanctum** - dramat
00:10 **Dzień Bastylii** - film sensacyjny, prod. Wielka Brytania, Francja
01:50 **Ona to on** - komedia
03:50 **Gomorra** - serial
04:45 **Rodzinka.pl** - serial
05:10 **Zakończenie**

TVN

06:05 **Uwaga!** - magazyn
06:20 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
06:50 **Milionerzy**
07:20 **Bunt** - serial, Polska
07:55 **Tajemnice miłości**
09:00 **Ten moment** - program
09:35 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
10:40 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:40 **Doradca smaku**
11:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12:55 **Tajemnice miłości**
14:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
16:10 **Ten moment**
16:45 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
19:00 **Fakty** - informacje
19:55 **Uwaga!**

PROGRAM KULINARNY

20:10 **Doradca smaku** - program kulinarny
20:15 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
20:55 **Milionerzy** - program
21:35 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
22:45 **Gruby i chudszy** - film komedia, USA, 1996, reż. Tom Shadyac, wyk. Eddie Murphy, Jada Pinkett Smith
00:45 **Za szybcy, za wściekli** - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2003, reż. John Singleton, wyk. Paul Walker, Tyrese Gibson, Eva Mendes
03:05 **Uwaga!** - magazyn
03:25 **Noc magii**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:40 **Malanowski i Partnerzy**
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:20 **Interwencja**
13:40 **Trudne sprawy**
14:40 **Dlaczego ja?**
15:50 **Wydarzenia**
16:10 **Pogoda**
16:15 **Interwencja**
16:40 **Gliniarze**
17:40 **Sekrety rodziny**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
19:45 **Sport**
19:55 **Pogoda**
Pretty Woman Laura to współczesna, kultowa już wersja bajki o Kopciuszku z Julią Roberts oraz Richardem Gere'em w rolach głównych.

FILM OBYCZAJOWY

22:45 **Mój chłopak się żeni** Potter i Michael O'Neal byli kilka lat temu parą. Ich związek nie był udany, mimo to jednak pozostali najlepszymi przyjaciółmi. Obiecali sobie, że jeżeli do 28 urodzin nie znajdą sobie partnera, pobiorą się. Na krótko przed wyznaczonym terminem Michael dzwoni do Julianne i informuje ją, iż za kilka dni się żeni.
01:00 **Tamte dni, tamte noce**
03:50 **Świat według Kiepskich**
04:40 **Disco Gramy** - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

07:00 **Teledysk**
07:45 **Informacje kulturalne**
08:15 **Księga Przestrzeni**
08:55 **Mała Apokalipsa** - film obyczajowy
11:00 **Dyrektorzy** - serial
12:30 **Przygoda Stasia** - film TVP, prod. Polska, 1970, reż. Andrzej Konic, wyk. Anna Seniuk, Marek Perepeczko, Ludwik Benoit, Andrzej Głoskowski, Antoni Żukowski
13:30 **Nie marnuj jedzenia** - film dokumentalny, prod. Australia, 2018
14:35 **Mirai** - film animowany, prod. Japonia, 2018
16:25 **Frantz**
18:30 **Informacje kulturalne**
18:55 **Serialowa nostalgia** - Magiczne drzewo
20:00 **Teatr Telewizji** - Kobra - Jak błyskawica cz. 2 - spektakl teatralny
21:05 **Tamte lata, tamte dni**

DRAMAT

21:50 **Kino Mistrzów - Volver** - dramat
24:00 **Berlin Live** - Billy Corgan - koncert
01:15 **Nocny dokument** - Stres - film
02:45 **W trzy miesiące dookoła świata** - Chińczyk na wynos - film obyczajowy
04:35 **Informacje kulturalne** - informator kulturalny
05:05 **Teledyski**
05:30 **Afisz kulturalny ekstra**
05:45 **Jeszcze więcej kultury w TVP Kultura 2 na stream.tvp.pl**
05:50 **Zakończenie**

TV Puls

06:00 **Kobra - oddział specjalny**
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
11:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
12:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
13:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
14:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
15:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
17:00 **Prawdziwe motywy**
18:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
20:00 **Straszny film 5**
21:30 **Kariera Nikosia Dyzmy** - komedia

DRAMAT

23:55 **Showgirls** - dramat Młoda autostopowiczka podróżuje po Las Vegas, aby stać się gwiazdą rewii. Kiedy zostaje okradziona, w akcie desperacji przyjmuje pracę tancerki erotycznej.
02:25 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
03:20 **Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę** - program kulinarny
04:00 **Taki jest świat** - program informacyjny prod. Polska
05:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy prod. Polska

TVN 7

05:00 **Szpital** - program obyczajowy
06:00 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:05 **Idealna niania** - program obyczajowy
07:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
10:50 **Totalne remonty Szelągowskiej**
11:50 **Tajemnice miłości**
12:55 **Opowieści małżeńskie**
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - program sądowy
14:55 **Rozwód. Walka o wszystko**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
17:00 **Tajemnice miłości**
18:00 **Rozwód. Walka o wszystko**
19:00 **Ukryta prawda**

KOMEDIA

20:00 **Akademia policyjna II: Pierwsze zadanie** - film komedia, USA, 1985, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Art Metrano, George Gaynes
21:55 **Snajper** - film wojenny, USA, 2014, reż. Clint Eastwood, wyk. Bradley Cooper
00:40 **Licencja na miłość** - film komedia, USA/Australia, 2007, reż. Ken Kwapis, wyk. Robin Williams, Mandy Moore, John Krasinski, Eric Christian Olsen
02:40 **Noc magii** - program ezoteryczny prod. Polska

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu **08:00** Nasz Nowy Dom - magazyn **09:00** Pierścionek z rubinem **11:00** Ryzykanci **12:00** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Czyste szaleństwo Dwóch nieudaczników, bezrobotny dramaturg i aktor podejmują pracę w banku, który dziwnym zbiegiem okoliczności zostaje okradziony, a oni są jedynymi podejrzanymi. Brawurowa komedia gwarantująca świetną zabawę. **23:30** Frankenstein Młody, zdolny naukowiec z Genewy pracuje nad metodą, która pozwoli przywracać życie zmarłym. **01:55** Śmierć na 1000 sposobów

TV Trwam

12:00 Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Ziemia Obiecana **13:10** Muzyczne chwile **13:30** Msza święta **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Spektakl teatralny: Powrót posła **15:45** Święty na każdy dzień **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia **16:10** Z wędką nad wodę w Polskę i Świat **16:35** Porady Medyczne Bonifratrów **17:05** Akademia pro-life **17:10** Śladami historii **17:15** Hostia stała się Ciałem, wino stało się Krwią **17:30** Odpowiedzialni za Kościół **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Przyjaciele i bohaterowie **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Historia **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Informacje dnia

piątek 15 lipca

TVP 1

05:05 **Przysięga** - serial obyczajowy
06:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
07:00 **Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej**
07:30 **Agape** - magazyn
08:00 **Wiadomości**
08:10 **Pogoda poranna**
08:15 **Kwadrans polityczny**
08:40 **Ranczo** - serial
09:35 **Komisarz Alex** - serial kryminalny
10:35 **Ojciec Mateusz** - serial kryminalny
11:25 **Okrasa łamie przepisy** - Dziczyzna i karp na dziko - magazyn kulinarny
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:35 **Magazyn Rolniczy**
12:55 **Natura w Jedynce** - Bliskie spotkania

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 **Wspaniałe stulecie** - serial kostiumowy
15:00 **Wiadomości**
15:10 **Pogoda**
15:15 **Alarm!** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka**
16:05 **Przysięga** - serial obyczajowy
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Jaka to melodia?**
17:55 **Wojenne dziewczyny**
18:55 **Jeden z dziesięciu**
19:30 **Wiadomości**
20:10 **Alarm!** - magazyn
20:35 **Bolivar** - serial
21:35 **Wyjście awaryjne** - komedia
23:15 **W tajnej służbie Jej Królewskiej Mości** - film sensacyjny
02:05 **Lekkoatletyka**

TVP 2

05:30 **M jak miłość** - serial
06:20 **Anna Dymna - spotkajmy się**
06:55 **Rodzinka.pl** - serial
07:30 **Pytanie na śniadanie**
10:40 **Panorama**
10:45 **Pytanie na śniadanie**
11:15 **Smaki świata - pośród mórz** - magazyn
11:50 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
12:30 **Koło fortuny** - teleturniej
13:15 **Zranione ptaki** - serial obyczajowy
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial fabularyzowany
15:10 **Wydział kryminalny Kitzbühel** - serial
16:00 **Koło fortuny**
16:35 **Familiada** - teleturniej
17:15 **Zakazany owoc** - film obyczajowy
18:00 **Panorama**
18:20 **Va Banque** - teleturniej

SERIAL OBYCZAJOWY

18:45 **Zranione ptaki** - serial obyczajowy
19:35 **Barwy szczęścia** - serial obyczajowy
20:10 **Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022** - Wilno
21:15 **Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022** - Augustów - Hity domówek
23:30 **Ona to on** - komedia
01:25 **Córka prezydenta** - komedia romantyczna, prod. USA, 2004, reż. Forest Whitaker
03:20 **Strażnik dzikiej przyrody** - serial
05:05 **Rodzinka.pl** - serial komediowy
05:30 **Zakończenie**

TVN

06:20 **Na Wspólnej** - serial obyczajowy, Polska
06:50 **Milionerzy**
07:20 **Bunt** - serial, Polska
07:55 **Tajemnice miłości**
09:00 **Ten moment**
09:35 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
10:40 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:40 **Doradca smaku**
11:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12:55 **Tajemnice miłości**
14:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
16:10 **Ten moment**
16:45 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 **Ukryta prawda**
19:00 **Fakty**
19:30 **Sport**
19:40 **Pogoda**
19:50 **Uwaga!** - magazyn

FILM S-F

20:00 **Niepamięć** - film S-F, USA, 2013, reż. Joseph Kosinski, wyk. Tom Cruise, Morgan Freeman, Olga Kurylenko, Andrea Riseborough, Nikolaj Coster-Waldau, Melissa Leo
22:45 **Władcapierścieni: Dwiewieże** - film przygodowy, Nowa Zelandia, USA, Niemcy, 2002, reż. Peter Jackson, wyk. Elijah Wood, Ian McKellen, Viggo Mortensen, Liv Tyler, Sean Astin, John Rhys-Davies
02:25 **Kuba Wojewódzki**
03:30 **Uwaga!** - magazyn prod. Polska
03:50 **Noc magii**
05:15 **Kto was tak urządził**

POLSAT

06:00 **Nowy dzień z Polsat News**
08:40 **Malanowski i Partnerzy**
09:40 **Sekrety rodziny**
10:40 **Dlaczego ja?**
11:40 **Gliniarze**
12:50 **Wydarzenia**
13:20 **Interwencja**
13:40 **Trudne sprawy**
14:40 **Dlaczego ja?**
15:50 **Wydarzenia**
16:10 **Pogoda**
16:15 **Interwencja**
16:40 **Gliniarze**
17:40 **Sekrety rodziny**
18:50 **Wydarzenia**
19:25 **Gość wydarzeń**
20:00 **Miss Supranational** W dniach: 15-17 lipca Nowy Sącz po raz drugi stanie się światową stolicą piękna, a na antenie telewizji Polsat poznamy dwie najpiękniejsze kobiety i najprzystojniejszego mężczyznę.

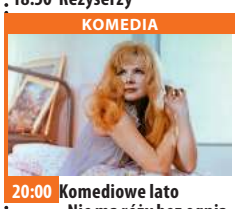
FILM PRZYGODOWY

23:05 **Ewolucja planety małp** - film przygodowy Dziesięć lat po epidemii wirusa, który uśmiercił niemal wszystkich ludzi, genetycznie zmodyfikowane małpy przewodzą wielotysięcznej populacji orangutanów, szympansów i goryli. Caesar, wychowany przez człowieka samiec, który swego czasu poprowadził człekokształtne do rewolucji, jest ich liderem.
01:55 **Duże dzieci**
04:40 **Disco Gramy** - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

07:00 **Teledysk**
07:40 **Informacje kulturalne**
08:10 **Tamte lata, tamte dni** - magazyn
08:50 **Frantz**
11:00 **Dyrektorzy** - serial
12:15 **Awatar, czyli zamiana dusz** - film TVP, prod. Polska, 1964, reż. Janusz Majewski, wyk. Wanda Koczeska, Jan Machulski, Henryk Boukołowski, Gustaw Holoubek
13:30 **Ostatnie tango** - film dokumentalny
15:10 **Świat w Operze** - film animowany
15:35 **Oskar i pani Róża** - film fabularny, prod. Francja, 2009, reż. Éric - Emmanuel Schmitt, wyk. Michle Laroque
17:30 **Scena muzyczna**
18:30 **Informacje kulturalne** - informator kulturalny
18:50 **Reżyserzy**

KOMEDIA



20:00 **Komediowe lato - Nie ma róży bez ognia** - komedia, prod. Polska, 1974, reż. Stanisław Bareja, wyk. Jacek Fedorowicz, Stanisława Celińska, Mieczysław Czechowicz
21:45 **Legendy Rocka** - Lynyrd Skynyrd
22:15 **Legendy Rocka** - The Kinks
22:50 **Kino Mistrzów** - Volver - dramat, prod. Hiszpania
01:05 **Noc krótkich filmów** - Koniec widzenia - dramat
01:20 **Noc krótkich filmów** - Łuska - film animowany
01:25 **Noc krótkich filmów** - Gość - film animowany

TV Puls

06:00 **Kobra - oddział specjalny**
08:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
09:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
11:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
12:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
13:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
14:00 **Reporterzy. Z życia wzięte**
15:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
16:00 **Rodzinny interes** - serial obyczajowy
17:00 **Prawdziwe motywy** - serial kryminalny
18:00 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial

FILM AKCJI

20:00 **Niepokonany 3: Odkupienie**
22:00 **Operacja: Zemsta 2**
23:30 **Sztos 2**
01:30 **Lombard. Życie pod zastaw** - serial obyczajowy
02:25 **Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę** - program kulinarny
03:00 **Z archiwum policji** - serial dokumentalny
03:50 **Menu na miarę** - program kulinarny prod. Polska
04:25 **Z archiwum policji** - serial dokumentalny
04:50 **Dyżur** - serial dokumentalny

TVN 7

05:00 **Szpital** - program obyczajowy
06:00 **Papiery na szczęście** - serial, Polska
07:05 **Idealna niania** - program obyczajowy
07:50 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
10:50 **Totalne remonty Szelągowskiej**
11:50 **Tajemnice miłości**
12:55 **Opowieści małżeńskie**
13:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** - program sądowy
14:55 **Rozwód. Walka o wszystko**
15:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy prod. Polska
17:00 **Tajemnice miłości**
18:00 **Rozwód. Walka o wszystko**
19:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy

KOMEDIA

20:00 **W doborowym towarzystwie** - film komedia, USA, 2004, reż. Paul Weitz, wyk. Topher Grace, Scarlett Johansson, Marg Helgenberger, David Paymer, Clark Gregg, Philip Baker Hall, Selma Blair, Malcolm McDowellDennis Quaid
22:20 **Sully** - film obyczajowy, USA, 2016, reż. Clint Eastwood, wyk. Tom Hanks, Aaron Eckhart
00:30 **Bracia z ulicy** - film sensacyjny, USA, 2018, reż. John Pogue, wyk. Trey Songz, Jack Kesy, China Anne McClain
02:15 **Druga strona medalu**
02:50 **Noc magii**

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker jest jednym z najlepszych Strażników Texasu. Ma dosyć „ostre" metody zwalczania przestępców. Pomagają mu w tym inni Strażnicy Texasu oraz C.D. Parker - emerytowany policjant, obecnie prowadzący bar, były piłkarz - intelektualista James Trivette i Alex Cahill - prokurator - prywatnie sympatia Walkera. **08:00** Nasz Nowy Dom **09:00** Pierścionek z rubinem **11:00** Ryzykanci **12:00** Sędzia Judy **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Gwiazdy Kabaretu **21:00** Wielka Ucieczka **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial kryminalny prod. Polska **00:00** Zwierz **02:00** Ucho Prezesa

TV Trwam

12:03 Informacje dnia **12:20** Ziemia Obiecana **13:10** Muzyczne chwile **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc **14:30** Zrozumieć Antycywilizacje **14:55** Słowo życia **15:00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia Koronką do Bożego Miłosierdzia **15:20** Mocni w Wierze **15:45** Święty na każdy dzień **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje **16:10** Siódmy Sakrament **16:40** Prosto o gospodarce **17:00** Życie z Pasją **17:30** Geopolityka **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje **18:15** Westerplatte Młodych **19:00** Warto zauważyć **19:30** Opowieści Theo **19:45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Historia **21:00** Apel

eprasa.pl 14190fb4b3

sobota 16 lipca

TVP 1

05:10 Klan - telenowela
06:00 Magazyn Ekspresu Reporterów
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:40 Rok w ogrodzie
08:05 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
08:20 Wojsko - polskie.pl
08:45 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych
09:15 Sprawa dla reportera
10:15 Fascynujący świat - Ziemia widziana z kosmosu - serial dokumentalny
11:20 Rolnik szuka żony
12:25 Rio Grande - western, prod. USA, 1950, reż. John Ford, wyk. John Wayne
14:10 Z pamięci - felieton
14:25 Okrasa łamie przepisy
14:50 Serial fabularny

SERIAL OBYCZAJOWY

15:45 Jan Serce - serial obyczajowy
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:30 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
19:25 Sport
19:30 Wiadomości
20:05 Pogoda
20:10 Alarm! - magazyn
20:35 Bolivar - serial kostiumowy
21:30 Hit na sobotę - Niemożliwe - film fabularny, prod. USA
23:35 Tylko teraz - film fabularny, prod. USA
01:15 S. W. A. T. - Jednostka specjalna - serial

TVP 2

05:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial
07:55 Pytanie na śniadanie
11:45 Rodzinny ekspres - magazyn
12:25 Kino familijne - Napoleon - film familijny, prod. Australia, 1995, reż. Mario Andreacchio, wyk. Philip Quast, Susan Lyons, Coralie Sawade
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces - widowisko muzyczne
16:20 Na dobre i na złe - serial
17:20 Smaki świata - magazyn prod. Polska
17:45 Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

TELETURNIEJ

18:40 Postaw na milion - teleturniej
19:35 Lajk!
20:00 Lekkoatletyka - Mistrzostwa Świata - Eugene dz. 2, prod. Szwajcaria, 2022
23:25 Hity wszech czasów - magazyn muzyczny
00:30 Sanctum - dramat, prod. USA, 2011, reż. Alister Grierson, wyk. Richard Roxburg, Ioan Gruffudd
02:30 Czwarta władza - dramat, prod. USA, 2017, reż. Steven Spielberg, wyk. Meryl Streep, Tom Hanks
04:40 Rodzinka.pl - serial komediowy
05:10 Zakończenie

TVN

06:30 Uwaga! - magazyn
06:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
07:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
08:30 Wymarzone ogrody
09:00 Dzień Dobry Wakacje
11:30 Na Wspólnej - serial, Polska
13:25 MasterChef Junior
15:05 Totalne remonty Szelągowskiej
16:15 Weekendowa metamorfoza
17:20 Wymarzone ogrody
17:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarny
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! - magazyn

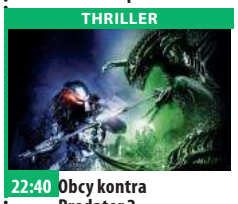
KOMEDIA

20:00 Seks w wielkim mieście II - film komedia, USA, 2010, reż. Michael Patrick King, wyk. Sarah Jessica Parker, Kim Cattrall, Kristin Davis
23:10 American Pie: Zjazd absolwentów - film komedia, USA, 2012, reż. Jon Hurwitz, Hayden Schlossberg, wyk. Jason Biggs, Alyson Hannigan, Chris Klein
01:30 Bardzo Dziki Zachód - film western, USA, 1999, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Will Smith, Kevin Kline, Kenneth Branagh, Salma Hayek, M. Emmet Walsh, Ted Levine
03:45 Noc magii - program ezoteryczny

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:50 Karate Kid 3 Trzecie spotkanie z parą sympatycznych bohaterów: Danielem, amerykańskim nastolatkiem o przydomku i jego nauczycielem Miyagim - japońskim mistrzem sztuki walki.
10:10 Ewa gotuje
10:40 Bogate dzieciaki bez kasy
11:40 Bogaty Dom - Biedny Dom
12:45 Śluby gwiazd
13:10 Dr Emma
13:40 Drwale i inne opowieści Bieszczadu
14:40 Rolnicy. Podlasie
15:45 Więzienie
17:45 Chłopaki do wzięcia
18:50 Wydarzenia
19:15 Prezydenci i Premierzy
20:00 Mister Supranational

THRILLER



22:40 Obcy kontra Predator 2 W pewnej miejscowości w stanie Kolorado rozbija się statek kosmiczny Predatorów przewożący hybrydę Obcych i Predatorów.
00:40 Sprawiedliwość ulicy Gdy śmierć zastrzelonego z premedytacją policjanta zostaje uznana za przypadkowy akt przemocy, ojciec ofiary wkracza do akcji, by dokonać pomsty, jakiej świat jeszcze nie widział!
02:45 183 metry strachu
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Scena muzyczna
08:00 Informacje kulturalne - informator kulturalny
08:30 Słowobranie - magazyn
09:05 Marzycielki miast
10:35 Tamte lata, tamte dni - Agnieszka Duczmal - magazyn
11:20 Serialowa nostalgia - Czterdziestolatek
13:30 Wydarzenie aktualne
14:00 Komediowe lato - Nie ma róży bez ognia - komedia, prod. Polska, 1974, reż. Stanisław Bareja, wyk. Jacek Fedorowicz, Stanisława Celińska, Mieczysław Czechowicz, Stanisław Tym, Wiesław Gołas, Jan Kobuszewski, Bronisław Pawlik, Henryk Kluba, Wojciech Siemion, Jacek Fedorowicz
15:45 Muzyka Skalnego Podhala - Drobne - felieton

KOMEDIA

16:10 Retro kino - Chleb, miłość i... - komedia, prod. Włochy, 1955, reż. Dino Risi, wyk. Vittorio De Sica, Sophia Loren, Lea Padovani, Antonio Cifariello
17:55 Co dalej? - program publicystyczny
18:35 Legendy Rocka - The Byrds
19:00 Legendy Rocka - Buddy Holly
19:30 Informacje kulturalne
20:00 Bilet do kina
22:15 Koncert - I Festiwal Trójmorza Via Dukt
23:25 Mocne Kino - Samowolka - dramat obyczajowy
00:35 Co dalej? - program publicystyczny

TV Puls

06:00 Castle - serial Poszukujący inspiracji pisarz otrzymuje pozwolenie na przyłączenie się do jednego zespołu z wydziału zabójstw nowojorskiej policji.
07:00 Taki jest świat - program informacyjny
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodu różnych życiowych zawirowań.
20:00 Mocne sobotnie kino: Triumf sprawiedliwości

THRILLER

21:50 Zabójcze polowanie By ratować córkę, Jim Rhodes decyduje się pomóc grupie przestępców przemierzyć las.
23:50 Domino śmierci - film sensacyjny
01:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Biesiada na cztery pory roku
02:15 Biesiada na cztery pory roku
03:00 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska
03:50 Menu na miarę - program kulinarny prod. Polska
05:00 Dyżur - serial dokumentalny prod. Polska

TVN 7

05:05 Szkoła
06:05 Wiza na miłość: dalsze losy
07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA
07:35 Jestem na tak - film komedia, USA, Australia, 2008, reż. Peyton Reed, wyk. Jim Carrey, Zooey Deschanel, Bradley Cooper, John Michael Higgins, Fionnula Flanagan, Terence Stamp
09:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
13:50 Gremliny II - film S-F, USA, 1990, reż. Joe Dante, wyk. Zach Galligan, Phoebe Cates, John Glover, Robert Prosky, Robert Picardo, Christopher Lee, Dolby
16:05 Sully - film obyczajowy, USA, 2016, reż. Clint Eastwood, wyk. Tom Hanks, Aaron Eckhart

KOMEDIA

18:20 Akademia policyjna II: Pierwsze zadanie - film komedia, USA, 1985, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow, Art Metrano, George Gaynes
20:00 Grawitacja - film S-F, USA, Wielka Brytania, 2013, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Sandra Bullock
22:00 Wysłannik przyszłości - film sensacyjny, USA, 1997, reż. Kevin Costner, wyk. Kevin Costner, Will Patton, Larenz Tate
01:40 Zbrodnie z pierwszych stron gazet
02:45 Noc magii

TV 4

06:00 Galileo **11:00** Straszny dom Dwunastoletni DJ Walters i jego dwójka przyjaciół zauważają, że w wszystko, cokolwiek pojawia się w pobliżu domu sąsiadów, znika bez śladu. Tuż przed Halloween dzieci odkrywają, że dom jest tak naprawdę żyjącym potworem, pożerającym wszystko i wszystkich.
13:00 Barabasz **15:00** STOP Drogówka **17:00** Policjantki i Policjanci **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **00:00** Bez litości 3 Bohaterka to ofiara grupowego gwałtu i tortur, która dokonała krwawej zemsty na swoich oprawcach, próbuje uporać się psychicznie z przeszłością i zacząć nowe życie w innym mieście, pod zmienionym nazwiskiem. **01:55** Ucho Prezesa **02:25** Disco Polo Life **03:25** TOP 10

TV Trwam

12:00 Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Warto zauważyć... **12:50** Siódmy Sakrament **13:20** Ocalić od zapomnienia **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie
14:30 Przegląd Katolickiego Tygodnika „Niedziela" **14:35** Isaac Hecker, podróż do katolickiej Ameryki **15:30** Wierzę w Boga **15:55** Święty na każdy dzień **16:00** Informacje dnia
16:10 Mój Tatuś walczył pod Monte Cassino **16:30** Pianistą być! **17:00** Z Parlamentu Europejskiego **17:25** Święty na każdy dzień **17:30** Wolność Słowa **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Manna z Nieba **19:45** Modlitwa

niedziela 17 lipca

TVP 1

06:00 Słownik polsko@polski - talk - show
06:25 Wojsko - polskie.pl
06:55 Słowo na niedzielę
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia
08:00 Tydzień
08:30 Zakochaj się w Polsce
09:00 Fascynujący czas wiosny - Nowy Początek
09:25 W tajnej służbie Jej Królewskiej Mości - film sensacyjny
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem
12:50 Więcej niż solidarni - cykl reportaży
13:15 BBC w Jedynce - Naczelne
14:15 Z pamięci - felieton
14:25 Przyrodnik na tropie
14:55 Serial fabularny

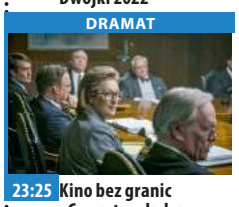
SERIAL TVP

15:45 Letni seans filmowy - Jan Serce-Lusia - serial TVP, reż. Radosław Piwowarski, wyk. Kazimierz Kaczor, Hanna Stankówna, Wiesław Michnikowski
17:00 Teleexpress
17:30 Jaka to melodia?
18:25 Komisarz Alex - serial kryminalny
19:20 Tour de Pologne - kroniki - felieton
19:30 Wiadomości
20:15 Bolivar - serial kostiumowy
21:15 Zakochana Jedynka - Jak ona to robi?
22:55 Legenda Herkulesa - film fabularny
00:45 Film dokumentalny

TVP 2

05:20 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy
07:00 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial
07:55 Pytanie na śniadanie
12:00 Kino familijne - Artur i Minimki - film animowany, prod. Francja
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2022 - widowisko
16:15 Big Music Quiz
17:05 Lajk!
17:25 Rodzinka.pl - serial komediowy
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej
18:50 Na sygnale - serial
20:00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022
21:00 Lato, muzyka, zabawa. Wakacyjna Trasa Dwójki 2022

DRAMAT



23:25 Kino bez granic - Czwarta władza - dramat, prod. USA, 2017, reż. Steven Spielberg, wyk. Meryl Streep, Tom Hanks, Sarah Paulson
01:30 Dzikie róże - film obyczajowy, prod. Polska, 2017, reż. Anna Jadowska, wyk. Marta Nieradkiewicz, Michał Żurawski, Halina Rasiakówna, Konrad Skolimowski
03:20 Kierowca - film fabularny, prod. Polska, 2008, reż. Jérôme Dassier, wyk. Christopher Lambert, Agnieszka Grochowska

TVN

05:20 Uwaga! - magazyn
05:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:25 Nowa Maja w ogrodzie
07:55 Akademia ogrodnika
08:00 Ślub od pierwszego wejrzenia
09:00 Dzień Dobry Wakacje
11:31 Weekendowa metamorfoza
12:35 Co za tydzień - magazyn
13:20 Mask Singer
14:50 Alvin i wiewiórki III - film przygodowy, USA, 2011, reż. Mike Mitchell, wyk. Jason Lee, David Cross, Jenny Slate, Justin Long
16:45 Bardzo Dziki Zachód - film western
19:00 Fakty
19:45 Uwaga! - magazyn

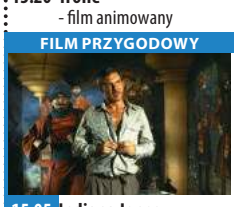
FILM PRZYGODOWY

20:00 Władcapierścieni: Powrót króla - film przygodowy, Nowa Zelandia, USA, Niemcy, 2003, reż. Peter Jackson, wyk. Elijah Wood, Ian McKellen, Viggo Mortensen, Sean Astin, Bernard Hill, John Noble, John Rhys-Davie
00:10 Niepamięć - film S-F, USA, 2013, reż. Joseph Kosinski, wyk. Tom Cruise, Morgan Freeman, Olga Kurylenko, Andrea Riseborough
02:45 Uwaga! - magazyn prod. Polska
03:05 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska
04:30 Kto was tak urządził

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
09:15 Kung Fu Panda 3 Po spotyka swego dawno zaginionego ojca i obaj wyruszają do sekretnej krainy pand, gdzie poznają nowych, przezabawnych bohaterów.
11:30 Podróże Guliwera - film przygodowy Uwspółcześniona ekranizacja słynnej powieści Jonathana Swifta. Kiedy wrak statku trafia na ląd, skromny pracownik pocztowy o imieniu Guliwer odkrywa, że znalazł się na fantastycznej wyspie Liliputów. Dzięki swoim opowieściom i heroicznym wyczynom Guliwer szybko zjednuje sobie malutkich Liliputów.
13:20 Trolle - film animowany

FILM PRZYGODOWY

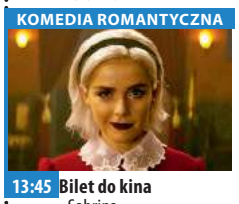


15:05 Indiana Jones i Świątynia Zagłady Szanghaj, rok 1935. Indiana Jones przeprowadza transakcję z Lao Che, chińskim gangsterem. Przestępca nie ma jednak zamiaru oddać Amerykaninowi obiecanego diamentu. Zamiast tego dosypuje mu trucizny do kieliszka.
17:40 Nasz Nowy Dom - magazyn
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość wydarzeń
20:00 Miss Polski
23:05 Wykiwać klawisza
01:25 Brzydka prawda
03:35 Świat według Kiepskich
04:40 Disco Gramy

TVP Kultura

07:00 35 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '98 - Pamiętajcie o ogrodach - koncert jubileuszowy
08:00 Liturgia prawosławna z cerkwi św. Archanioła Michała w Michałowie
09:05 Z przytupem - widowisko kameralne
09:30 Animama - Baśnie z piasku - serial
10:15 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
10:50 Czeskie śniadanie - serial, prod. Czechosłowacja, 1981, reż. Jaroslav Dudek, wyk. Ladislav Chudik, Ladislav Frej, Milos Kopecky, Marta Motlova
12:00 Twój Vincent - film animowany, prod. Wielka Brytania, Polska, 2017, reż. Dorota Kobiela, Hugh Welchman

KOMEDIA ROMANTYCZNA

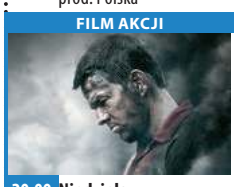


13:45 Bilet do kina - Sabrina - komedia romantyczna
16:05 Eufonie 2019 - Francesco Tristano
17:15 Niedziela z... Teresą Lipowską
18:05 Niedziela z... Teresą Lipowską - Ogłoszenie matrymonialne - film obyczajowy
19:05 Niedziela z... - Teresą Lipowską
19:30 Informacje kulturalne
20:00 Daleki kraj - western
21:45 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny
22:25 Marzycielki miast
24:00 Wydział Rosja - film sensacyjny
02:10 Mocne Kino - Samowolka

TV Puls

05:50 Prawdziwe motywy - serial kryminalny
10:40 Żandarm i kosmici Żandarmi z Saint-Tropez wpadają na trop kosmitów, którzy potrafią przybierać postać dowolnej osoby.
12:35 Zawieszeni na drzewie
14:30 Nowe przygody Kopciuszka - film przygodowy
16:20 Kariera frajera - film przygodowy Bohaterem filmu jest Bobby Boucher, trzydziestoletni mężczyzna, który nie potrafi wyrwać się spod skrzydeł matki. Bobby nie potrafi się odnaleźć w otaczającym go świecie.
18:00 XIX Mazurska Noc Kabaretowa - program rozrywkowy prod. Polska

FILM AKCJI



20:00 Niedziela z gwiazdami: Żywioł. Deepwater Horizon Wybuch morskiej platformy wiertniczej doprowadza do największego wycieku ropy w historii USA.
22:00 Apex
00:00 Wojenny biznes
02:05 Zobacz to! Blok powtórkowy: Dyżur - serial dokumentalny
02:45 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska
03:25 Biesiada na cztery pory roku
04:00 Napisała: Morderstwo
05:00 Rodzinny interes

TVN 7

05:05 Szkoła
06:05 Wiza na miłość: dalsze losy
07:00 Wyluzuj, Scooby Doo! - serial animowany, USA
07:30 Ten moment
08:00 Beethoven VIII: Na tropie skarbu - film rodzinny
10:05 Ukryta prawda - program obyczajowy
14:05 Psy i koty - film rodzinny, USA, 2001, reż. Lawrence Guterman, wyk. Jeff Goldblum, Elizabeth Perkins, Alexander Pollock
15:50 Jestem na tak - film komedia, USA, Australia, 2008, reż. Peyton Reed, wyk. Jim Carrey, Zooey Deschanel
18:05 Grawitacja - film S-F, USA, Wielka Brytania, 2013, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Sandra Bullock

FILM SENSACYJNY

20:00 Infiltracja - film sensacyjny, USA, Hong Kong, 2006, reż. Martin Scorsese, wyk. Leonardo DiCaprio, Matt Damon, Jack NicholsonMartin SheenVera Farmiga, Anthony Anderson, Alec Baldwin
23:15 Kroniki Riddicka - film S-F, USA, 2004, reż. David Twohy, wyk. Vin Diesel, Colm Feore, Thandie Newton, Judi Dench, Karl Urban
01:40 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2
02:45 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska

TV 4

06:00 Benny Hill **06:35** Ukryte miasta **08:50** Galileo **10:55** Obcy na poddaszu Tom - wraz z rodzicami i rodzeństwem oraz rodziną swojego stryja - spędza wakacje w domu nad jeziorem.
12:45 I kto to mówi 2 Losy małżeństwa Jamesa i Mollie, zrealizowane wedle formuły wzbogaconej o wokalne popisy Travolty. **14:30** Okręt Film opowiada o losach załogi jednego z niemieckich U-Bootów operujących na Atlantyku w 1941 roku i atakujących alianckie konwoje.
16:55 Gwiazdy Kabaretu **20:00** Naznaczony Patrick Josh i Renai wraz z trójką dzieci tworzą szczęśliwą rodzinę. Po przeprowadzce do nowego domu stają się świadkami niecodziennych wydarzeń. **22:05** Naprzeciw ciemności **00:05** Moje opętane dziecko

TV Trwam

10:40 Cena nadziei **12:00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem **12:20** Jestem Puszczą XXI w. **13:20** Słowo życia **13:25** Papież Polak do Rodaków **13:45** Muzyczne chwile **14:00** Ziemia Warecka - kraina dotknięta historią
14:20 Święty na każdy dzień **14:30** 7 Kościołów Apokalipsy **15:00** Wieś - to też Polska **16:00** Informacje dnia **16:10** Koncert życzeń **16:45** Fatima - miejsce wybrane przez Maryję **17:00** Zostań Żołnierzem RP **17:15** Sekrety mnichów
17:30 Sól Ziemi **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Opowieści z Księgi Cnót **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Każde życie jest cudem **21:00** Apel

eprasa.pl 14190fb4b3

poniedziałek 18 lipca

TVP 1

05:10 Przysięga - serial obyczajowy
06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Okiem Wiary - magazyn
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Ranczo - serial
09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny
10:40 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP
11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 BBC w Jedynce
14:00 Wspaniałe stulecie
15:00 Wiadomości

MAGAZYN

15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Przysięga - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia?
17:55 Wojenne dziewczyny
18:50 Jeden z dziesięciu
19:20 Tour de Pologne
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:30 Leśniczówka - serial
21:05 Bolivar - serial kostiumowy
22:00 07 zgłoś się - serial
23:25 Świat bez fikcji - Wielka alienacja
00:35 Jak ona to robi? - komedia
02:10 Lekkoatletyka - Mistrzostwa Świata

TVP 2

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

TELETURNIEJ

18:20 Va Banque - teleturniej
18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy
19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy
20:10 Na skrzydłach miłości - film obyczajowy, prod. Kanada, 2020, reż. Lucie Guest, wyk. Morgan Kohan, Marcus Rosner, Brenda Matthews
21:45 C. K. Dezerterzy - cz. I - komedia
23:25 O mnie się nie martw - serial komediowy
00:25 Letnia szkoła życia - film fabularny
02:30 Replikanci - film akcji
04:20 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP

TVN

06:00 Uwaga! - magazyn
06:15 Nowa Maja w ogrodzie
06:40 Akademia ogrodnika
06:50 Co za tydzień - magazyn
07:20 Bunt - serial, Polska
07:55 Tajemnice miłości
09:00 Ten moment
09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:55 Tajemnice miłości
14:00 Ukryta prawda
16:10 Ten moment
16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 Ukryta prawda
19:00 Fakty
19:55 Uwaga! - magazyn
20:10 Doradca smaku

SERIAL OBYCZAJOWY

20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
20:55 Milionerzy
21:35 Na zabójczej ziemi - film sensacyjny, USA, 1994, reż. Steven Seagal, wyk. Steven Seagal, Michael Caine, Joan Chen, John C. McGinley, R. Lee Ermey, Billy Bob Thornton
23:40 Ślub od pierwszego wejrzenia
00:45 Co za tydzień - magazyn prod. Polska
01:30 Wewnętrzny wróg - serial, USA
02:30 Uwaga! - magazyn prod. Polska
02:50 Noc magii
04:10 Kto was tak urządził

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia
13:20 Interwencja - magazyn prod. Polska
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja
16:40 Gliniarze
17:40 Sekrety rodziny
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość wydarzeń
20:05 MEGA HIT - Pojutrze Hall przekonany jest, że globalne ocieplenie prędzej czy później doprowadzi do katastrofalnych zmian klimatycznych na naszej planecie.

FILM SENSACYJNY

22:50 Najlepszy Głównym bohaterem filmu jest sportowiec, który zachwycił świat, a który w Polsce, do dziś, pozostaje osobą praktycznie nieznaną. To fascynująca, pełna morderczego wysiłku, spektakularnych upadków i niezwykłej siły, historia inspirowana życiem Jerzego Górskiego, który ukończył bieg śmierci oraz ustanowił rekord świata w triathlonowych mistrzostwach świata.
01:05 Wykiwać klawisza
03:35 Świat według Kiepskich
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska

TVP Kultura

07:00 Teledyski
07:35 Dziedzictwo Beethovena. Przesłania dla współczesności
07:50 Wydarzenie aktualne
08:20 Co dalej? - program publicystyczny
09:00 Oskar i pani Róża - film fabularny, prod. Francja, 2009, reż. Éric - Emmanuel Schmitt, wyk. Michle Laroque, Amir Ben Abdelmoumen
11:00 Dyrektorzy - serial
12:45 Błękitny pokój - film TVP, reż. Janusz Majewski, wyk. Pola Raksa, Jerzy Nasierowski, Janusz Kłosiński, Artur Młodnicki, Jadwiga Skupnik, Witold Pyrkosz, Wojciech Skibiński, Andrzej Mrozek
13:30 Reżyserzy
14:30 Cwał - komediodramat, reż. Krzysztof Zanussi

FILM OBYCZAJOWY

16:25 Opowieść letnia - film obyczajowy
18:30 Informacje kulturalne
18:50 Serialowa nostalgia - Magiczne drzewo
20:00 Kultura jest kobietą - Zakochana Jane - film kostiumowy
22:10 Powidoki - program publicystyczny
22:35 Słodki kraj - film fabularny
00:40 Kobiety za kamerą - cykl dokumentalny
01:55 Kino nocne - Gry uliczne - film sensacyjny
03:45 Co to konia obchodzi? - film TVP
05:00 Tamte lata, tamte dni - Agnieszka Duczmal - magazyn

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
11:00 Reporterzy. Z życia wzięte
12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial
13:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
14:00 Reporterzy. Z życia wzięte
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy
17:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
20:00 Poniedziałkowy Hit: Copland
22:00 Maczeta

FILM AKCJI

00:20 Zły generał Zmuszona do ślubu z okrutnym samozwańczym generałem księżniczka Halo ucieka. Ściga ją żołnierz Warchild, który zaczyna wątpić w słuszność reżimu swojego władcy.
02:00 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny
02:50 Menu na miarę - program kulinarny
03:20 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
04:20 Menu na miarę - program kulinarny prod. Polska
05:00 Rodzinny interes

TVN 7

05:00 Szpital - program obyczajowy
06:00 Papiery na szczęście - serial, Polska
07:05 Idealna niania - program obyczajowy
07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:50 Totalne remonty Szelągowskiej
11:50 Tajemnice miłości
12:55 Opowieści małżeńskie
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
14:55 Rozwód. Walka o wszystko
15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
17:00 Tajemnice miłości
18:00 Rozwód. Walka o wszystko
19:00 Ukryta prawda

FILM OBYCZAJOWY

20:00 Bokser - film obyczajowy, Polska, 2011, reż. Tomasz Blachnicki, wyk. Anna Przybylska, Szymon Bobrowski, Krzysztof Kiersznowski, Marek Probosz, Katarzyna Maciąg, Emilia Stachurska
22:05 Kroniki Riddicka - film S-F, USA, 2004, reż. David Twohy, wyk. Vin Diesel
00:30 Honey - film obyczajowy, USA, 2003, reż. Bille Woodruff, wyk. Jessica Alba, Mekhi Phifer, Romeo, David Moscow, Zachary Isaiah Williams, Joy Bryant
02:40 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. Pomagają mu w tym inni agenci na czele z Jimmym Trivettem (Clarence Gilyard Jr.) oraz pani prokurator Alex Cahill Walker (Sheree J. Wilson).
08:00 Nasz Nowy Dom **09:00** Pierścionek z rubinem **11:00** Ryzykanci **12:00** Sędzia Judy **13:55** STOP Drogówka **15:55** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **21:00** Skok życia Kelly z mieszanymi uczuciami przyjmuje powrót swojego starszego brata, Frankiego, po dziesięcioletniej odsiadce. **23:00** Wzór **01:00** Anatomia głupoty według Richarda Hammonda

TV Trwam

11:30 Przyroda w Obiektywie **11:45** 100 cudownych miejsc na świecie **11:55** Święty na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz - 10 przykazań
13:10 Muzyczne chwile **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Próba wiary **15:15** Tydzień, który zmienił świat **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje dnia
16:10 Sanktuaria polskie **16:30** Zew natury **16:55** Świadkowie **17:25** Święty na każdy dzień **17:30** Na łowy **17:55** Poczet Wielkich Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Król Chwały **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Historia **21:00** Apel Jasnogórski

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

wtorek 19 lipca

TVP 1

05:10 Przysięga - serial obyczajowy
06:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Kościół z bliska
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:15 Kwadrans polityczny
08:35 Ranczo - serial
09:40 Komisarz Alex - serial kryminalny
10:35 Ojciec Mateusz - serial kryminalny
11:30 Leśniczówka - serial obyczajowy
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 Natura w Jedynce - Chile: dzika podróż, prod. USA, 2017

SERIAL KOSTIUMOWY

14:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:15 Alarm! - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka
16:05 Przysięga - serial
17:00 Teleexpress
17:15 Jaka to melodia?
17:55 Wojenne dziewczyny
18:50 Jeden z dziesięciu
19:20 Tour de Pologne
19:30 Wiadomości
20:10 Alarm! - magazyn
20:30 Leśniczówka - serial obyczajowy
21:05 Bolivar - serial
22:00 07 zgłoś się - serial
23:40 Ocaleni - reality show
00:45 Oddział specjalny: Wyspa śmierci - film

TVP 2

05:05 Na sygnale - serial fabularyzowany
05:35 M jak miłość - serial
06:25 Dla duszy i serca... - reportaż
06:55 Rodzinka.pl - serial komediowy
07:30 Pytanie na śniadanie
10:35 Panorama
10:45 Pytanie na śniadanie
11:15 Rodzinka.pl - serial komediowy
12:30 Koło fortuny
13:15 Zranione ptaki - serial obyczajowy
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:10 Wydział kryminalny Kitzbühel - serial
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:15 Zakazany owoc - film obyczajowy, prod. Turcja
18:00 Panorama
18:20 Va Banque - teleturniej

SERIAL OBYCZAJOWY

18:45 Zranione ptaki - serial obyczajowy
19:35 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. Polska
20:10 Zanim zasnę - dramat, prod. Wielka Brytania, Francja, Szwecja, USA, 2014, reż. Rowan Joffe, wyk. Nicole Kidman, Colin Firth
21:55 Replikanci - film akcji, prod. Wielka Brytania, Chiny, USA, 2018, reż. Tanya Wexler
23:55 Ludzkie historie - Powiedz mi coś jeszcze - film dokumentalny
00:55 Na skrzydłach miłości - film obyczajowy, prod. Kanada, 2020, reż. Lucie Guest

TVN

06:05 Uwaga! - magazyn
06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
06:50 Milionerzy
07:20 Bunt - serial, Polska
07:55 Tajemnice miłości
09:00 Ten moment
09:35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
10:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:40 Doradca smaku
11:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:55 Tajemnice miłości
14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:10 Ten moment
16:45 Kuchenne rewolucje - program kulinarny
17:55 Ukryta prawda
19:00 Fakty
19:55 Uwaga! - magazyn
20:10 Doradca smaku

SERIAL OBYCZAJOWY

20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska
20:55 Milionerzy
21:35 Pierwszy człowiek - film obyczajowy, USA, Japonia, 2018, reż. Damien Chazelle, wyk. Ryan Gosling, Claire Foy, Jason Clarke, Kyle Chandler, Corey Stoll Fragment życia astronauty Neila Armstronga i jego legendarnej misji kosmicznej, dzięki której jako pierwszy człowiek stanął na Księżycu.
00:25 Kuba Wojewódzki
01:30 Zabójcza broń - serial, USA
02:30 Uwaga! - magazyn
02:50 Noc magii

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News
08:40 Malanowski i Partnerzy
09:40 Sekrety rodziny
10:40 Dlaczego ja?
11:40 Gliniarze
12:50 Wydarzenia
13:20 Interwencja
13:40 Trudne sprawy
14:40 Dlaczego ja?
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja - magazyn
16:40 Gliniarze
17:40 Sekrety rodziny
18:50 Wydarzenia
19:25 Gość wydarzeń
19:45 Sport
19:55 Pogoda
20:00 Więzień labiryntu: Lek na śmierć Thomas staje na czele grupy zbiegłych Streferów, którzy wyruszają z ostateczną misją.

FILM SENSACYJNY

23:10 Linia życia Pięcioro studentów medycyny pragnie poznać tajemnicę tego, co niedostępne człowiekowi. Chcąc dowiedzieć się, co znajduje się tuż za granicą życia, biorą udział w niebezpiecznym, śmiałym eksperymencie. Poprzez czasowe zatrzymywanie akcji serca doświadczają stanów bliskich śmierci.
01:45 Pojutrze
04:20 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

07:00 Teledyski
07:35 Informacje kulturalne - informator kulturalny
08:10 Powidoki - program publicystyczny
08:35 Którędy po sztukę - magazyn
08:55 Opowieść letnia - film obyczajowy, prod. Francja, 1996, reż. Eric Rohmer, wyk. Melvil Poupaud, Amanda Langlet, Gwenalle Simon, Aurelia Nolin
11:00 Najważniejszy dzień życia - serial
13:30 Muzyka - Wojciech Kilar - reportaż
14:45 Ucieczka z kina „Wolność" - film obyczajowy, reż. Wojciech Marczewski, wyk. Janusz Gajos, Zbigniew Zamachowski, Teresa Marczewska, Piotr Fronczewski, Michał Bajor

FILM OBYCZAJOWY

16:35 Opowieść wiosenna - film obyczajowy, prod. Francja, 1990, reż. Eric Rohmer
18:30 Informacje kulturalne
18:55 Serialowa nostalgia - Magiczne drzewo
19:25 Serialowa nostalgia - Szaleństwo Majki Skowron - serial
20:00 Lekkie obyczaje - Goodbye Berlin - komedia
21:35 Co dalej? - program publicystyczny
22:10 Portrety
23:55 Kultura jest kobietą - Zakochana Jane - film kostiumowy
02:05 The Metropolitan Opera - Rusałka - opera, prod. USA, 2017

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny
08:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
11:00 Reporterzy. Z życia wzięte
12:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy Prowadzenie lombardu to zajęcie ciekawe, momentami ekscytujące, ale często i niebezpieczne. Bohaterami serialu są: właściciel Kazimierz Barski, jego rodzina, pracownicy oraz klienci, którzy pojawiają się w lombardzie z powodu różnych życiowych zawirowań.
13:00 Rodzinny interes
14:00 Reporterzy. Z życia wzięte
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial

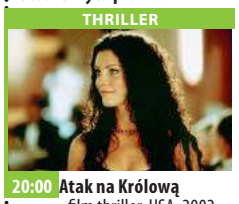
SERIAL OBYCZAJOWY

16:00 Rodzinny interes - serial obyczajowy prod. Polska
17:00 Prawdziwe motywy - serial kryminalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
20:00 Czarny pies
21:50 Triumf sprawiedliwości
23:45 Straszny film 5
01:15 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy
02:10 Następny proszę!
03:10 Zobacz to! Blok powtórkowy: Menu na miarę - program kulinarny
03:50 Menu na miarę
05:00 Rodzinny interes

TVN 7

05:00 Szpital - program obyczajowy
06:00 Papiery na szczęście - serial, Polska
07:05 Idealna niania - program obyczajowy
07:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:50 Totalne remonty Szelągowskiej
11:50 Tajemnice miłości
12:55 Opowieści małżeńskie
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy
14:55 Rozwód. Walka o wszystko
15:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
17:00 Tajemnice miłości
18:00 Rozwód. Walka o wszystko
19:00 Ukryta prawda

THRILLER



20:00 Atak na Królową - film thriller, USA, 2002, reż. Jerry London, wyk. Rob Estes, Joe Lando, Rachel Blakely
21:55 Sully - film obyczajowy, USA, 2016, reż. Clint Eastwood, wyk. Tom Hanks, Aaron Eckhart, Laura Linney, Mike O'Malley, Anna Gunn
23:50 Grindhouse: Planeta Terror - film horror, USA, Meksyk, 2007, reż. Robert Rodriguez, wyk. Rose McGowan, Freddy Rodriguez, Josh Brolin, Bruce Willis, Marley Shelton, Jeff Fahey, Michael Biehn
02:05 Druga strona medalu
02:45 Noc magii

TV 4

08:00 Nasz Nowy Dom **09:00** Pierścionek z rubinem **11:05** Ryzykanci **12:20** Sędzia Judy **13:50** STOP Drogówka **15:50** Nowe Sekrety Sąsiadów **16:55** Pierścionek z rubinem **19:00** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21:00 Merlin i księga bestii Czarnoksiężnik Arkadian, wraz z całą menażerią bestii ze swej magicznej księgi, przejmuje we władanie Camelot.
23:00 Arena Jeden biznesmen z sadystycznym zacięciem, zbudował swoje imperium na brutalnej stronie internetowej z gladiatorami walczącymi na śmierć i życie. Jego najnowszy wojownik to strażak David Lord, porwany uwięziony i skazany na walkę o życie. **01:00** Anatomia głupoty

TV Trwam

11:40 Ma się rozumieć **11:50** Słowo życia **12:00** Anioł Pański **12:03** Informacje dnia **12:20** Mojżesz **13:10** Muzyczne chwile **13:25** Słowo życia **13:30** Msza święta z Jasnej Góry **14:20** 100 cudownych miejsc na świecie **14:30** Powrót **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Informacje
16:10 Jestem mamą **16:25** Tajemnice Watykanu **16:55** 100 cudownych miejsc na świecie **17:05** Święty na każdy dzień **17:10** Prosto o gospodarce **17:30** Zostań Żołnierzem RP **17:50** Muzyczne chwile **17:55** Poczet Wielkich Polaków
18:00 Anioł Pański **18:05** Informacje dnia **18:15** Rozmowy niedokończone**19:25** Święty na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa **20:00** Informacje dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Historia **21:00** Apel

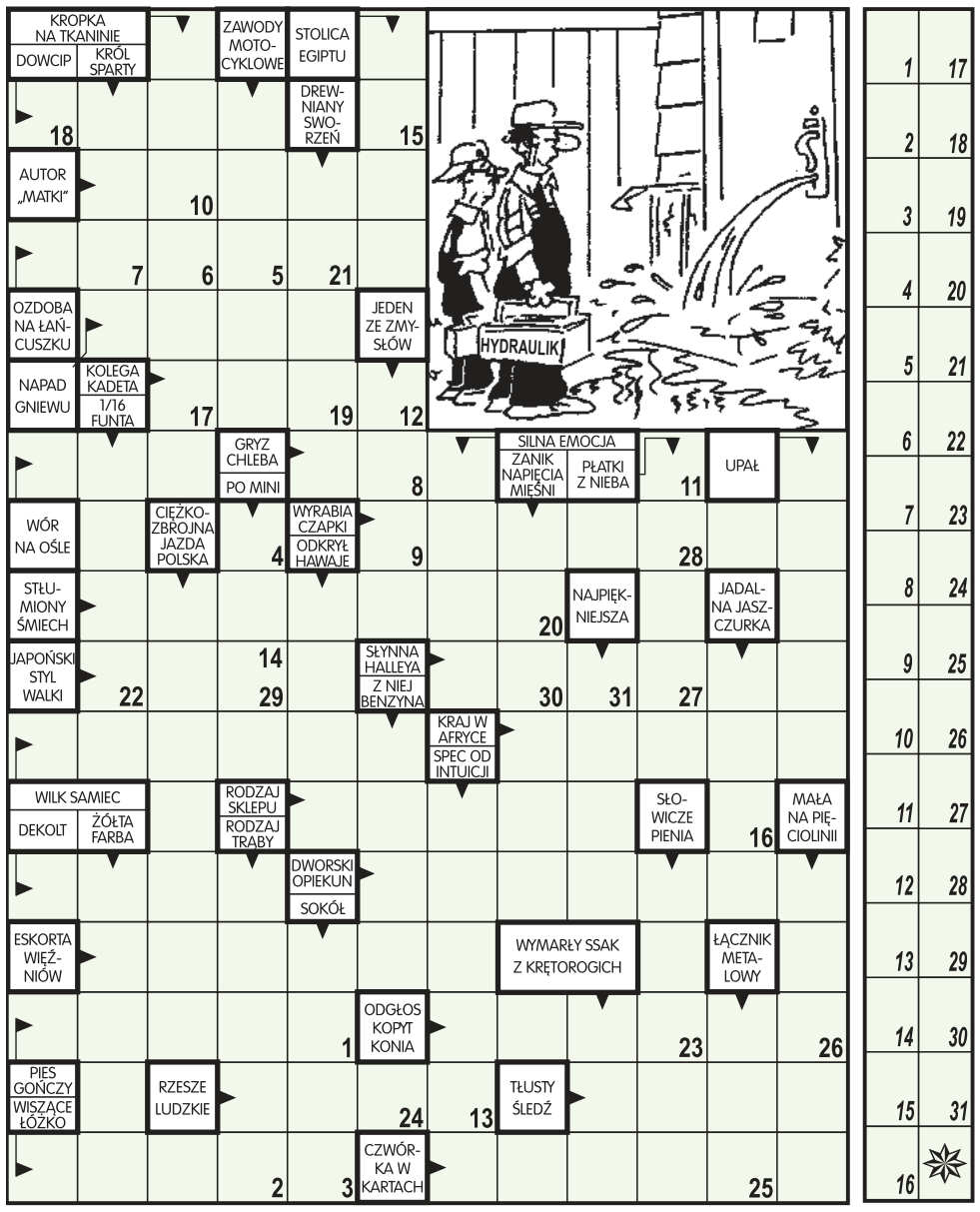
dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

eprasa.pl 14190fb4b3

ROZRYWKOWE TO i OWO nr 275

Redaguje: Władysław Firlik

1. POWAŻNA AWARIA



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 31 utworzą wypowiedź hydraulika.

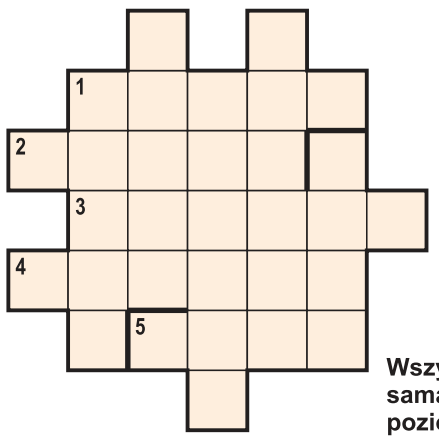
2. WYKREŚLANKA

Z diagramu należy wykreślić podane wyrazy poziomo, pionowo i ukośnie (także wspakowo), a nieskreślone litery czytane rzędami, utworzą wypowiedź klienta czarodziejki.

ALERT
AWANGARDA
GAWOT
GLORYFIKACJA
JEZDNIA
KŁĘBUSZEK
KOLORATKA
KOPALINA
KRĘGOSŁUP
PARASOL
POLICJANT
POTOMSTWO
RZECZ
TROTUAR

A	J	C	A	K	I	F	Y	R	O	L	G	P
O	K	P	O	W	R	I	E	A	D	R	Z	M
W	O	O	I	K	Ł	Ę	B	U	S	Z	E	K
T	P	L	L	W	R	T	G	T	L	E	Ó	J
S	A	I	Ż	O	R	K	O	O	J	C	E	A
M	L	C	K	E	R	I	S	R	S	Z	B	T
O	I	J	L	A	N	A	K	T	D	Ł	O	N
T	N	A	I	E	R	M	T	N	A	W	U	A
O	A	N	L	A	A	R	I	K	A	M	Ó	P
P	W	T	P	A	W	A	N	G	A	R	D	A

3. MAGIA TAUTOGRAMOWA



Wszystkie odgadywane wyrazy posiadają taką samą literę początkową i należy je wpisywać poziomo i pionowo.

1) marionetka, **2)** miasto nad Ochnią, **3)** zwitek wkładany do ust ofierze napadu, **4)** nakrycie głowy wyższych duchownych grekokatolickich, **5)** ciasto z rodzynkami.

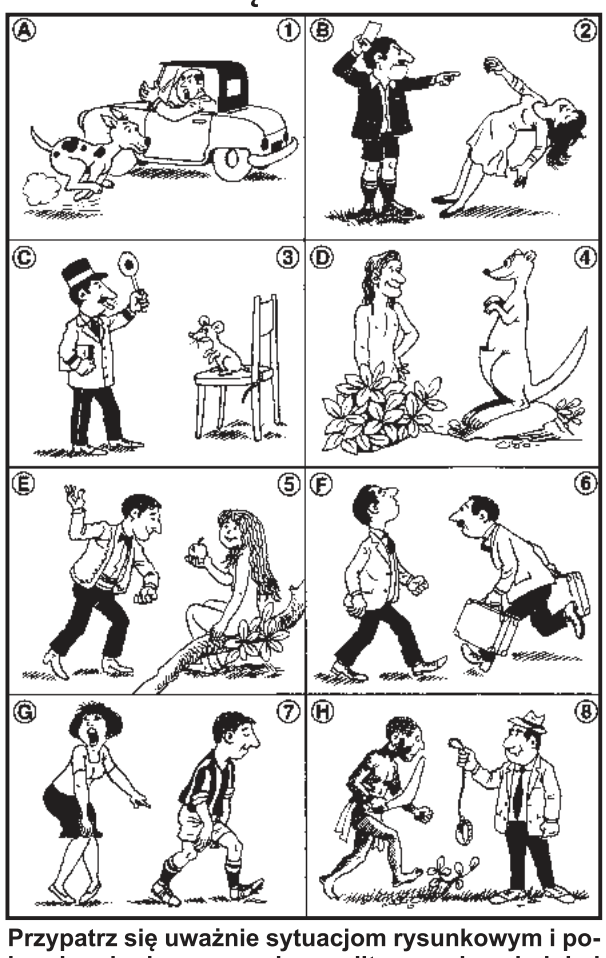
4. PALINDROM

Bocian wygłaszać zaczął nauki, gdy się zebrała czereda cała.
Były tam szpaki, wrony _ / _ _ _ _ _ / , _ _ _ _ _ , i czapla, i sroka mała.

5. PALINDROM

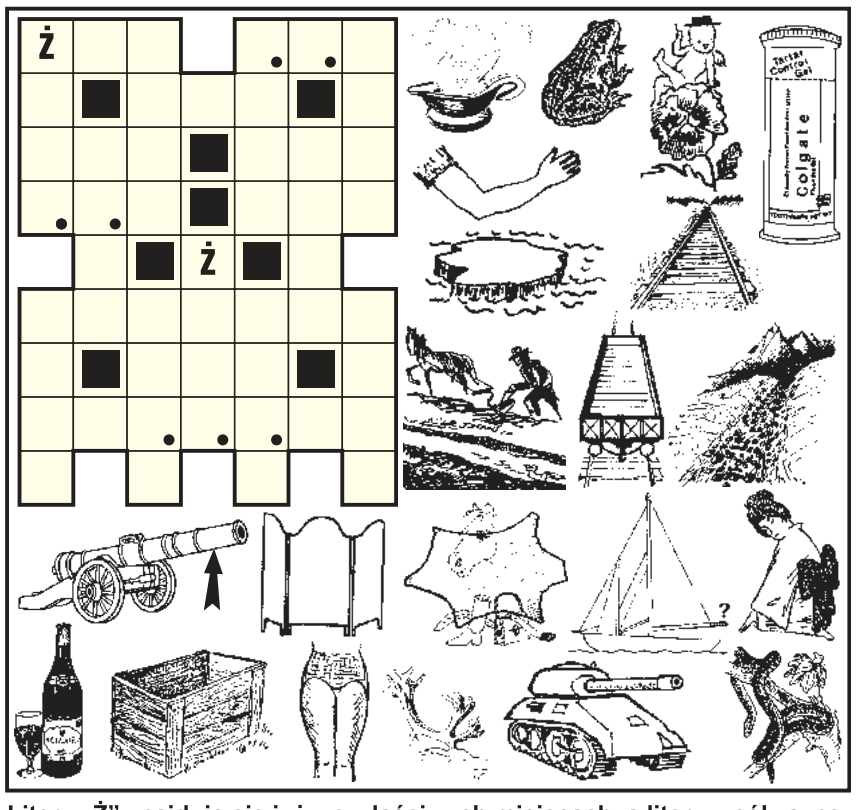
Gdy wypływają rybaków _ _ _ _ _ /,
_ _ _ _ wnet w głębinę się kryje,
różne langusty oraz homarki
zmykają na łeb, na szyję.

6. PORZĄDEK MUSI BYĆ



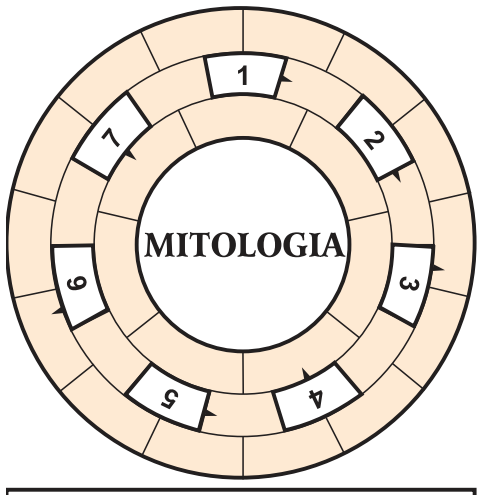
Przypatrz się uważnie sytuacjom rysunkowym i połącz je w logiczne pary, łącząc litery z odpowiednimi cyframi.

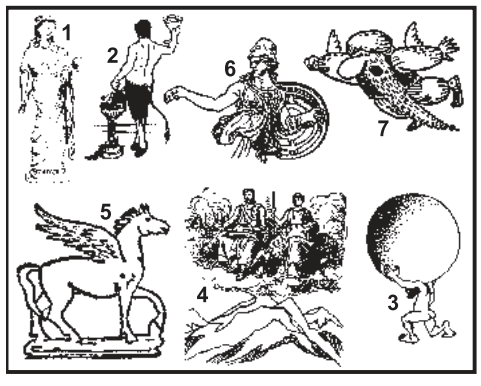
7. JOLKA OBRAZKOWA



Litery „Ż" znajdują się już we właściwych miejscach, a litery z pól zaznaczonych czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.

8. WIRÓWKA OBRAZKOWA



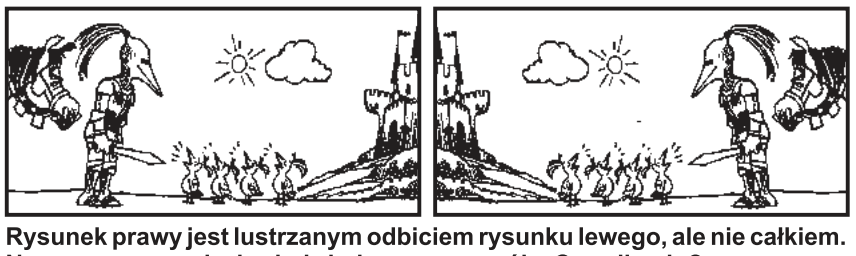


Wpisz do diagramu prawoskrętnie wszystkie nazwy rysunków tak, aby bezbłędnie powstało rozwiązanie tego zadania.

9. KALAMBUR

O rzece fama - chętnie słuchana.

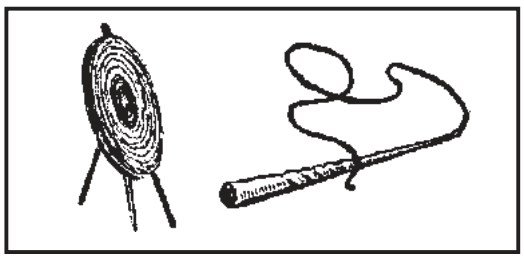
10. LUSTRZANE ODBICIE



Rysunek prawy jest lustrzanym odbiciem rysunku lewego, ale nie całkiem. Na prawym rysunku brakuje jednego szczegółu. Co zniknęło?

11. REBUS

Początkowa litera: C.



ROZRYWKOWE TO i OWO
KUPON - 275

eprasa.pl 14190fb4b3

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

ISBUD
Zatrudnimy:
• INŻYNIERÓW
• KIEROWNIKÓW BUDOWY
tel. 23 692 09 75

KIEROWCA CYSTERNY (ADR<TDT,C+E)

Wymagania:
- prawo jazdy kat. C+E
- uprawnienia ADR (cysterny) - możliwość dofinasowania szkolenia przez firmę
- uprawnienia TDT do napełniania i opróżniania zbiorników transportowych
- doświadczenie w prowadzeniu pojazdów ciężarowych
- świadectwo kwalifikacji
- karta kierowcy
- niekaralność

Zakres obowiązków:
- Transport materiałów niebezpiecznych zgodnie z procedurą ADR
- Załadunek oraz rozładunek paliw
- Zgłaszanie usterek pojazdów
- Prowadzenie dokumentacji przewozowej

Oferujemy:
- zatrudnienie na umowę o pracę
- szkolenie wdrożeniowe
- niezbędne narzędzia do pracy
- możliwość skorzystania z oferty prywatnej opieki medycznej oraz ubezpieczenia grupowego

Kontakt:
Dariusz Kowalczyk
tel. 606 369 400, d.kowalczyk@poloil.pl

Rolety,Verticale,Moskitiery
tel. 608 682 772
Pomiar i wycena Gratis!

PRACA

dam pracę

Do produkcji i pomocy przy produkcji wędlin 609 577 362
PUL 52565

- Kierowca C+E,kółka PL/FR/PL,własna spedycja,brutto ok.9000-9500 zł,ZUS. 660414244
LEG 52578
- Poszukiwany blacharz, pomocnik blacharza i zbrojarz do warsztatu sam. w Radzyminie. Możliwość dojazdu z drugą osobą. 501382194 Arek
LEG 52588
- Produkcja chusteczek nawilżających. 2-3 zmiany. Również dla osób z niepełnosprawnością. Radzymin. 734 108 163
LEG 52585
- Zatrudnię pomocników brukarzy oraz doświadczonych brukarzy. Dobrze widziane prawo jazy kat. B. Proszę o kontakt telefoniczny. 518938622 zebrowski25@vp.pl
PUL 52554
- Zatrudnię stolarzy i pomocników z doświadczeniem przy produkcji i montażu mebli kuchennych, biurowych, sklepowych, szaf. 604358586 meblomargm@wp.pl
PUL 52574
- zbiór owoców miękkich 789466662
PS_INNA 52589
- Stanisławów Pierwszy. Jedna zmiana. Montaż wiązek kablowych. Również osoby z niepełnosprawnością. 734 108 163
NDM 52587

AUTO-MOTO

sprzedam

- **Kupię KażdeAutoOsobowe Busy SkuteryMotory Najlepsze CenyNaRynku MożliwośćZwrotuOc MaszCośDzwoń NatychmiastowyOdbiór Błyskawiczna Wycena Kupuję Calei rozbitę BezOclPrzeglądui Do Drobnych Naprawl ZadbaneAuta Zaświadczenia DoKascji 502964469**
LEG 52584
- **Spółdzielnia Kółek Rolniczych w Leoncinie 05-155 Michałów 4 sprzeda:1/Kombajn Bizon -Super-Z 056 Rok prod.1986 stan dobry cena 18.000 zł 2/Ciągnik gąsiennicowy DT-75 Rok prod, 1987 stan dobry cena 10.000 zł. 510293925**
NDM 52586

ZDROWIE

przychodnie

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

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

SPORT i URODA

TURYSTYKA

USŁUGI

remont i budowa

- Malowanie-tapetowanie-remonty osobiście-solidnie 694065757
LEG 52381
- Remonty mieszkań. Tanio i solidnie. Tadeusz. 508-074-201
NDM 52286
- Usługi dekarskie, podbitki, mycie, malowanie elewacji 511385640
PUL 52496

ogrodnicze

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

- Wycinka drzew metodą alpinistyczną, sekcyjna wycinka drzew, przycinanie, prześwietlanie koron drzew, usuwanie martwych drzew, gałęzi, konarów, usługi rębakiem, zrębkowanie gałęzi oraz wywóz urobku
Z PODNOŚNIKA, MIEJSCA TRUDNO DOSTĘPNE, PROFESJONALNIE
698-991-470
LEG 52579
- Wycinka i pielęgnacja drzew, krzewów+rębak 511385640
PUL 52497

naprawy

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

finanse i prawo

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

UBEZPIECZENIA
Wiesława Nawrot

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

inne

- **Anteny, usługi RTV, domofony, wideofony, alarmy. 608630582**
LEG 52403
- Elektryk - złota rączka 515010373
LEG 52541

BIZNES

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam dom

- Gąsocin, 50m2, działka 600m2, cena 200 tys. do negocjacji 602222431
LEG 52575

sprzedam działkę

- Janopol k. Nowego Miasta, pod domki rekreacyjne, 13 500m2, prąd, cena 30zł/m2, tel. 602222431
LEG 52576

do wynajęcia

- Do wynajęcia w Pułtusku małe mieszkanie 509661909
PUL 52564

inne

DMK NIERUCHOMOŚCI

- Sprzedajesz lub kupujesz mieszkanie? Zgłoś się do nas. Zapewniamy kompleksową obsługę. Pomagamy w uzyskaniu kredytu.
784-611-270, 605-325-056
NDM 52475

ZWIERZĘTA

na 4 łapy

- Enola to roczna buro–biała kicia znaleziona na terenie gminy Czosnów. Trafiła do Nas ze starym złamaniem prawej, przedniej łapki. Po operacji (amputacja nogi), Dziewczyna czuje się dobrze i świetnie sobie daje radę. Dla Kogo radosna trójłapka? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52592

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

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

- Nera to długowłosa 4-latka znaleziona na terenie gminy Radziejowice. Psina potrzebuje czasu na aklimatyzację. Delikatna i wrażliwa, jest przyjacielsko nastawiona do człowieka. Nera czeka. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52581

- Nikki to długowłosa dwulatka średniej wielkości, która trafiła do Nas z Ukrainy. Sunia jest przyjacielska, posłusznie chodzi na smyczy. Kto przygarnie puchatego uchodźca? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52582

- Presley to 3-latek w typie owczarka kaukaskiego (70 kg) znaleziony w brązowej, skórzanej obroży na terenie gminy Czosnów. Mocno zestresowany chłopak potrzebuje czasu na aklimatyzację. W stosunku do człowieka nie wykazuje agresji, jednak zachowuje dystans. Kogo Król Rock and Rolla? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52590

- Rewia to roczna, średniej wielkości spokojna ruda sunia, znaleziona 01.07.2022 w Markach. Psina lubi być głaskana i drapana za uszkiem. Kto zgubił wrażliwą Rewię „nie tylko mody"? Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52580

- Segal to 4-latek w typie owczarka niemieckiego (40 kg) znaleziony na terenie gminy Brańszczyk. Onieśmielony nieznanym środowiskiem, w stosunku do człowieka jest przyjazny, choć ostrożny. Segal czeka. Tel: 795 845 242 fundacjapsom.pl
NDM 52591

SPRZĘT IT

MATRYMONIALNE

- Pan 65+ poszukuje Pani 50-60 lat, tel. 509302584
LEG 52583

KOMUNIKATY

RÓŻNE

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

nadaj DROBNE na stronie
www.nadajdrobne.pl

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

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

OGŁOSZENIE

Wójt Gminy Nieporęt informuje o naborze na stanowisko aplikanta/strażnika w Straży Gminnej w Nieporęcie

Szczegółowe informacje dotyczące naboru udostępnione są w BIP Gminy Nieporęt www.bip.nieporet.pl, na stronie internetowej Urzędu (zakładka praca w urzędzie) oraz na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Nieporęt, adres: Plac Wolności 1, 05-126 Nieporęt.

SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA LOKATORSKO – WŁASNOŚCIOWA „DĄŻNOŚĆ" W NOWYM DWORZE MAZOWIECKIM UL. BOH. MODLINA 28

OGŁASZA PRZETARG

Ofertowy (pisemny) na wynajem lokalu użytkowego o pow. 221,40 m² w budynku przy ul. Mazowieckiej 8.

TERMIN SKŁADANIA OFERT DO DNIA 27.07.2022 r DO GODZ. 10°°

Pełny tekst ogłoszenia na stronie internetowej SML-W „Dążność" w Nowym Dworze Mazowieckim, www.smlw-daznosc.pl
Zastrzega się prawo unieważnienia przetargu bez podania przyczyny.

eprasa.pl 14190fb4b3

ZGŁASZANIE AWARII I USZKODZEŃ ORAZ BIEŻĄCE INFORMACJE O AWARIACH I PRACACH PLANOWYCH

TEL. 991

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

POWIAT LEGIONOWSKI

Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
12.07.2022	Łajski ul. Burzowa	04-0151 (ŁAJSKI SZKOŁA)	08:30-12:00
12.07.2022	Wieliszew ul. Wesoła ul. Magnacka	04-0959 (WIELISZEW DZIAŁKI KILIAŃSKA)	12:30-16:00
14.07.2022	Stanisławów Pierwszy ul. Jana Kazimierza 315, 315C, 315D, 319, 319A-E, 452, 452A-K, 454 ul. Jarzębiny ul. Jodłowa	04-0434 (STANISŁAWÓW OŚ DOLINKA)	07:00-08:00
14.07.2022	Chotomów ul. Ogrodowa działki letniskowe, 13, 13A-Z, 15, 15A-Z, 17, 17A-Z ul. Spacerowa ul. Wypoczynkowa 1, 1A, 1B, 3, 3A, 4, 5, 6, 6A, 6B, 7, 8, 10 ul. Szumiący Las ul. Baśniowa	04-1031 (CHOTOMÓW WYPOCZYNKOWA1), 04-0907 (OLSZEWNICA OŚ.MIESZK.), 04-0957 (CHOTOMÓW WYPOCZYNKOWA)	09:00-13:00

POWIAT NOWODWORSKI

Data	gmina, miejscowość nazwy i zakres numerowy ulic	Numery i nazwy stacji	Wyłączenia w godzinach
14.07.2022	Pomiechówek ul. Topolowa ul. Dziadka Janka ul. Serocka 45, 62, 64, 64A, 66, 68, 70, 72, 80, 82, 84, 90, 92, 102, 104, 106, 108, 110, 116, 118, 120, 122, 126, 128, 130, 132, 134, 136, 138, 140, 142, 152, 156, 158, 160	04-1206 (BRODY PARCELE RZECZNA)	07:00-08:00
18.07.2022	Nowy Dwór Mazowiecki ul. Nowodworska 4, 4A, 5, 10, 10A, 12, 14, 16 ul. Strażacka ul. Spokojna	04-0063 (OKUNIN)	09:00-13:00

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

KUPON NA DROBNE ZA 1 GROSIK

WYPEŁNIJ DRUKOWANYMI LITERAMI WPISUJĄC W KRATKĘ JEDNĄ LITERĘ ROBIĄC ODSTĘP MIĘDZY WYRAZAMI

☐ SZUKAM PRACY
☐ ODDAM ZA DARMO

1. Wypełniony kupon prosimy przynieść do biur ogłoszeń tygodników: Mazowieckie To i Owo, Lokalna, Tygodnik Nowodworski, Tygodnik Pułtuski.
2. Kupon bez pełnych, czytelnych danych zlecającego jest nieważny.
3. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń.

Zlecający *(Tylko do wiadomości redakcji)*
imię
nazwisko
ulica
numer domu
kod, miejscowość
podpis

KUPON JEDNORAZOWY

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

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

DROGI I MOSTY Kacice k/Pułtuska Rok zał. 1985 KACZMARCZYK
BRIX

Dołącz do naszego zespołu w Kacicach
Poszukiwani pracownicy na stanowiska:
- Kierowca kategoria C
- Kierowca kategoria C+ E
- Mechanik
- Operator maszyn budowlanych
- Pomocnik Mechanika
- Pracownik budowlany (robotnik drogowy)

Dołącz do naszego zespołu w Nasielsku
Poszukiwani pracownicy na stanowiska:
- Automatyk
- Betoniarz - zbrojarz
- Brygadzista linii produkcyjnej
- Kierowca kategoria C
- Kierowca kategoria C+ E
- Lider Magazynu (główny magazynier)
- Mechanik
- Operator linii produkcyjnej
- Operator węzła betoniarskiego
- Pomocnik Mechanika
- Pracownik magazynu (wózkowy)
- Pracownik produkcyjny
- Stolarz

Praca w Nasielsku, z możliwością dojazdu z Pułtuska.
Zadzwoń 502 146 898
Prześlij swoje cv: skopec@drogiimosty.com.pl

MOTOKLINIKA
mgr inż. Zbigniew Książek

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

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

BETON TOWAROWY
WSZYSTKICH KLAS
• bloczki betonowe
• elementy ogrodzeniowe
• kostka brukowa
• elementy ścienne do budowy domów

SPRZEDAŻ BETONU:
601 779 779
DROGI I MOSTY Kacice k/Pułtuska Rok zał. 1985 KACZMARCZYK
Wytwórnia betonu i asfaltobetonu
Siedziba główna firmy
Kacice 76, 06-100 Pułtusk
tel. 23 692 86 52
drogiimosty@drogiimosty.com.pl
BRIX
Wytwórnia prefabrykatów betonowych i betonu
Kosewo 134, 05-190 Nasielsk
tel. 23 333 50 10
biuro@brix.net.pl
www.drogiimosty.com.pl
www.brix.net.pl

eprasa.pl 14190fb4b3

MIS to przestrzeń otwarta dla każdego

3 lipca odbył się piknik artystyczny z okazji otwarcia MIS Miejsca Integracji Społecznej w Cieksynie (gm. Nasielsk). Pogoda dopisała i wszystko poszło zgodnie z planem! Dla przypomnienia: był teatr, koncerty, wybory miss, warsztaty artystyczne, mecz piłki nożnej, sąsiedzka wymiana książek, loteria, wioska smerfów a nawet szczudlarze. Specjały kulinarne serwowane przez KGW Wiejskie Sprawy Kobiet przeszły najśmielsze oczekiwania. Dla wielu takie przysmaki jak zupa pokrzywowa czy smalec wegański z fasoli były nowym odkryciem. Wiele osób doceniło rodzinny klimat imprezy i wspólny wolny czas, pogawędki na leżakach czy kocykach i możliwość oderwania się od codziennych spraw. Podczas meczu Wkry Cieksyn (oldboje kontra młodziaki) zostali wybrani i uhonorowani pucharem dwaj zawodnicy: najstarszy zawodnik na boisku Pan Zdzisław Kurpiewski (lat 65) i najmłodszy zawodnik Mateusz Majewski (lat 13)

Po meczu odbyło się oficjalne przecięcie wstęgi w którym wzięli udział: Magdalena Biernacka zastępca dyrektor Departamentu Kultury, Promocji i Turystyki Urzędu Marszałkowskiego, Paweł Calak wicestarosta nowodworski, Monika Nojbert członek Zarządu Powiatu Nowodworskiego, Bogdan Ruszkowski burmistrz Nasielska, Jerzy Lubieniecki przewodniczy Rady Miejskiej w Nasielsku, Janusz Gers radny Rady Miejskiej w Nasielsku, Monika Sitkiewicz sołtys sołectwa Cieksyn, Andrzej Sosnowski prezes OSP Cieksyn, Alicja Kraśniewicz sekretarz Stowarzyszenia Dolina Wkry, Teresa Gerasik skarbnik KGW Wiejskie Sprawy Kobiet, Daniel Śmigasiewicz Prezes Klubu Sportowego Wkra Cieksyn , Kinga Szczypek prezes Stowarzyszenia Skafander , Przemysław Banaszewski oraz Jacek Dublewski Biuro nieruchomości RE/MAX BEST. Po oficjalnej części odbył się pokaz talentów. Na naszej plenerowej scenie wystąpili: Zuzia i Wiktoria Owczarczyk, 2. Asia Domżała, 3. Amelka Sobczyńska, 4. Nikifor Mleczak, Ola i Lila Nizińskie. Nagrody w pokazie talentów ufundowali: Przemysław Banaszewski „BANASZEWSKI" i Jacek Dublewski Biuro nieruchomości RE/MAX BEST.

Teatr Pinezka „EPIDEMIA ŚMIECHU" z Gdańska wywołał uśmiechy na twarzach i spotkał się z dużą sympatią publiczności. Kolejnym punktem programu był występ Wiejskiej Spec Kapeli. Oj, gwarno zrobiło się na deskach cieksyńskiej sceny! Niektórzy nawet z przytupem ruszyli w tany! Wspaniała atmosfera towarzyszyła wyborom Miss, a nawet Mistera Cieksyna! Konkursy takie jak miss mokrego podkoszulka, bicie piany, obieranie ziemniaków czy quiz wiedzy o Cieksynie spotkały się z żywiołowym przyjęciem. Wszystkie Miss i Misterzy dostali nagrody ufundowane przez KGW Wiejskie Sprawy Kobiet. Pod wieczór na scenie wystąpiła Grupa Pasera Grupa Pasera, ekipa, którą łączy pasja do muzyki rockowej. Muzycy grający covery popularnych hitów naprawdę dali czadu, porywając ludzi do tańca. Frontmanka Agnieszka Tylewski wie jak rozkręcić imprezę. Ostanim punktem wieczoru była potańcówka z zespołem Olga Prusik Band. Olga Prusik Band to propozycja dla wszystkich tych, którzy cenią sobie muzyczny oldschool w nowoczesnym wydaniu, na wysokim poziomie estetycznym. Frontmenka Olga Prusik pochodzi z nieodległej od Cieksyna wsi Andzin. Ideą pikniku artystycznego była prezentacja lokalnych artystów, rzemieślników i pasjonatów. Wisienką na torcie był spontaniczny występ obu wokalistek Agnieszki Tylewski i Olgi Prusik, które wspólnie zaśpiewały utwór „Co mi Panie dasz", znów porywając publikę do tańca. Tego wieczoru nie zabrakło szalonych tańców. Występy zespołów przeplatał muzycznie DJ Mały.

Oprócz programu na scenie podczas pikniku odbył się MINI JARMARK Z RĘKODZIEŁEM Była to niecodzienna okazja, aby zakupić atrakcyjne i oryginalne wyroby i poznać rękodzielników z gminy Nasielsk. Tego dnia było mnóstwo atrakcji. Stowarzyszenie Dolina Wkry zorganizowało sąsiedzką wymianę książek, Monika Sitkiewicz Sołtys Cieksyna ufundowała dla wszystkich dzieci lody. Imprezę ubarwił szczudlarz rozdający balony, który przyjechał na zaproszenie Janusza Gersa Radnego Rady Miejskiej w Nasielsku. Strażacy z OSP Cieksyn przygotowali dla dzieci wioskę smerfów. Tego dnia każdy maluch mógł poczuć się strażakiem, gasząc ognień. Stowarzyszenie Skafander przygotowało warsztaty artystyczne. Dzieci tworzyły barwne eko torby. Dział promocji z Urzędu Miejskiego w Nasielsku przygotował loterię, a KGW Wiejskie Sprawy Kobiet serwowały przepyszne jedzenie, słodkości, lemoniadę i dania z grilla.

Tego dnia każdy znalazł coś dla siebie. MIS to przestrzeń otwarta dla każdego. Zachęcamy do korzystania z niej, do relaksu i działań twórczych.

Organizatorami wydarzenia byli
SKAFANDER Stowarzyszenie Artystyczno -Społeczne i KGW WIEJSKIE SPRAWY KOBIET
Partnerami wydarzenia byli:
Samorząd Województwa Mazowieckiego
Gmina Nasielsk Nasielsku
Nasielski Ośrodek Kultury
Sołtys Monika Sitkiewicz
Radny Janusz Gers
Klub Sportowy Wkra Cieksyn
Stowarzyszenie Dolina Wkry
Ochotnicza Straż Pożarna w Cieksynie
Przemysła Banaszewski BANASZEWKI CIEKSYN
Jacek Dublewski Biuro nieruchomości RE/MAX BEST

Piknik dofinansowano w ramach zadania publicznego z budżetu Gminy Nasielsk.

MIS Miejsce Integracji Społecznej w Cieksynie powstało z inicjatywy Stowarzyszenia Artystyczno-Społecznego Skafander. Sfinansowano z funduszu sołeckiego oraz budżetu Gminy Nasielsk

Organizatorzy dziękują wszystkim z całego serca, którzy przyczynili się do powstania MIS i zorganizowania pikniku.

Fot. Marta Czarnecka

eprasa.pl 14190fb4b3

STRONA PRZYGOTOWANA PRZEZ REFERAT INFORMACJI I PROMOCJI GMINY JABŁONNA

3 września w gminie Jabłonna spotkamy się na cyklicznym wydarzeniu sportowym – 8. edycji Biegu po Złote Jabłko.

Bieg po Złote Jabłko

W tym roku organizatorzy wydarzenia – Gmina Jabłonna, OSiR w Jabłonnie i Fundacja Action-Life zapraszają do udziału w biegach na następujących dystansach. Dzieci i młodzież w wieku od 6 do 16 lat wezmą udział w Otwartych Mistrzostwach Gminy Jabłonna w Biegach Przełajowych. Pościgać będzie się można, w zależności od wieku, na dystansach 200, 400, 800 i 1000 metrów. Biegające rodziny będą mogły razem pobiec w Biegu Rodzinnym na dystansie około 1 km. Nie zapominamy również o coraz liczniejszej grupie osób uprawiającej Nordic Walking. Podobnie jak w zeszłym będą mogły się sprawdzić na 10 kilometrowej trasie z pomiarem czasu. A na zakończenie zawodów odbędzie się bieg główny na wymagającej, leśnej, crossowej trasie również na dystansie 10 km.

Od pierwszej edycji Biegu po Złote Jabłko, która odbyła się dziewięć lat temu, wydarzenie rozwinęło się z imprezy dla biegaczy rywalizujących na dystansie 10 km, w biegowe święto dla całych aktywnych sportowo rodzin. – *Jeszcze kilka lat temu, biegi dziecięce towarzyszące biegom dla dorosłych, nie były czymś bardzo popularnym. Miło mi, że Gmina Jabłonna zwróciła uwagę również na najmłodszych sportowców. Stąd też od kilku lat oprócz biegu głównego i nordic walking organizujemy Bieg Rodzinny i Otwarte Mistrzostwa Gminy Jabłonna w Biegach Przełajowych Dzieci i Młodzieży* – powiedział dyrektor OSiR w Jabłonnie Michał Smoliński, który jednocześnie już dziewięć lat temu był jednym z inicjatorów Biegu po Złote Jabłko.

Wszystkich, którzy już teraz chcieliby się przygotować do zawodów zapraszamy na otwarte treningi biegowe z Emilem Dobrowolskim. Treningi odbywają się we wtorki, o godzinie 19:00. Zbiórka przy bramie wejściowej do hali sportowej w Chotomowie przy ul. Prostej. Emil Dobrowolski jest aktualnym srebrnym medalistą 92. PZLA Mistrzostw Polski Mężczyzna w maratonie.

Organizatorzy przewidzieli w tym roku 120 miejsce w biegu głównym, 70 miejsc w Nordic Walking i 120 miejsc w biegach przełajowych. Nie chcąc by opłaty startowe były przeszkodą w udziale w zawodach w tym roku dorośli zapłacą opłatę startową w wysokości 20 pln a dzieci 5 pln. Więcej informacji i link do zapisów już wkrótce na stronach www.osirjablonna.pl i www.jablonna.pl Wydarzenie swoim patronatem objął Wójt Gminy Jabłonna.

Zapraszamy do udziału w 8. edycji Biegu po Złote Jabłko, do zobaczenia na linii startu!

ZAPRASZAMY

eprasa.pl 14190fb4b3

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

PRZED NAMI

DZIKA AFRYKA - WARSZTATY CERAMICZNE

We wtorek (12 lipca) w filii MOK w Legionowie (ul. Targowa 65) rozpoczną się wakacyjne warsztaty ceramiczne pn. Dzika Afryka. Warsztaty odbędą się w dniach: 13/14/15 lipca oraz 9/10/11 sierpnia. Warsztaty są przeznaczone dla dzieci w wieku od 7 do 14 lat. Obowiązują zapisy na stronie: wylepiarnia.pl

WĘDRUJĄCE CZYTANIE Z WITOLDEM WARGASEM

Od poniedziałku (11 lipca) do piątku (15 lipca) punktualnie o godz.10.00 Witold Vargas będzie przewodnikiem po świecie wodnych stworów z mitologii słowiańskiej.

Spotkania z autorem książek dla dzieci i młodzieży zostały zorganizowane przez Powiatową Instytucję Kultury i odbędą się: 12 lipca - Park Świętojański w Wieliszewie (ul. Świętojańska 43), 13 lipca - Przystań w Serocku (ul. Retmańska 75), 14 lipca - spacer po lesie w Stanisławowie Drugim, zbiórka pod filią GOG (ul. Wolska 5), 15 lipca - Bukowiec Jabłonowski, zbiórka przed SP 1 (ul. Zakopiańska 4). Udział w wydarzeniu jest bezpłatny.

POTAŃCÓWKA W PARKU ZDROWIA

W sobotę (16 lipca) o godz. 19.00 w Parku Zdrowia w Legionowie (ul. Chrobrego) odbędzie się Potańcówka dla wszystkich pokoleń. Wstęp wolny.

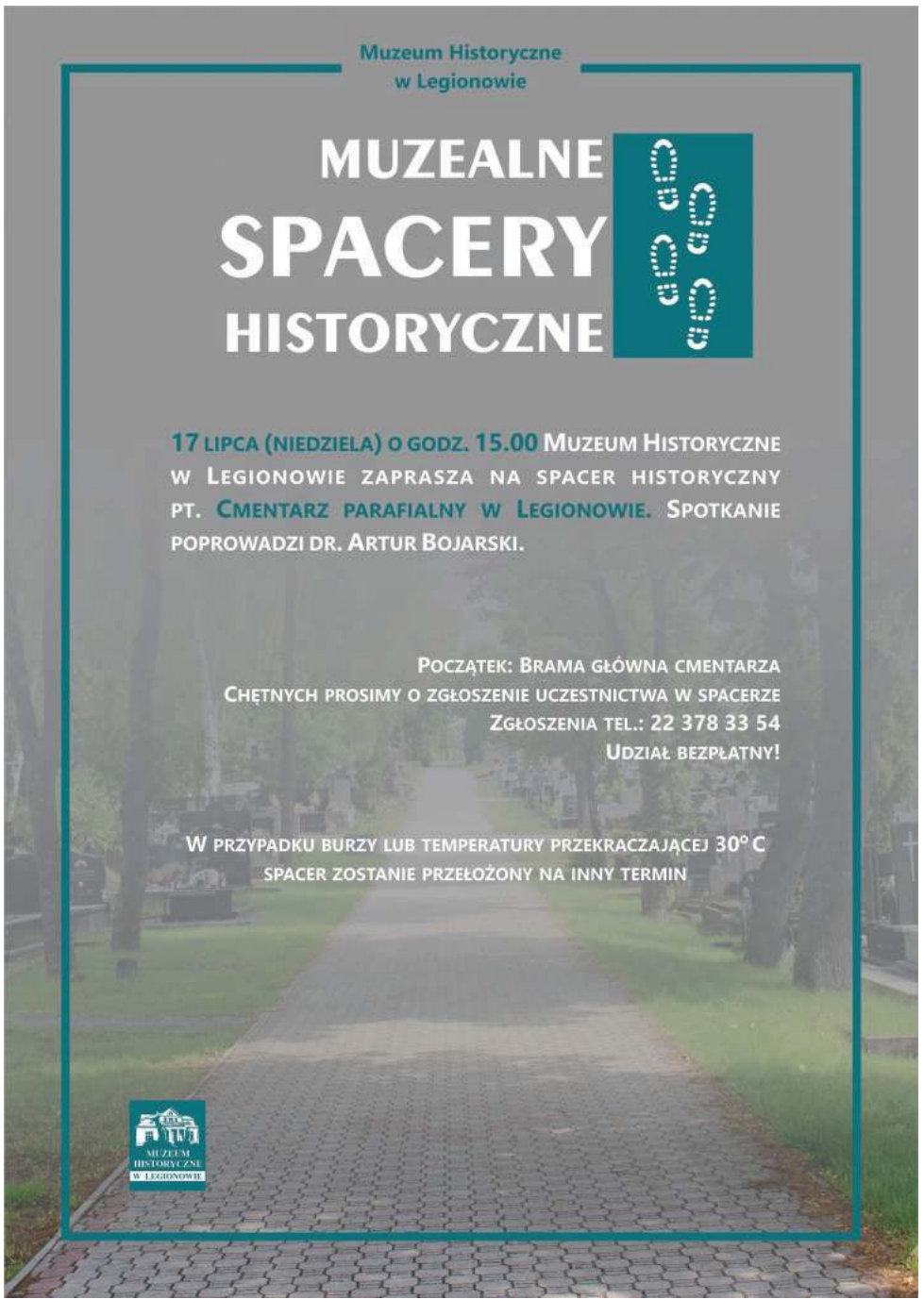
WIESŁAWA STARSKA - KOSTIUMY - WYSTAWA

W niedzielę (17 lipca) o godz. 12.30 w Pałacu w Jabłonnie (ul. Modlińska 105) odbędzie się wernisaż wystawy Wiesławy Starskiej pn. Kostiumy. Finisaż wystawy odbędzie się 11 września br. Wstęp wolny.

SPACER HISTORYCZNY

W niedzielę (17 lipca) o godz. 15.00 odbędzie się spotkanie historyczne i prelekcja pt. Cmentarz parafialny w Legionowie. Zbiórka przy Bramie Głównej Cmentarza w Legionowie. Spotkanie poprowasdzi dr. Artur Bojarski. Udział bezpłatny obowiązują zgłoszenia: (22) 378-33-54.

red.



Noc Świętojańska, święto wody i ognia, miłości i płodności. Istnieje wiele zwyczajów, które towarzyszą obchodom tej Nocy. Jednym z nich jest puszczanie wianków na wodę, które według wierzeń pozwala wywróżyć zamążpójście i miłość, czy też staropanieństwo. Dawniej wianki plecione były ze zwykłej słomy, w którą wplatano kwiaty. W późniejszych czasach nabierały one nowych form.

Wianki w Serocku

Wianki w Serocku to kolejna już w tym roku propozycja kulturalna dla mieszkańców naszej gminy, jednocześnie rozpoczynająca obchody Nocy Kupały. W sobotnie popołudnie, 25 czerwca br. na plaży miejskiej w Serocku, prowadzący pan Grzegorz Ostrowki oraz Renata Mulik Dyrektor Centrum Kultury i Czytelnictwa w Serocku przywitali publiczność i zaprosili do udziału w poszczególnych punktach programu.

Scenariusz wydarzenia był bogaty w różne działania. Dzięki współpracy z Powiatową Instytucją Kultury uczestnicy mogli wziąć udział w warsztatach wikliniarskie podczas, który wyrabiali tacki z wikliny. Warsztaty poprowadziły Siostry Plotą, które powadzą rodzinną pracownię wikliny.

Tradycyjnie, pani Bogusława Żaczkiewicz poprowadziła warsztaty wiankowych. Tuż obok plaży można było uwić własnoręcznie wianek, jednocześnie podziwiając obrazy, pejzaże stworzone i namalowane przez panią Hannę Strzałkowską „Shanna", która jest lokalną malarką. Ciekawostką jest, iż do każdego swojego obrazu tworzy wiersz, który jest odzwierciedleniem i wyrazem emocji mu towarzyszących.

Uczestnicy warsztatów wiankowych mogli również wziąć udział w konkursie na wianek Nocy Świętojańskiej. Najpiękniejsze wianki zostały nagrodzone i wyróżnione w konkursie, a później wszystkie wypuszczono na wodę.

Tuż obok stoisk z wiankami i obrazami pani Regina Rataj parzyła świeże zioła, opowiadając o ich zastosowaniu i właściwościach w życiu codziennym. Na swoim stoisku miała bogaty asortyment przeróżnych herbatek czy olejków dobrych dla zdrowia. Pani Regina jest mieszkanką pobliskiej miejscowości, ma przeogromną wiedzę o roślinach i ziołach, które można spotkać w Nadnarwiańskich lasach.

Tego dnia nie zabrakło występów artystycznych dzieci, podopiecznych z Centrum Kultury i Czytelnictwa w Serocku. Wystąpiła najmłodsza grupa Alexia Dance Studio KIDS w utworze „Umbrella", co spotkało się z bardzo dużym aplauzem widowni.

Zaraz po występach dzieci, prowadzący zaprosił na warsztaty bębniarskie , które poprowadziła serocka grupa NaRev, od września 2021 działająca przy Centrum Kultury i Czytelnictwa w Serocku.

Kolejnym punktem programu był występ zespołu KANU, który zagrał z inicjatywy i został sfinansowany przez Stowarzyszenia Pomocna Dłoń. Muzycy Katarzyna Kamer i Noumassan Dembele zagrali w duecie łącząc tradycyjną muzykę zachodnioafrykańską i polską. Kanu w języku Bambara oznacza miłość. „Kanu to wyraz naszej miłości do muzyki, która potrafi być balsamem dla duszy, szczególnie w dzisiejszych czasach", tak piszą o sobie wokaliści.

Wielką atrakcją okazała się podniebna niespodzianka w formie skoków spadochronowych przygotowana przez Aeroklub Warszawski, co również spotkało się z ogromnych zainteresowaniem publiczności.

Podczas gdy wianki spływały w dół Narwi na scenie pojawili się niezwykli goście Zespół szantowy „Stara Kuźnia", który istnieje od 1997 roku. Grupa wykonuje szanty klasyczne, pieśni kubryku oraz utwory autorskie. Tego wieczoru zaprezentowała wiele hitów m.in. „Historie starego Sternika, co nie używał grzebyka", „Pożegnanie z Liverpoolem" i wiele innych zachęcając do wspólnego śpiewu i zabawy.

Ponadto, sobotnie wydarzenie rozpoczęło realizację Projektu pt. „Sztuki zapomniane, a odczarowane", który stanowi profesjonalną ofertę działań edukacyjno – animujących. Przedsięwzięcie jest współfinansowane ze środków Unii Europejskiej w ramach poddziałania 19.2. Wsparcie na wdrożenie operacji w ramach strategii rozwoju lokalnego kierowanego przez społeczność objętego Programem Rozwoju Obszarów Wiejskie na lata 2014 – 2020". „Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestuje w obszary wiejskie". Instytucją zarządzającą PROW 2014 – 2020 jest Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

Projekt zakłada realizację wielu bezpłatnych warsztatów w miesiącach czerwiec – wrzesień, mających na celu aktywizację społeczną różnych grup wiekowych, w tym grup defaworyzowanych, o utrudnionym dostępie do kultury.

Więcej informacji nt. projektu można uzyskać w sekretariacie CKiCZ w Serocku w godzinach otwarcia lub na stronach internetowych.

Dziękujemy za wspólne świętowanie i już dziś zapraszamy na wakacyjny cykl Fontann Muzyki. Pierwszy koncert zespołu MITRA odbył się 10 lipca, tradycyjnie o godz. 18:00 na Rynku w Serocku.

fot. UMiG Serock

eprasa.pl 14190fb4b3

XVII Legionowski Festiwal Muzyki Kameralnej i Organowej

2022

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

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

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

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

21 sierpnia
godz. 16.30
Jan Bokszczanin – organy
recital organowy

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

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

Dyrektor artystyczny: prof. dr hab. Jan Bokszczanin

organizatorzy

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

patronat honorowy

Romuald Kamiński
Biskup Warszawsko-Praski

patronat medialny

Mazowieckie to i owo
Tygodnik idziemy
Miejscowa na weekend TV

eprasa.pl 14190fb4b3

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

MOTOCYKLEM DO KATYNIA

Estonia, Łotwa, Litwa i powrót do domu

Po kilku tygodniach przerwy publikujemy VIII i ostatnią część wspomnień Jerzego Dąbrowskiego, legionowianina, który brał udział w trzech Rajdach Katyńskich - w latach 2006, 2007 oraz 2009 r. W trakcie Rajdów, pan Jerzy pełnił różne funkcje, stając się w 2009 r. komandorem rajdu, czyli głównodowodzącym imprezy, w której udział brało 127 motocyklistów z całego świata. Rajd Katyński organizowany jest od 2001 r., jego celem jest odwiedzenie miejsc martyrologii oraz miejsc chwały oręża położonych na wschodzie

Kronsztad to był kiedyś silnie ufortyfikowany port morski położony na wyspie Kotlin w Zatoce Fińskiej. Połączony jest z północnym i południowym brzegiem dość dobrej jakości szosą. Założony został przez Piotra Wielkiego w 1703 r. a jego głównym zadanie miała być ochrona Sankt Petersburga przed wrogimi najazdami z morza. Podczas rewolucji lutowej i październikowej w tym ufortyfikowanym forcie było główne ognisko buntu. To z tej twierdzy dostarczani byli marynarze do walk przeciwko caratowi. Na początku marynarze wierzyli, że dzięki zwycięstwu rewolucji i przejęciu władzy przez bolszewików pod wodzą Lenina będzie się im żyło lepiej. Niestety, gdy okazało się, że jest zupełnie inaczej w dniach od 28 lutego do 18 marca 1921 r. w Kronsztadzie wybuchło antybolszewickie powstanie

krwawo stłumione przez Michaiła Tuchaczewskiego (pochodził on z rodziny ziemiańskiej i 12 lipca 1914 r. ukończył elitarną carską Aleksandrowską Akademię Wojskową). Należy nadmienić, że od maja do sierpnia 1917 r. cywilnym gubernatorem Kronsztadu był polski filozof Tomasz Parczewski. Podczas II wojny światowej, ten ufortyfikowany bastion nie został zdobyty przez Niemców, a stacjonująca tu Flota Bałtycka brała udział między innymi w obronie Leningradu.

Moja grupa „Fioletowych od koloru apaszek, motocykle o pojemności 600 -1200, granica wiekowa 55- 65 lat" przybyła na wyspę jako pierwsza i tym samym mieliśmy więcej czasu na rozbicie namiotów. Główna grupa wraz z rosyjskimi motocyklistami przyjechała 2 godziny po nas. Oczywiście ruscy „bajkerzy" przywieźli ze sobą troszeczkę alkoholu, my ażeby nie wyjść na „krzywego ryja" też poczęstowaliśmy ich swoją żubrówką i impreza trwała do godz. 23.00. Każdy z nas wiedział, że późnym rankiem wyjedziemy zwiedzać Petersburg. Pamiętając rady mojej Mamy, że Petersburg najlepiej zwiedzać motorówką, wyjęliśmy ostatnie ruble z portmonetek i zafundowaliśmy sobie rejsy po Newie. Jakie to miłe przeżycie zobaczyć z bliska Krążownik Aurora, Pałac Marmurowy czy Akademię Marynarki Wojennej. Mimo zakazu wjechaliśmy swoimi maszynami przed Pałac Zimowy a rosyjska milicja nie dość, że nie zabroniła nam wjazdu to wzięła pod ochronę nasze motocykle. Był czas na kupno pamiątek, wspólne zdjęcia z mieszkańcami i w ogóle było OK. Zmęczeni , ale zadowoleni wróciliśmy do obozowiska. Niestety kucharz Grzesio nic nam nie przygotował do jedzenia, dlatego też zadowoliliśmy się suchym prowiantem, a poranna toaleta odbywała się w zimnej morskiej wodzie.

Wczesnym rankiem jak zwykle po upewnieniu się, że wszystko jest zabrane i obozowisko zostawione w należytej czystości obraliśmy kierunek na przejście graniczne w miejscowości Iwangorod koło miasta Narwy w Estonii.

Estonia

Estonia to mały kraj o powierzchni 54.300 km którym zamieszkuje nieco ponad 1.330000 osób czyli około 29 osób na km2. Dla porównania gęstość zaludnienia w Polsce wynosi około 122 osoby na km2.

W pobliskiej stacji benzynowej zatankowaliśmy do pełna nasze maszyny bo z dostępnych informacji wynikało, że najbliższa stacja znajduje się w Tartu (odległość około 200 km.). Motocykle o pojemności do 1000 cm dały by sobie z taką odległością radę, ale dla tych o pojemności 1800 z pełnym bagażem mogło być różnie. Pierwsze 60 km przejechaliśmy bardzo dobrej jakości drogą podziwiając estońskie krajobrazy. Okazało się, że rząd Estonii chętnie i na korzystnych warunkach witał przybyszy z Polski aby zagospodarowywali wielkie połacie nieuprawianej ziemi.

Gospodarze biwaku bardzo ucieszyli się naszą obecnością i bardzo interesowali się sprawami bieżącymi panującymi w naszym kraju. Na moje pytanie czy zastanawiali się nad powrotem do polski odpowiedzieli stanowczym NIE.

Łotwa

Następny etap to Łotwa. Rankiem po przestudiowaniu mapy omówieniu warunków bezpieczeństwa i bardzo starannym sprawdzeniu porządków na pełnym gazie wyjechaliśmy z obozowiska w kierunku Łotwy. Dało się zaznaczyć pewne podniecenie, gdyż każdy z nas czuł, że dom i rodzina jest już blisko. Najbliższe miejsce postoju to Kircholm (obecna nazwa Salaspils). To tu 27 września 1605 r. nasze wojska pod wodzą Jana Karola Chodkiewicza stoczyły zwycięską bitwę z trzykrotnie silniejszą szwedzką armią Karola IX. Talent dowódczy Chodkiewicza oraz potęga pancernego natarcia husarii przesądziły o zwycięstwie. Złożyliśmy wiązankę kwiatów przed pomnikiem upamiętniającym zwycięską bitwę i w drogę do stolicy Łotwy – Rygi.

Na parkingu mieszczącym się nad rzeką Dźwiną w Rydze zaparkowaliśmy nasze motocykle i wszyscy za wyjątkiem warty udaliśmy się na zwiedzanie stolicy Łotwy. Nie było wiele czasu, gdyż w planie musieliśmy przekroczyć granicę Łotewsko – Litewską by znaleźć przed Górą Krzyży.

Litwa

Niestety czas naglił i musieliśmy pożegnać się z Łotwą aby przed zmrokiem dojechać do obozowiska na Litwie. Litwa to już prawie dom. Każdy jak najszybciej chciał dojechać do Góry Krzyży, nie zważając czy jedzie w grupie zielonych, fioletowych, żółtych czy czerwonych. Oczywiście, pomimo uwag o bezpiecznym przemieszczaniu się, szybkość też wzrosła. Na efekty nie trzeba było długo czekać. Już na terenie Litwy otrzymałem informację, że kolega z zielonych miał wypadek i pogotowie ratunkowe zabrało go do szpitala. Wiedziałem tylko, że był wypadek. Nie wiedziałem, czy żyje, czy jest ciężko ranny itp. Miny wszystkim zrzedły a ja już widziałem siebie przed prokuratorem. Wypadek groźnie wyglądał ale na szczęście koledze dzięki kaskowi nic poważnego się nie stało.

W niezbyt przyjemnych nastrojach dojechaliśmy do obozowiska i nad ranem znaleźliśmy się przed Górą Krzyży. Kątem oka zobaczyłem że niektórzy z nas modlili się o szybkie wyzdrowienie naszego kolegi. Ci modlący się, gdyby przestrzegali przepisów ruchu drogowego to nie musieli by udawać pobożnych. No cóż jak zwykle ujawniło się stare przysłowie „Jak groźba to do Boga". Wczesnym popołudniem znaleźliśmy się przed Ostrą Bramą by wziąć udział w mszy św. Jak zwykle

Trasa rajdu

mu kazano, a kto od serca. Ci harcerze byli naprawdę uszczęśliwieni naszym przyjazdem. Nocleg spędziliśmy na korytarzach jednej ze szkół podstawowych. Wszyscy byli zadowoleni, bo nie trzeba było rozkładać namiotów.

towarzyszyli nam liczni Wilnianie. Po mszy – zwiedzanie Cmentarza na Rossie i złożenie kwiatów na grobie matki z sercem J. Piłsudskiego.

Bardzo ciepło przywitali nas Wileńscy harcerze na czele z księdzem harcmistrzem (nazwiska niestety nie pamiętam). Ja potrafię określić kto witał nas z musu bo tak

Obliczyłem na podstawie mapy, że ten ostatni odcinek przez miejscowość Mariampol liczy prawie 800 km. Ale cóż to za odległość dla motocyklisty który przebył ponad 8500 km po wertepach na wschodzie. Do Legionowa przyjechałem po 10 godzinach przy średniej prędkości 90 km/godz. Oczywiście czasami trzeba było jechać i 130 km/ godz. ale niestety to była z mojej strony czysta głupota. Zsiadając z motocykla o mało co nie ucałował bym tej legionowskiej ziemi jak nasz Jan Paweł II ale pomyślałem sobie, że byłby to plagiat.

Powrót do Polski

Mniej więcej po dwóch tygodniach od naszego przyjazdu do rodzinnych domów, spotkaliśmy się znowu przed Grobem Nieznanego Żołnierza na uroczystej zbiórce dokonać oficjalnego zakończenie rajdu. Znowu przybyła Orkiestra Reprezentacyjna Wojska Polskiego, byli goście no i mieszkańcy Warszawy. Otrzymałem na pamiątkę srebrny sygnet i piękną plakietkę którą zaraz powiesiłem w swoim pokoju. Teraz, kiedy trochę czasu upłynęło i emocje opadły zastanawiam się czy polecił bym komuś uczestnictwo w takim rajdzie. Bez wahania powiedział bym, że TAK.

Jerzy Dąbrowski

eprasa.pl 14190fb4b3

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

WOJSKO. Zmiany personalne

Przekazanie obowiązków komendanta w Centrum Szkolenia Łączności i Informatyki w Zegrzu

W sobotę 2 lipca nastąpiło przekazanie obowiązków komendanta Centrum Szkolenia Łączności i Informatyki

W ceremonii uczestniczył gen. broni Wiesław Kukuła – dowódca Wojsk Obrony Terytorialnej, który wyraził uznanie wobec przekazującego stanowisko komendanta płk. Roberta Kasperczuka i podkreślił, że dowodzenie przez niego Centrum przypadło na niełatwy czas pandemii oraz kryzysu migracyjnego, a dzięki jego wysiłkom Centrum z powodzeniem wspierało działania całych Wojsk Obrony Terytorialnej w operacjach Trwała Odporność i Silne Wsparcie. Dowódca WOT zaznaczył, że „pomimo zaangażowania we wsparcie działań przeciwkryzysowych macierzystego Rodzaju Sił Zbrojnych Centrum utrzymało tempo kształcenia i szkolenia specjalistów łączności i informatyki (...) dodając do katalogu szkolenia specjalistów jakże krytyczną dziedzinę operacji informacyjnych”

Przedstawiając sylwetkę nowego komendanta – płk. Pawła Nowotnika, dowódca WOT podkreślił, że jest on doskonale znany w Centrum i garnizonie Zegrze, w którym służbę wojskową pełni od 2002 r. Na koniec podziękował mu za dotychczasową służbę, pogratulował wyznaczenia na stanowisko Komendanta i życzył aby autorytet zbudowany wśród żołnierzy i pracowników na poprzednich stanowiskach pozostawał jego znakiem rozpoznawczym.

Odchodzący komendant powiedział, że czas służby w Centrum był dla niego bezcennym doświadczeniem i prawdziwym zaszczytem. „Dlatego też z dużą satysfakcją i przyjemnością szczerze dziękuję za merytoryczne wsparcie, okazaną sympatię, wyrozumiałość oraz serdeczną atmosferę Naszych kontaktów” - zakończył płk Kasperczuk.

Nowy komendant płk Paweł Nowotnik powiedział, że nigdy nie marzył o dostąpieniu zaszczytu przyjęcia obowiązków Dowódcy Jednostki Wojskowej. „Przyjdzie mi dowodzić i kierować instytucją o ponad stuletniej historii. Instytucją, której sukcesem były i są rzesze wyszkolonych i zdolnych do realizacji zadań specjalistów. (...) Moi szanowni poprzednicy z których każdy w swoim szczególnym czasie nie szczędził starań, by zadbać o prestiż tego miejsca, podnieśli poprzeczkę bardzo wysoko” - podkreślił. Zapewnił również, że poświęci dużo sił by dbać o dobre imię Centrum, zapewnić dobre warunki służby i prac oraz efektywnie i z należytą starannością realizować główne zadania szkoleniowe.

Głos zabrał również Pan Artur Borkowski Burmistrz Miasta i Gminy Serock, który podziękował odchodzącemu komendantowi za współpracę, która była bardzo owocna i wyraził przekonanie, że dalsza współpraca z nowym komendantem będzie kształtowała się również na bardzo wysokim poziomie.

Pan Wojciech Jeute Prezes Honorowego Zespołu Ochrony Pamięci Armii Krajowej „Brzozów” przedstawiciel Światowego Związku Żołnierzy Armi Krajowej wręczył płk. Kasperczukowi odznaczenie pamiątkowe za zasługi dla Światowego Związku żołnierzy Armii Krajowej

Ceremonię zakończyły podziękowania i życzenia dla komendantów oraz defilada pododdziałów.

Zdjęcia: **szer. OT Dariusz Rosłaniec**

Tekst: **por. Małgorzata Nowak**

PŁYWANIE. Letnie Mistrzostwa Polski Juniorów Młodszych 14-letnich

Nieźle, ale bez medali

W dniach 7-10 lipca 2022 roku odbyły się Letnie Mistrzostwa Polski Juniorów Młodszych 14-letnich. Na 50-metrowej pływalni „WCRS AQUASFERA GALERIA WARMIŃSKA OSiR w Olsztynie” o mistrzowskie tytuły walczyło 590 zawodniczek i zawodników ze 177 klubów z całej Polski. UKS „Delfin” Legionowo pod opieką trenera Daniela Krepsa i Rafała Perla reprezentowali: Patrycja Jurkiewicz, Amelia Kongiel, Tadeusz Tyczyński

W drugim dniu zawodów Patrycja Jurkiewicz startowała na dystansie 50 m stylem dowolnym uzyskując w eliminacjach czas 28,77 s, który zapewnił występ w popołudniowym bloku w finale A.

W popołudniowym finale A Patrycja uzyskała czas 28,59s bijąc swój rekord życiowy, co uplasowało ją na 10. miejscu.

Również bardzo dobrze wypadł trzeci dzień mistrzostw, po eliminacjach porannych, Patrycja wywalczyła dwa finały A odpowiednio: 50 m stylem motylkowym 30.32 s i 50 m stylem grzbietowym 32.76s. W popołudniowym finale A zajęła 8. miejsce na 50 m stylem motylkowym z czasem 30.16 s oraz 9 miejsce na 50 m stylem grzbietowym z czasem 32.66 s.

Pozostałe wyniki naszych zawodników:

Patrycja Jurkiewicz100 m stylem dowolnym – 1.04.81 (24. miejsce)100 m stylem grzbietowym – 1:12.34 (19. miejsce – z powodu kontuzji została wycofana z finału B)

Amelia Kongiel50 m stylem dowolnym – 31.09 (79. miejsce)50 m stylem klasycznym – 40.82 (59. miejsce)100 m stylem klasycznym – 1.26.61 (45. miejsce)100 m stylem dowolnym – 1.10.65 (98. miejsce)

Tadeusz Tyczyński200m stylem grzbietowym – 2.30.62 (24. miejsce)50m stylem grzbietowym – 32.39 (38. miejsce)100m stylem grzbietowym – 1.09.02 (27. miejsce)

www.powiat-legionwoski.pl

ZAPROSZENIE

eprasa.pl 14190fb4b3

TELEFON INTERWENCYJNY: 22 784 92 01, toiowo@toiowo.eu

PIŁKA NOŻNA. Rozkład na jesień

Nowi w Legionovii

Tydzień przygotowań do rozpoczynającego się 7 sierpnia br. sezonu 2022/2023 mają za sobą trzecioligowi piłkarze Legionovii Legionowo. Znany jest „rozkład jazdy" rundy jesiennej III ligi (grupa 1), w której rywalizować będzie nasz zespół, a władze klubu zdążyły już podpisać umowy z pięcioma nowymi piłkarzami, którzy będą reprezentować legionowskie barwy w zbliżającym się sezonie

Nowi w Legionovii. Od lewej: Kamil Kumoch, Marcin Bawolik, Daniel Choroś, Michał Suchanek, Szymon Wiejak

Fot. strona klubowa KS Legionovia

W ostatnią sobotę trener Michał Piros zarządził pierwszą grę wewnętrzną czyli „przegląd wojska", które będzie miał do dyspozycji w rywalizacji o ligowe punkty. Trenująca kadra zespołu podzielona została na trzy drużyny. Wyniki tego wewnętrznego sprawdzianu są mniej istotnie, ważniejsze wydają się słowa szkoleniowca, który miał powiedzieć na temat nowej piątki pozyskanych piłkarzy - *dokonaliśmy właściwego wyboru*.

Daniel Choroś ponownie w legionowskich barwach

Fot. fotoMiD

Powrót Daniela Chorosia

Nowymi zawodnikami Legionovii zostali: **Marcin Bawolik**, **Daniel Choroś**, **Kamil Kumoch**, **Michał Suchanek** i **Szymon Wiejak**. Cała piątka związała się z Legionovią umowami obowiązującymi do 30 czerwca 2023 roku (z opcją przedłużenia o kolejny rok).

Marcin Bawolik to niespełna 22-letni piłkarz, wychowanek Kosy Konstancin, występujący najczęściej na pozycji lewego atakującego. Ostatnie 2 sezony spędził w Olimpii Elbląg, w barwach której zagrał w 61 spotkaniach w rozgrywkach II ligi i Pucharu Polski.

Dla 24-letniego środkowego **Daniela Chorosia** z kolei to powrót na Parkową po rocznej przerwie. W minionym sezonie reprezentował barwy drugoligowej Pogoni Grodzisk Mazowiecki, zaliczając 20 meczów M. Choroś reprezentował legionowskie barwy w latach 2018-2021, zaliczając 90 występów.

21-letni **Kamil Kumoch** w sezonie 2021/22 był pomocnikiem Broni Radom. Wychodził na murawę ponad 30 razy. Wcześniejsze 3 lata reprezentował barwy Motoru Lublin, a jest wychowankiem Oronki Orońsko (pod Radomiem)

Michał Suchanek i **Szymon Wiejak** (obaj 26 l.) przybyli do Legionowa z IV-ligowego MKS-u Piaseczno. Stanowili o sile zespołu, który był o włos od awansu do III ligi. M. Suchanek, wychowanek warszawskiej Legii to prawy atakujący. Z kolei obdarzony dobrymi warunkami fizycznymi (186 cm wzrostu) Sz. Wiejak występuje na pozycji napastnika. W ostatnim sezonie został królem strzelców II grupy IV ligi mazowieckiej, trafiając do siatki aż 28 razy.

Intensywny tydzień

Póki co trenująca kadra Legionovii jest dość szeroka. Doszła wspomniana piątka nowych piłkarzy, zostało większość składu zespołu z poprzedniego sezonu. W legionowskich barwach nie zobaczymy już, o czym informowaliśmy przed tygodniem Michała Bajdura (transfer do warszawskiej Polonii), także Dobrogosta, Smugi, Budka, Pociechy, a także prawdopodobnie Piotra Bujaka. Przedłużono natomiast umowy z Bartoszem Mroczkiem, Karolem Barańskim, Mikołajem Gibasem. Zostają na kolejny sezon Kacper Kaczorowski, Adam Waszkiewicz, Grzegorz Wojdyga, Piotr Sonnenberg, Dawid Papazjan, piłkarzami Legionovii są oczywiście także nadal Patryk Koziara, Konrad Zaklika, Bartosz Rymek, Artur Balicki, intensywnie rehabilituje się po kontuzji Dariusz Zjawiński. Trenuje też z zespołem kilku zawodników drugiej drużyny Legionovii,, oraz na prośbę ich klubu, kilku młodziutkich zawodników Varsovii.

Ta szeroka kadra zespołu ma znaczenie, bo przed Legionovią bardzo intensywny w zajęcia, a zwłaszcza w spotkania treningowe tydzień. Już w środę przed naszą drużyną sparing z czołowym zespołem ligi ukraińskiej Zorią Ługańsk, która w Polsce przygotowuje się do udziału Pucharze Konfederacji. W czwartek kolejny sparing z piątym zespołem ekstraklasy ukraińskiej, z Worsklą Połtawa. Natomiast w sobotę, prawdopodobnie w Rembertowie ,sparing z warszawskim Hutnikiem.

Zaczynają z Pilicą Białobrzegi

Znany jest już terminarz rundy jesiennej sezonu 2022/2023. Legionovia walkę o trzecioligowe punkt zacznie od wyjazdowego spotkania z Pilicą Białobrzegi. Poniżej przedstawiamy cały układ par 1. kolejki, i „rozkład jazdy" naszego zespołu w pierwszej rundzie.

(jb)

Kolejka 1.(6/7 sierpnia)
Pilica Białobrzegi – Legionovia Legionowo, Ursus Warszawa – Błonianka Błonie, Broń Radom – Sokół Ostróda, Świt Nowy Dwór Maz. – Lechia Tomaszów Maz., Mławianka Mława – Pelikan Łowicz, Legia II Warszawa – Pogoń Grodzisk Maz., Warta Sieradz – Jagiellonia II Białystok, Olimpia Zambrów – Unia Skierniewice, Concordia Elbląg – ŁKS II Łódź.

Kolejka 2 (13/14 sierpnia)
Legionovia – Olimpia Zambrów

Kolejka 3 (17 sierpnia)
Concordia Elbląg – Legionovia

Kolejka 4(20/21 sierpnia)
Legionovia – ŁKS II Łódź

Kolejka 5 (27/28 sierpnia)
Unia Skierniewice – Legionovia

Kolejka 6 (3/4 września)
Błonianka Błonie- Legionovia

Kolejka 7 (10/11 września)
Legionovia – Jagiellonia II Białystok

Kolejka 8 (17/18 września)
Pogoń Grodzisk Maz. – Legionovia

Kolejka 9 (24/25 września)
Legionovia – Pelikan Łowicz

Kolejka 10 (1/2 października)
Lechia Tomaszów Maz. – Legionovia

Kolejka 11(8/9 października)
Legionovia – Sokół Ostróda

Kolejka 12 (15/16 października)
Ursus Warszawa – Legionovia

Kolejka 13(22/23 października)
Legionovia – Broń Radom

Kolejka 14(29/30 października)
Świt Nowy Dwór Maz. – Legionovia

Kolejka 15(5/6 listopada)
Legionovia – Mławianka Mława

Kolejka 16 (12/13 listopada)
Legia II Warszawa – Legionovia

Kolejka 17(19/20 listopada)
Legionovia – Warta Sieradz.

BIEGI. Zaproszenie

Ultramaraton Powstańca

Gmina Wieliszew serdecznie zaprasza do udziału w 8. Ultramaratonie Powstańca. 31 lipca 2022r, w 78. rocznicę wybuchu Powstania Warszawskiego, na wymagającej trasie o długości 63 km indywidualnie lub w sztafetach (od 2 do 7 osób) zawodnicy będą musieli przebyć szlak „kuriera powstańczego" i zaliczyć kolejne punkty kontrolne i punkty zmian, związane z historycznym szlakiem Polski Walczącej. Na każdym z nich uczestnicy zbierają specjalne oznaczenia.
ZAPISY: www.czasomierzyk.pl

eprasa.pl 14190fb4b3